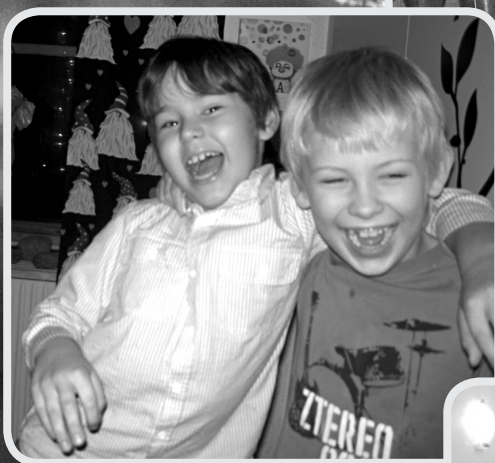


NR 4 | 2009 | ÅRGÅNG 11

HEDENBLADET

För dig i Heden, Hamptjärnmoran, Hedsvedjan, Trångfors, Framnäs, Kusön, Bodforsen, Mjedsjön, Övre Heden och Slumpberget.

Många priser har det hunnit bli under Nore Westins 72 åriga liv.



Kompisarna
Maxim
Alvares
Kabrerä och
Alfons
Hedström.



Många samlade till Tjejkväll på Hedgården.



Björnjägaren
Kurt Almqvist
och hans trofé.

INDEX

BJÖRNJAKT 3
HEDENPROFILEN 4-5
KYRKOVALET 7

TJEJKVÄLL 8-9
KASTRULLKÖREN 10
JULBOCKEN 11
TOMTENISSAR 12
MÖTESPLATSEN 13

HEDENS IF 14-15
JULMAT 16-17
JULMARKNAD 20-21
SKJUTFÄLTET 22-23

Jul, jul, strålande jul!



Det är fantastiskt så fort tiden går. Det har nästan gått ett år sedan jag prästvigdes i Luleå domkyrka, och snart är mitt "lärlingsår" som pastorsadjunkt i Älvsbyn över. Efter årsskiftet ska jag börja vikariera som präst i Gunnarsbyn. Det känns bra att gå ut i "riktig" tjänst. Jag kommer nog också att få en del uppgifter i Mikaelkyrkan. Som präst följer man naturligtvis årets växlingar på ett alldeles särskilt sätt, och nu är det dags för en av kyrkoårets stora helger, julen.

FÖR DE ALLRA FLESTA människor är julen en laddad tid. Den är laddad med minnen från barndomens jular, lukter, smaker, hemlighetsmakeri och förväntan. Kanske firar man jul endast som barn, resten är ett fåfängt försök att återskapa hur det var förr i tiden. Våra julseder är i alla fall viktiga, tänk bara på vilket ramaskri det skulle bli om SVT skulle lägga ner Kalle Ankas

jul klockan 15:00 på julafton. Men julen kan också vara laddad av andra orsaker. Att vara ensam under julafton är att smärtsamt påminnas om den tid i ens liv då man levde i gemenskap med någon annan, en tid då det var liv och rörelse omkring en. Då kan julen bli en plåga. Jag var över femtio år innan jag förstod att inte alla barn älskar julen. För många är julen en högtid som gärna kunde få tas bort. För med julen kommer jullovet, och med loven oredan. Ingen skola att passa, ingen skollunch utan ett liv i familjen med kaos och brist på ordning och reda. Inte kunde jag tro att barn inte längtade efter högtid och lov. Så mitt i all julglädje, bland julpynt som kommer fram tidigare och tidigare, finns det faktiskt medmänniskor som far illa och mår dåligt i signad juletid. För mig är det så självklart att vi borde uppmärksamma dem under julhelgen. Sen kan man fundera över vad som är det

viktigaste för dem, en massa paket och ett dignande julbord eller en känsla av gemenskap?

FÖR INTE SÅ LÄNGE sedan såg jag i tidningarna att en miljard människor, en miljon miljoner, inte har tillräckligt med mat för dagen. Det får åtminstone mig att fundera över de medmänniskor som inte har det lika bra som jag. Har jag ett ansvar för dem, kan jag tänka. Och min slutsats blir alltid densamma; ja du har ett ansvar för dem. Hur vi visar vår medmänniska lite mänsklighet är givetvis olika, vi är så olika varandra men ändå så lika. Men en sak är i alla fall klar, julen är en bra tid att visa omsorg om varandra. Så därför önskar jag alla läsare en riktigt god jul och ett gott nytt år.

Ivar Sundström

REDAKTION & ANNONSPRISER

Ansvarig utgivare: Månica Brännström. Tidningsredaktör: Peder Bergquist. Adress: Hedgården, Smaragdvägen 58, 961 46 Boden. Bankgironummer: 5244-7802 E-post: och websida: hedensby@spray.se, www.bodenonline.com/heden. Redaktion: Peder Bergquist (65115), Månica Brännström (65933), Anita Wikström (65084), Ragnar Nyström (65589), Britt-Inger Pettersson (65003), Harry Hannu (65838).

Uppplaga: 1100 ex. Utdelas gratis till hushållen i Heden, Hamptjärnmoran, Hedsvedjan, Trångfors, Framnäs, Kusön, Bodforsen, Mjedsjön, Övre Heden och Slumpberget.

Annonsbokning: 65115, hedensby@spray.se.

Tryckeri: Björns tryckeri i Boden. Utgivningsplan: Fyra gånger per år.

Storlek	Pris enstaka annons	ANNONSPRISER:	
		Ideella föreningar utan vinstsyfte	Pris för fyra annonser
1/1	1600:-	1200:-	6000:-
1/2	1000:-	700:-	3500:-
1/4	600:-	500:-	2000:-
Baksida	3500:-		

*Hedens
byautveckling*

Byautvecklingsföreningen förbehåller sig rätten att avgöra om ett bidrag som insänts skall bedömas som artikel eller annons och meddela författaren sitt beslut före tryckning. Föreningen förbehåller sig också rätten att göra justeringar i de bidrag som lämnas in till tidningen. För företag eller verksamhet som bedrivs i vinstsyfte gäller följande: Eftersom tidningen är registrerad som periodiskt utgiven tidskrift utan vinstsyfte och utgiven av ideell förening kommer ingen moms att redovisas eller faktureras.

BJÖRNJAKT I HEDEN

TEXT & BILD HARRY HANNU

Kurt Almquist jagar bla. älg på och runt om Långberget, söder om Heden.

En oktoberdag får han se två björnar och blir en av få jägare som får möjlighet att fälla en av skogens stora rovdjur.

KURT HADE TIDIGARE under dagen varit på västra sidan av Långberget för att röja ett älgpass för hand, strax hitom Fågelåsen. När han går ut på myren för att kontrollera skottfältet, får han se något som rör sig i skogen på andra sidan myren. Plötsligt kommer en storvuxen björn lufsande ut på myren ovetande om Kurts närvaro. När han kommit, så nära som ca 70 m, upptäcker han Kurt som står med sågen i hand och bössan på ryggen. I samma sekund vänder han om och tar till flykten med vattnet sprutande kring benen. Kurt berättar att det förmodligen var den första och sista björn han skulle komma att få se i sitt liv. Då visste han ännu inte vad som komma skulle.

VID HALVFYRATIDEN på eftermiddagen förflyttar Kurt sig till motsatta sidan av Långberget, en bit från Älvsbyvägen där han tar plats i ett älgstorn. Efter en stund får han syn på något som rör sig på ca 120 m avstånd, och konstatera att det inte rör sig om en älg, eftersom det var något oformligt brunt som "böljade" fram i terrängen. Efterhand närmade den sig, mer och mer tills han är på det klara med att det är en björn. Två björnar på samma dag, men den här är betydligt mindre än den han

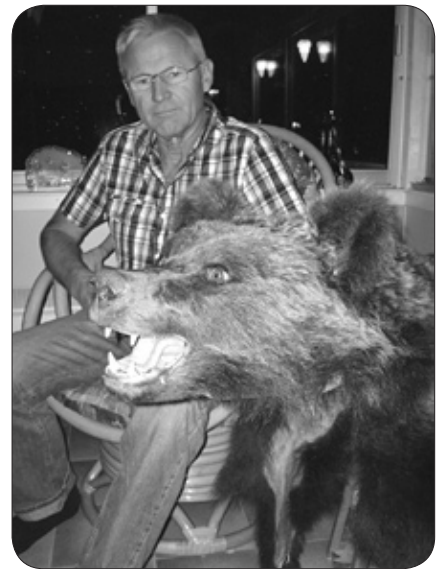
sett tidigare under dagen. På det sätt som björnen banar sin väg fram genom skogen förstår Kurt att björnen inte har någon aning om att hans sista stund snart skall vara kommen. På 75 m håll ställer den sig upp på bakbenen för att skrubba ryggen mot en tall när Kurt ser sin möjlighet att få skjuta sin första björn.

KURT HAR VARIT en inbiten småviltjägare sedan han var ung. Älgjakt är något som han hållit på med under de senaste 30 åren. Han berättar att han inte skulle ha skjutit björnen om det inte varit så att de ökat i antal på senare år. Han har sett många märken efter björn såsom björns spillning, spår efter ramarna i marken och hur den grävt fram jordgetingbon för att komma åt något ätbart. Det är en stark upplevelse att som jägare få komma i kontakt med björn och dessutom få möjlighet att fälla en.

NÄR BJÖRNEN BLIVIT fälld och rapporterad, kom en representant från länsstyrelsen för ta prover från olika kroppsdelar för forskning. Han fyllde i ett antal dokument för att slutligen chipsmärkta björnskinnet för att bekräfta att det är en lagligt fälld björn.

NÄR JAG TRÄFFAR BARBRO och Kurt, luktar det kanel i hela huset. De försöker få bort det sista av lukten från "7000 kronor skinnet" som hämtats hem från Jokkmokks Garveri. Svantes vilt och bär tog motvilligt emot köttet fast det inte är så eftertraktat

bland restaurangerna längre. Nu återstår det bara för Kurt och Barbro att hitta en lämplig plats för det vackra björnskinnet, på väggen eller som det brukar vara, på golvet framför öppna spisen.



Björnjägaren Kurt Almquist och hans trofé.



Nyss hemtagen från konservatorn i Jokkmokk får trofén vila i avvaktan på sin rätt plats i huset.

Hedenprofilen

Ett Porträtt av
Nore Westin i Trångfors

Familj
Hustrun Ingrid och
barnen Peter och Mats

Jobb/sysselsättning
Pensionär

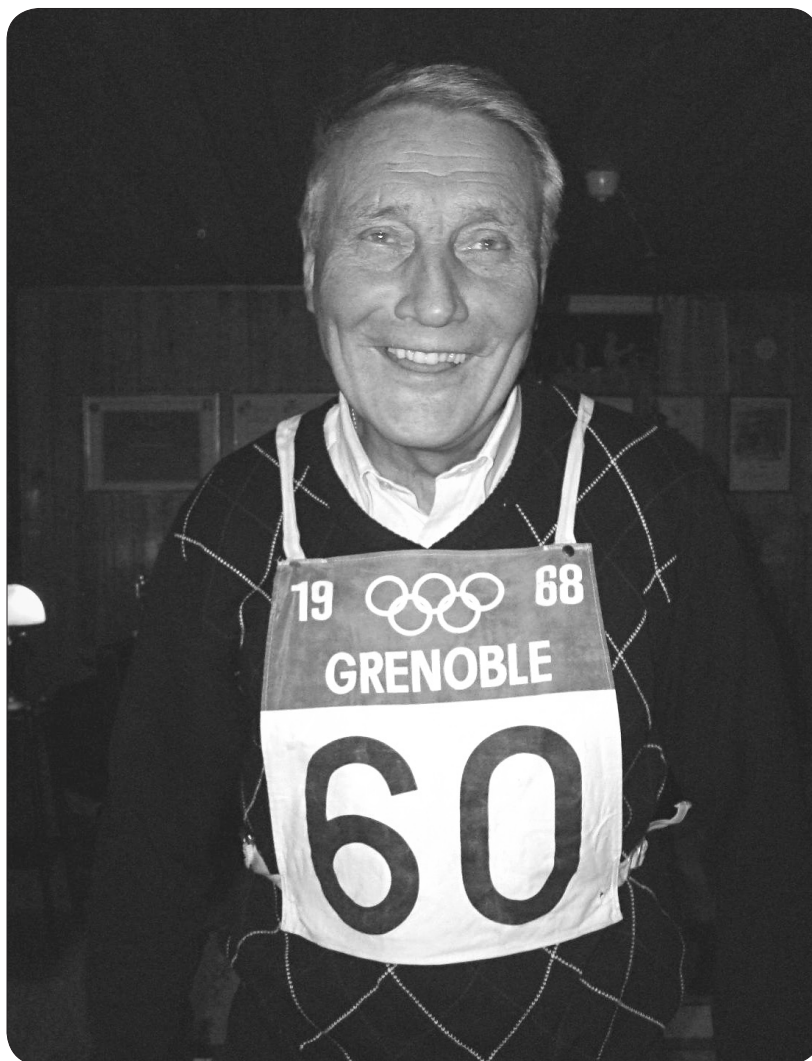
Text och bild
Harry Hannu

Olympiske skidskytten, Nore Westins berättelse om de framgångsrika åren på 60-talet.

INFÖR OS I KANADA 2010, hoppas vi alla på spännande tävlingar med fina Svenska framgångar för våra vinterolympier som Charlott Kalla, Anja Pärsson. Tre Kronor och skidskytten Helen Jonsson. Beträffande skidskytte, så har vi faktiskt haft en egen vinterolympier från Trångfors, nämligen Nore Westin som var med 1968 i Grenoble, Frankrike.

HEDENBLADET FICK en exklusiv intervju tillsammans med Nore. Han berättar att han var med i skidskyttelandslaget från slutet av 60- och till början av 70-talet. Hans styrka låg främst i skidåkningen, medan hans brister var det stående skyttet.

VID UTTAGNINGARNA i Sverige hade han setts, som den skidskytt som skulle ha de bästa möjligheten att nå fina placeringar vid OS. Han fick starta sist, med förhoppning om att kunna använda sig av sin starka skidåkning och få hjälp med åktider på andra åkare som startade före honom. Han berättar vidare att det under natten hade varit kallt, för att under dagen efterhand bli varmare.



Han startade som siste man på 20 km skidskytte.

Det gynnade de som startade bland de första, som fick bästa tänkbara förhållanden. De som startade senare kom att få allt sämre förhållande. När Nore som sista startande åkte ut på 20 km tävlingen med 4 skjutstationer, två liggande och två stående, hade det blivit betydligt varmare och det ville hela tiden frysa fast is under skidorna. För att underlätta åkningen försökte han åka med ena skidan i stavfästet för att på så sätt kunna nyttja den "torrare snön" och få bättre glid på träskidorna. Han berättar vidare att kunskapen om vallningstekniken var långt ifrån lika bra som den är idag. Efter 20 km skidskytte kämpade han sig till en

slutlig 30 plats med tiden 1.28.09, däri ingick 7 minuters skjutstillägg. Noterbart var att de först startande också placerade sig bland de 10 bästa i slutresultatet. Olympiskt guld gick till, norrmannen Magnar Solberg med startnummer 3 som segrade på tiden 1.12.45, han hade 0 minuter i skjutstillägg. Silvret gick till Aleksandr Tikhonov (en person med stort inflytande bland dagens ryska skidskyttar) som hade startat först, med sluttiden 1.14.40 och 2 minuter tillägg och brons till landsmannen Vladimir Gundartsev med tiden 1.18.27 och 2 minuter tillägg. För svensk del handlade OS i Grenoble

egentligen om två personer. Dubbla guldmedaljören Toini Gustafsson och skridskons Johnny Höglin och hans sensationella milguld.

REDAN SOM LITEN POJKE i Oja, ett boställe ca 4-5 km från skolan i Lappträsk, fanns inte många andra sätt att förflytta sig på, än till fots eller på vintern med skidor. Då hände det inte allt för sällan att det blev kapptävling med kamraterna till och från skolan. Nore minns att han tränat och tävlat sedan 15-års ålder. Han kommer särskilt ihåg en gång när han under skidträning bröt en skida, ungefär en femtedel från spetsen och pappa Ivar reparerade skidan med plåten från en kanelburk. Med samma skidor lyckades han som 17-årig junior vinna Tornedalens prestigefyllda Luppiolopp.

HANS STYRKA har under 60-talet varit skidåkningen. Han låg väl till för att bli uttagen till 1962-års VM i Zakopane, Polen. Men dessförinnan skulle han få visa om han "platsade". Han blev uttagen i A-truppen för sina fina framgångar under vintern, våren 1961. Han var med på flera träningsläger under sommaren och in på hösten. På sista träningslägret i december som gick av stapeln i Vålådalen, gick det fantastiskt bra. Han fanns med bland de bästa under träningstävlingarna tillsammans med dåtidens skidåkare som Sixten Jernberg, Assar Rönnlund och Lennart "Lilljärven" Larsson, för att nämna några. Nore minns att han var i mycket god form. Testvärdena visade på syreupptagningsförmågan visade 90, vilket betraktades som unikt. Efter lägret fick han rådet av Assar att vila och ta det lugnt. När han kom hem till Boden och Trångfors fortsatte han ändå att träna. Han minns att han tränade dagligen under två veckors tid i tävlingsfart.

Det var dessutom kallt, minus 20 grader och kallare. Han kämpade på, varv efter varv, längs ett 5 km långt skidspår som bla. Lennart Björkén, Kjell Sandberg och Birger Ålgamo preparerat i trakterna av Hamptjärnmoran.

UNDER MELLANDAGARNA mellan jul- och nyår for han ner till "Daladansen". Det kallades så eftersom alla tävlingarna gick av stapeln i Dalatrakten på orter som Sälen, Älvdalen, Mora och Lima för att nämna några. Till Daladansen hade de bästa samlats för att gör upp om vilka som skull komma att få åka till VM i Zakopane i Polen 1962. Där fanns Lilljärven, Finnskoga Lasse (Lars Olsson) och naturligtvis Sixten Järnberg och Assar Rönnlund. Det gick "så där", han kom inte på pallen mer än i Sälen, annars blev det två 4:e platser. I Lima minns Nore att skidtävlingen skulle avgöras på 18 km. Finnskoga Lasse såg blek och nervös ut inför start. Det pekade på att han var i toppform vilket också visade sig då han vann. Själv startade Nore tillsammans med finnen Tiainen som efter ett tag släppte och bröt loppet. Nore tappade tyvärr sin ena stav i en utförsbacke och var tvungen att stanna för att åka tillbaka och hämta den. Han kom slutligen in på en 9:e plats. Slagen av Finnskoga Lasse med 45 sek.

EFTER "DALADANSEN" kände han att formen började svika. Det ledde till att han inte tyckte att det var roligt, han hade tappat lusten och gnistan att åka skidor. Därmed uteblev resultaten och han blev inte uttagen att representera Sverige i VM 1992. Desto bättre gick det för Assar Rönnlund, som vann VM-guld på 15 km och tog en silvermedalj på 50 km med Sixten Järnberg som

guldmedaljör. Assar fick också ta emot Svenska Dagbladets guldmedalj. Sverige tog också guld i stafett före Finland och Sovjetunionen.

NORE WESTIN ÄR kanske mest känd som framgångsrik orienterare under senare år och då främst för sina fantastiska framgångar i 5-dagars runt om i Sverige. Men även som duktig friidrottare, där han har flest DM-tecken. Han var också en gång i tiden, Sverigebäst på 30 km landsvägslöpning med tiden 1 timme och 40 minuter och 5 sekunder. Dessutom har han tävlat i fälttävlan och skidorientering med stora framgångar.

NORE GÅR NU sin tuffaste kamp någonsin, han har drabbats av prostatacancer. Men en metodisk och målmedveten kämpe som Nore, kommer att ge allt vad han kan. Därför vet vi att han, som så många gånger tidigare kommer att gå segrande ur den kampen.



Nore Westin med diplomet från OS i Grenoble i Frankrike. Under diplomet kan man se utmärkelsen Nederluleås bästa idrottsman 1969.

December i Mikaelsskyrkan!



20 dec Adventscafé kl 18.00
Kören Exodus medverkar

24 dec Samling vid krubban, kl 12.00.
Sång av ungdomar



25 dec Julotta i Alträsk kl. 7.00
Sång av Exodus

Julotta i Mikaelsskyrkan kl 9.00.
Sång av Exodus

Vi vill passa på att tacka för den här terminen och önska varmt välkomna tillbaka v. 3 för då drar alla grupper igång igen.

OBS! Mikaelsskyrkan byter gudstjänsttid efter nyår till 17.00.

GOD JUL & GOTT NYTT ÅR!
ÖNSKAR
MIKAELSSKYRKAN

Svenska kyrkan 
ÖVERLULEÅ FÖRSAMLING



Eivor och Björn Körlof från Vattenfallsvägen hade kommit för att avge sina röster.



Johan Eriksson Vikberg ville vara med och påverka utgången av kyrkovalet. Att han själv dessutom fanns nominerad var en glad överraskning för skribenten.



Staffan Antonsson, Viktor Söderlund och Rose-Marie Söderlund ville också vara med och rösta i kyrkovalet.

KYRKOVALET 20/9 I MIKAELSKYRKAN

TEXT & BILD HARRY HANNU



Ulla Sundén, Rigmor Åström och Urban Svalling satt och hjälpte till vid rösträkningen.



Niclas och Erikka Sjöo var de sista som röstade innan vallokalen stängde. De kom direkt från styckningen av en älgkviga och tjur.

TJEJKVÄLL

TEXT MÅNICA BRÄNNSTRÖM OCH ANITA WIKSTRÖM BILD LENNART WIKSTRÖM



Några av de medverkande på tjejkvälen. Från vänster Agneta Lundström, Solveig Blomberg, Ebba Larsson, Christina Larsson, Monica Nyman, Anita Wikström och Agneta Gustavsson.

I oktober var det åter dags för tjejkväll på Hedgården. Där visades upp både kläder, smycken, tennbroderier, heminredning och väskor.

VI SOM ARBETAR ideellt med aktiviteter i byn är ytterst tacksamma över alla förslag vi får in av er läsare. Även detta är ett förslag, önskemål från boende i upptagningsområdet

DET VAR CAPRI Kollektions Solveig Blomberg som visade upp sin kollektion, kläder som hör vintern till. Vackra stickade koftor, klänningar och annat visades upp av områdets egna modeller. Monica Nyman, Ebba Larsson, Christina Larsson, Anita Wikström

och Månica Brännström.

VÄSKORNA VAR tillverkade av Siv Dahlén? Det var ett gediget handarbete i olika stilar och färger. Man kunde även måttbeställa på plats så att man fick sin alldeles unika väska.

TENNBRODERIER i form av halsband, armband och ringar hade vår konfrensier för kvällen Agnetha Gustavsson tillverkat. Dessa fanns i olika färger och modeller och Agnetha hade sitt kännetecken på alla, en liten droppe i tenn.

TONJE ERIKSEN visade upp och sålde både smycken, heminredning och mjukisdjur.

Smycken tillverkar Tonje själv av olika material som hon tycker om att arbeta med, det är bara fantasin som sätter gränser. Hon säljer också heminredning för ett företag som heter QBH, det var servetteringar, ljuslyktor, kuddar, pläddar och annat.

SIST MEN INTE MINST serverades kaffe, the eller dricka med hembakt bröd som byalaget och byaföreningen bakat. Kvällen var lyckad och det var tjejer i olika åldrar med olika stilar som provade, handlade, fikade, snackade och bytte idéer med varandra.

VI I DE OLIKA föreningarna ser fram emot fler aktivitetsförslag från er läsare och tackar på förhand.



Månica och Anita tog publiken med storm.



Här ser vi Christina Larsson, Siv Dahlén och Ebba Larsson.

God Jul och Gott Nytt 2010

Önskar
Vi alla våra Ljuskunder
Stefan o Agneta



Tomten väntar



Av Alfons Hedström 7 år

KASTRULLKÖREN

TEXT MÅNICA BRÄNNSTRÖM OCH ANITA WIKSTRÖM FOTO LENNART WIKSTRÖM



Agnetha Gustavsson gjorde en mycket bra insats som körledare.

För första gången i historien ordnades det körsång i Hedgården.

LEDARE FÖR KÖREN var Agnetha Gustavsson. Med sitt glädjesmittande sätt fick hon körmedlemmarna att göra som hon ville. Till sången användes flera kastrullock och vissa i kören fick använda munnen till att göra klickljud, vilket ledde till många skratt. På gitarr hade vi Peder Bergqvist som med kort varsel gjorde ett bra jobb.

DET VAR BÅDE MÄN och kvinnor som var med och sjöng. Det var så

himla kul och vi kom överens om att detta ska upprepas fyra gånger om året. Ni som känner att ni vill vara med kan se kommande annonser på Mikaelkyrkan, Heden Pizzerian och Hedgården.

DU SKA INTE VARA RÄDD för att sjunga. Sjung med oss, inte för att ställa upp på något "körslag" utan bara för att ha kul tillsammans ett par timmar. Ingen kommer att bedöma men däremot kanske berömma. Vi klarar upp strupen mitt i och tar oss kaffe/the med dopp. När ni lämnar stället hoppas vi att ni går med samma känsla som vi hade denna första gång, vi var glada.



God Jul & Gott nyttår!

Önskar Bernt, Gunilla, Fredrik och Mikael.

eosab
eriksson & söner ab

JULBOCKEN OCH JULKLAPPARNA FÖRR I TIDEN

TEXT IVAR SUNDSTRÖM



En av julens absoluta tillbehör är jultomten. Dagens jultomte är en rödklädd man

med vita bräm på kanten av sin kappa som dricker Coca-Cola. För nog har tomten kommersialiserats och Disneyfierats.

TOMTEN VAR FÖRR ett litet grått väsen som bodde i uthusen och vaktade över gårdens väl och ve. Sådana tomtar ritade till exempel Jenny Nyström i sina teckningar.

"Disneytomten," med sin röda dräkt utgår från helgonet S:t Nikolaus, en präst som levde på 300-talet efter Kristus. Han var framför allt känd för sin givmildhet, och det är i den egenskapen vi firar honom. När man tittar på bilder av honom ser man en man i röd rock med vita bräm. Hur många tänker på tomten som en präst i ämbetsdräkt?

INNAN JULTOMTEN var det julbocken som var julens främsta symbol och har figurerat i många jullekar eller julvisor. Någon på ett kalas klädde ut sig till bock och fick som belöning mat och dryck. Julbocken som symbol lär ha varit en kvarleva från vår gamla asatro. Den gamle åskguden Tor hade en vagn som drogs av två bockar, Tanngnjóstr och Tanngrisenir. EN POPULÄR BOCKLEK var också att ställa in julbocken i

smyg hos grannarna. Då gällde det för den som fått bocken att osedd lämna tillbaka den. Vad som hände annars förtäljer inte historien. På 1800-talet fick bocken en ny ärofylld uppgift - någon av männen i hemmet klädde ut sig till en bock och delade ut julklappar på ett sätt som föregrep dagens jultomte.

DAGENS JULKLAPPAR har också förändrats sedan 1800-talet. Seden att ge bort julklappar kommer från en lantlig tradition som innebar att byns ungdomar smög omkring på julaftonen och knackade på i stugorna. När någon öppnade kastade man in en skämtgåva, som kunde bestå av ett vedträ eller en halmfigur. På gåvan hade

man ofta fäst en lapp med en vers som förklarade varför mottagaren förärats den fina presenten. Dessa verser är föregångare till våra dagars julklappsrim. Det var viktigt att inte bli tagen på bar gärning under julklappsutdelandet, eftersom verserna kunde vara ganska så elaka och grovkorniga.

PETTERSSONS POTATIS BUTIK
070 5697775

God Jul och Gott Nytt År!

Butik

Prova ortens potatis, producerad nära dig!

Finns både rund och mandel.

Butiken öppen dygnet runt på Grönlandsvägen 2.

"DET ÄR NISSARNA SOM GÖR PENGARNA"

TEXT OCH BILD DYVEKE HEDSTRÖM

Intervju med Maxim Alvares Cabrera 7 år
Alfons Hedström 7 år

VARFÖR FIRAR MAN JULEN?
Maxim: Jesus föddes.

HUR TROR NI ATT MAN FIRADE JUL FÖR 100 ÅR SEDAN?
Alfons: De väntade inte på Tomten utan på Jesus.

VAD TÄNKER NI PÅ NÄR NI TÄNKER PÅ TOMTEN?

Maxim: Tomten packar julklapparna.
Alfons: Det är nissarna som gör det. Tomten har oändligt med pengar.
Det är nissarna som gör pengar till Tomten i pengamaskinen.

VAR BOR HAN?

Maxim: I Tomteland och han har 152 nissar och 4 renar.
Alfons: Tomteboda i Nordpolen.
Maxim: Exakt på hösten börjar de göra allas julklappar och på sommaren latar han sig bara, han och tomtemor.
Tomten kan bli över 500 år gammal.

VAD STÅR DET PÅ ER ÖNSKELISTA?

Alfons: Nintendo dsi
Maxim: Webkinz, Gogopets, Tamagochi color, Bakugan.



Maxim och Alfons.



I väntan på Tomten.

Mötesplatsen!

Här är läsarnas
mötesplats.
Skicka in mejl
till oss!

Kontakta oss på hedensby@spray.se

Hedens
byautveckling

.....
• Det har kommit in mejl och samtal till Hedenbladets redaktion. Här på Mötesplat-
• sen återfinns några av dessa. Hör gärna av er om ni kan hjälpa till med något av det
• som tas upp här.
• -----

• **HANDARBETSKAFÉ**

• Nu startar äntligen handarbetscaféet.
• Vi träffas på Hedgården lördagen den 16 januari mellan kl. 14.00
• och 17.00. Kom, träffas, prata och ta med ditt eget handarbete. Det
• kan vara sticken, virkning, tennsömnad eller varför inte ta med
• och måla en tavla. Du behöver inte låsa fast dig på tiden då vi
• kommer att ha dropp in. Det kommer även att gå att köpa fika.
• -----

• Det har visats intresse för olika former av studiecirkclar. Du som är
• intreserad kan kontakta ordförande Månica Brännström 0921- 65933. Du
• kanske är intresserad av att lära dig mer om fotografering, svampplockning
• eller något annat.
• -----

• **HUNDTRÄFFAR**

• Umgås och träna tillsammans med andra hundar, hussar & mattar. Vi hjälps åt att
• hitta på roliga, nyttiga övningar & delar med oss av våra hunderfarenheter.
• Plats: Hedens IF
• Tid: Söndagar kl. 13 (med start 17 jan)
• Alla raser och åldrar välkomna, nybörjare som erfarna.
• -----



GOD JUL
OCH
GOTT NYTT ÅR
ÖNSKAR
TORGNY OCH MARGARETA

Hedens IF



TEXT OCH BILD HEDENS IF

Hedens IF – en pånyttfödd 81 åring med en viktig framtid. Nya vindar med sund ekonomi. Hedens IF, den anrika, gul svarta föreningen, på södra sidan om älven, har haft ett par tunga verksamhetsår bakom sig med såväl verksamhets- som medlemstapp och en ekonomi på skör is. Nu blåser nya vindar i klubben som länge var stans i särklass största och mest framgångsrika ungdomsförening .
-Det stämmer säger Mattias Hjelte – nyttillträdd kassör och tillika en av entreprenörerna bakom Inre Kraft i Norr.

FÖRENINGEN HAR HAFT ett par oerhört jobbiga år bakom sig både avseende verksamheten och den därtill kopplade ekonomin men i år kommer vi att gå genom årsskiftet med ett positivt resultat i ryggen, ett utökat medlemsantal och med vissheten att ha satt ett nytt ungdomslag på fötter, och runt årsskiftet väntar ytterligare lag.
-Föreningslivet är i sig inte annorlunda än ett företag – verksamhet och ekonomi måste gå hand i hand – ingen ekonomi, ingen verksamhet, ingen verksamhet, ingen ekonomi. Ekonomin är en motor för att kunna få bedriva verksamhet där vi till slut måste ha täckning för den verksamhet vi vill kunna bedriva och erbjuda samhället och dess aktörer. Och ett rikt föreningsliv, med plats för alla, att vi har människor som orkar driva ideella uppdrag är en av de viktigaste

stöttepelarna i ett fostrande av vår framtid – dagens ungdom. Idrottsrörelsen har små och få medel, det gäller att hålla hårt i plånboken, ha ett rikligt ideellt arbete kring de inkomstkällor som finns och sen, när det arbetet är färdigt, leta nya.

SOM SAGT, NYA FRISKA vindar i föreningen med nytillkomna medlemmar, gamla medlemmar som vänt åter, en ekonomi i balans och nyuppstartad verksamhet med en klar ambition om att starta ännu mer verksamhet och fler lag.
-Det stämmer, säger Mattias. Den sittande styrelsens ambition är att vi ånyo ska bli stans största ungdomsförening med sund ekonomi. Vi tror att ett brett utbud, med plats för alla ungdomar, oavsett färdighetsnivå utgör en viktig samhällelig funktion. Kan vi dessutom fostra någon ny Zlatan vart hundra år, eller någon ny Calle Mattsson vart tionde år – spelare som gör fotbollen värd att beskåda så är det givetvis ännu roligare.
-Vi vill att alla som känner att dom vill, eller skulle vilja prova att spela fotboll, på någon nivå vänder sig till oss. Väl där hjälper föreningen till att organisera verksamheten och stödja upp den till ett rullande projekt, förhoppningsvis ett långt sådant.

VI VET ATT VI HAR en oerhört fin anläggning i egen regi, en stor kompetens i föreningen, en viktig och fin historia och till sist – en massa, engagerade, frivilliga, oerhört duktiga själar som

utan egen vinning, varje år, oaktat väder och vind, med sitt arbete ser till att allt detta är möjligt. Jag tänker främst på Lasse Nillsson, Inger Mattsson, Mats Hillergren, Anders Holmström, Karl-Erik Tjäder med flera. Vilken kraft!

FÖRUTOM DEN DIREKTA fotbollsverksamheten med ett representationslag i toppen av fyran, ett nystartat lag i div 6, ytterligare ett nytt lag gemensamt med Brännbergs IF i div 6 och ett par ungdomslag så driver föreningen den klassiska och oerhört uppskattade drive-in bingon på Lördagar mellan juli och oktober. Trogna spelare blandas med nytillkomna och utgör en jämn och hög publik från år till år -Bingon är fantastiskt trevligt och en oerhört viktig del i den totala verksamheten säger Mattias. För ett par lördagar sen stod jag och Nils Gustavsson, nyttillträdd ordförande och gräddade våfflor tills sista droppen smet var slut, lördagen därpå införde vi löjromssnittar, vad som införs nästa säsong återstår att se. Det roligaste av allt är dock att se och träffa alla trevliga spelare, att känna igen spelare som varit där tidigare när man vid andra tillfällen jobbat som funktionär och alla de eldsjälar som varje lördag bär bingoverksamheten och så har gjort under många år. Här har föreningen sin ryggrad.

UNDER HÖSTEN HAR även 81-åringen blåst av en medlemsfest med mat och livemusik på Idrottsgården. Ett till följd av de ekonomiska



Hedens IFs pojkar 2003/2004 på en lagbild från i somras.

svårigheterna delvist inställt 80 års firande fick nu sin behövliga uppföljning.
- Vad är en förening, frågar sig Mattias. Att spela fotboll fyra gånger i veckan och sen gå hem och kapa stubbar? Nej, att vara medlem i en förening innebär så mycket mer. Det innebär hårt och gemensamt arbete för en gemensam sak, det innebär ett delande av såväl glädje som vedermödor och här tyckte vi att det är dags för en kväll tillsammans,

i trivsamhetens tecken, bortom arbete och plikt. Det blev oerhört trevligt och skall upprepas i ännu större skala så snart som möjligt, då hoppas vi att ännu fler bybor sladdar in och tecknar upp sig på ett medlemskap i familjen.

DET HÄNDER mycket på Olympia, och mer är det tänkt skall hända i framtiden för denna pigga 81-åring med ett stort samhällsansvar.

- För tecknande av medlemskap – sätt in 100 kr för individ eller 150 kr för hel familj på Bg 5364-9075.

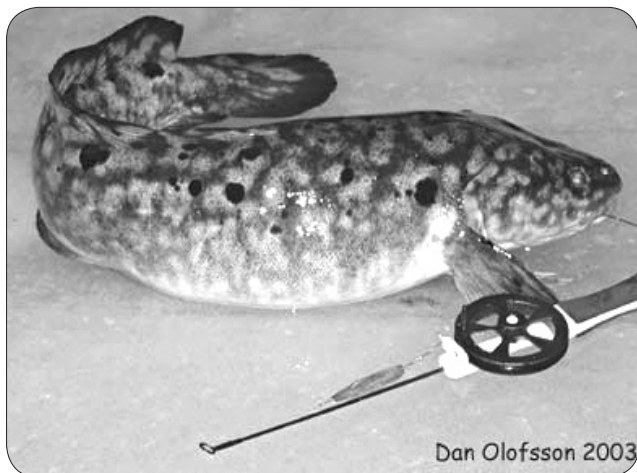
Bettans Fotvård

Telefon vid bokning: 070-5785336

Friskvårds-
bidraget, som
du får via din
arbetsgivare,
kan du
använda hos
mig!

TRADITIONELL JULMAT ELLER LAKE?

TEXT BRITT-INGER PETTERSSON OCH IVAR SUNDSTRÖM



JANSSONS FRESTELSE

4-5 personer

8 medelstora potatisar

2 gula lökar

1 stor ask ansjovisfileer

3 dl grädde

lite salt peppar

2 msk smör

Gör så här:

Skala potatisen skä i strimlor.

Skala löken hacka den

Smöra en eldfast form, varva potatis och lök med ansjovisfileerna skurna i bitar.

Salt och peppar med försiktighet

Översta lagret ska vara potatis

Häll på ansjovisspad och grädde

klicka på smöret.

Grädda i 225 grader i ca 45 minuter.

REVBENSSPJÄLL

Ca 1,5 kg tjocka revbensspjäll till 6 pers.

2 msk smör

3 msk honung

2 msk kinesisk soja

1 tsk malen koriander

1 tsk salt

1 tsk vitpeppar

Smält smör och honung, rör i soja koriander, salt och peppar, pensla spjällen med blandningen.

Lägg i en långpanna stek i 200 gr värme ca 1 timme eller tills köttet lossnar från benen.

SILLSALLAD

Det här behövs

3 st urvattnade saltsillsfileer

2 st hackade ättiksgurkor

2 st hackade syrliga äpplen

1 hackad stor gul lök

5 dl hackade inlagda rödbetor

1/2 tsk. vitpeppar

1/2 dl rödbetslag

2 dl vispad grädde.

Gör så här

Skär sillen i små bitar och blanda med de övriga hackade ingredienserna.

Fukta med rödbetsspad och låt salladen stå över natten på kallt ställe så smakerna går ihop.

Vispa grädden och rör ned i salladen.

Servera på julbordet.

KÖTTBULLAR

500 gr oxfärs 200 gr fläskfärs

1 gul lök

1 skiva vitt bröd

2 dl grädde

2 tsk salt

1 tsk vitpeppar

smör till stekning.

Kantskär brödskiva lägg i grädden, låt stå en stund, mixa eller riv löken.

Tillsätt alla ingredienserna i färsen, forma till köttbullar, det blir ca 60 st.

LAKEN

Lake, med det latinska namnet *Lota Lota*, är en sötvattenslevande torskfisk som lever på Norra halvklotet. Förr ansåg man att laken bara kunde ätas under "r-månader," alltså från september till i april, men eftersom laken söker sig till sjöns djuphålur är den ätlig hela året. Det är en långsträckt fisk med platt huvud. Den kan bli rejält stor, den största laken som fångats i världen var en finsk lakhona som vägde 15,5 och var 1,2 m lång. Det svenska rekordet var en lake som fångades i Ångermanland och vägde 8,5 kg. Den jagar på natten, nära botten. I Nordamerika har man träffat på lakar på 300 m djup. Laken är en god matfisk med nästan

inga ben alls. Den har ett vitt, smakrikt och nyttigt kött. Den anses vara en ful fisk, men studerar man en lake i solsskenet ser man hur vacker den är. Den har inga fjäll, utan den måste flås. Enklarest drar man av skinnet med en tång. Laken leker under tiden november till februari. Lekplatsen är sandbotten på en till tre meters djup. Man kan fånga laken med mjärdar eller burar. Dessutom kan man givetvis pimpla efter den nära botten. Sätt gärna en ståltafs mellan kroken och pirken, laken har små men vassa tänder. Laken kan stekas, rökas eller kokas. Stuvad lake är en bortglömd delikatess. Använd gärna rommen, den är rik på A-vitaminer. Levern kan också användas.

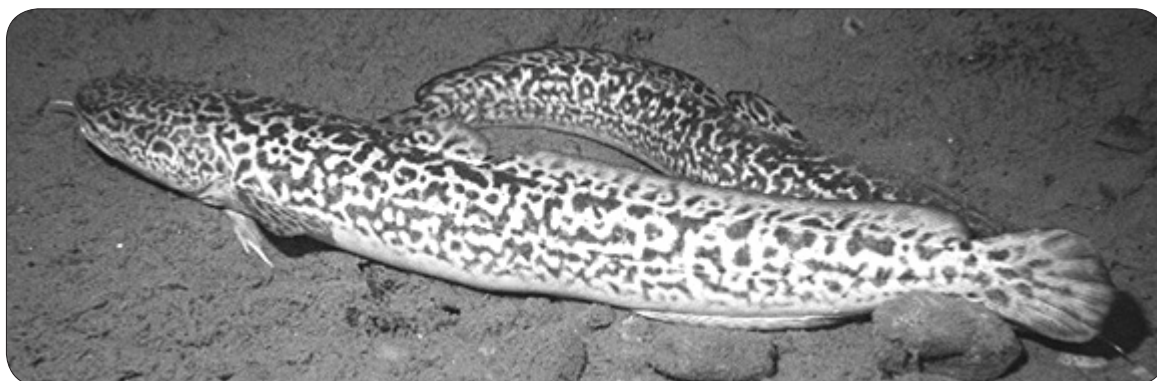
Här följer ett recept på stuvad lake.

STUVAD LAKE

- 1 lake (1-1½ kg)
- 2 dl torrt vitt vin
- 2 dl vatten
- ½ dl grädde
- 1 äggula
- 3 msk smör el. margarin
- 3 msk skorpmjöl
- 2 tsk citronsaft
- 1 bit muskotblomma
- 3 kryddpepparkorn
- 1 msk salt

Flå, rensa och skölj laken. Tag vara på lever och rom. Skär laken i 4-6 cm breda bitar. Smörj en flameldfast gryta och strö i skorpmjöl. Lägg ned huvud och fiskbitar varvtals med salt, pepparkorn och resten av skorpmjölet. Häll på vin, vatten och citronsaft. Tillsätt 1 bit muskotblomma. Låt fisken koka upp under lock och sedan sjuda i ca 15 min. Koka lever och rom i lätt saltat vatten.

Vispa upp en äggula i grädde. Häll av litet av spadet, vispa ned det i äggblandningen och häll det sedan tillbaka i grytan. Låt stuvningen koka upp. Garnera med skivor av lever, rom, citron och persilja. (4-6 pers.)





**BLI
MEDLEM!**

***Hedens
byautveckling***

och se till att **HEDENBLADET**
kan leva vidare!
Vi behöver ditt stöd!



Tack alla ni företagare som stöd
med era annonser. Vi behöver ert stöd och
eftersom tidningen kostar ungefär 11.000:-/nr
behöver vi ännu fler nya annonsörer.

Medlemsavgiften i Hedens byautvecklingsförening är 50:-/år för
enskild och 100:-/år för familj. Bankgironummer: 5244-7802.

Hedens byautvecklingsförenings styrelse

Personlig tandvård i modern tandvårdsmiljö

Allmäntandvård och protetik inklusive implantatbehandling

- Helt digitaliserad Tandklinik med:
- Digital röntgen inklusive översikt och tomografi
- Implantat i samarbete med erfaren käkkirurg
- Maskinell rotbehandling
- Enkel och bekväm bedövning med "the Wand" – Trollspöet
- Tandblekning

Lättillgängligt mitt i centrala Boden, nära till parkeringsplatser.
Du hittar oss på Kungsgatan 26 B – mittemot Björken och gamla
Centralskolan

Behöver du hjälp med dina tänder, Ring oss på 0921-162 64

Välkommen till:

Tandläkarna Torbjörn Eriksson och Roger Sjölund
Tandhygienist Lena Bodén

JULMARKNAD PÅ HEDGÅRDEN

TEXT MÅNICA BRÄNNSTRÖM BILD LENNART WIKSTRÖM

Då var det åter dags. Förberedelserna har varit igång flera veckor inför julmarknaden. Det är mycket som ska göras innan allt är klart. Granar ska huggas, gris ska slaktas, bröd ska bakas, varor ska handlas, bord ska hyras ut till knallar och annonser färdigställas. Dagen före marknaden samlas byalaget för att ställa i ordning bord, byta gardiner, hänga upp julbelysning, klä granen, ställa i ordning priser till lotteriet, ta fram bröd och se till att allt är klart inför julmarknadsdagen. Det är noga med att tänka på vad som skapar julstämning trots avsaknaden av snö, att man bör tillfredställa sinnena. För luksinnet värmdes glögg och pepparkaksburken öppnades, för ögonen var det julpyntet och tomteluvor som gällde och i bakgrunden spelades julmusik som örongodis. Julmarknadsdagen var trevlig, många var in och handlade eller bara tittade, En del tog ett fika och satt och samtalande en stund för att sedan skynda vidare i denna juletid. Här, på bilden nedan, syns försäljningen av granar och lotter till grislotteriet.



Katarina Lindgren var på marknaden och sålde för föreningen Mildur. Hon sålde Ullmax underställ och strumpor som redan på förra årets julmarknad gick bra. Nu kom nya kunder som hade hört talas om kläderna. Hon var även här med gårdens islandshästar så barnen också fick glädjas. Det var hästen med horn Smári som Nina Fernandes hade hand om, tomtehästen Herkules med sin vän Sofia Nilsson och Fagur den lilla nissen som ägs av Ulf Klasson.



Bagarstugan stod eldad och het då några grannar i Hedsvedjan, bland annat familjerna Jonsson och Boman, bakade dagen till ära. De bakade tunnbröd och mjukkaka. De sålde brickor och gladpack-hållare i trä och även lite dukar.





Pärלsmucken och pärlprydnader stod den trogne julmarknads-knallen Lottie Rasmusen för. Nytt för i år var ringar, armband och värmeljushållare. Hon har nya planer för nästa julmarknad, men vad det blir avslöjar hon inte än.



Konstnären Ingegärd Sundvall sålde sina tavlor och bordsunderlägg och nytt för i år var hennes Glasfusching ringar, broscher och halsband. Det är smycken i glas som bränns i en brännugn med en värme av 800 grader.



Miljömedvetenhet är i dag ett nyckelord och på Gunilla Johanssons bord kunde man hitta korgar gjorda av mjölkpaket och väskor gjorda av kaffepaket. Hon hade även gjort en slags snacks- eller bestikhållare av konservburkar och snören. Jag blev imponerad av hennes syn på återvinning då hon berättade kring sitt arbete. Det går åt 30 mjölkpaket till en korg och 8 kaffepaket till väskan så det är en hel del sopor som kommer till användning igen. Hon hade även annat till försäljning så som kuddar, ljusstakar och mycket annat.



Stickning har åter blivit "inne" Elvy Hägglund visade upp sina egna alster och talade om för mig att mönstret hon har är hennes eget som hon ärvt av släkt från finska Leevitunturi. Hon sålde även tomtar som Agata Sanders tillverkat. En av de saker som jag fastnade för var en Lovikavante för mobilen.

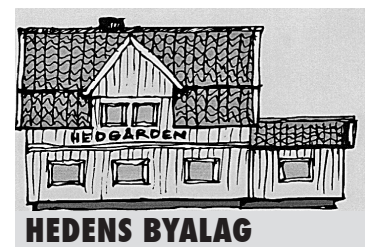


Från Harads hade Irene Polenius kommit för att visa upp och sälja sitt handarbete. Hon är en flitig marknadsknalle och far runt och säljer sina alster på många olika ställen. Hon stickar klänningar, koftor, vantar, schalar och ja, nästan vad du vill då hon är en hejare med nålar.

Byalaget vill tacka alla som skänkt gåvor till lotteriet. Det var många glada vinnare som gick hem med fina priser.

I grislottet har vi tre lyckliga vinnare:

- 1. Lasse Johansson, en halv gris.***
- 2. Linn Nilsson, en kvarts bakdel.***
- 3. Tor Lindström, en kvarts framdel.***



Boden Södra skjutfält

TEXT MÅNICA BRÄNNSTRÖM

Vet du hur du eller dina djur blir drabbade om Försvaret får igenom sin ansökan om utökad artilleriskjutning på markområde Bodens Södra Skjutfält.

JAG ÄR INTE på något sätt emot försvarsmakten. Vi är för utveckling och framåtskridande. Vi ser dock att vi har som uppgift att informera våra läsare om att Försvarets utökade artilleriskjutningar på Bodens Södra skjutfält kommer att påverka oss som bor i området både människor och djur på ett negativt och orimligt sätt. Försvaret vill utöka sina övningsområden i fyrkanten. Kommuner som berörs är Älvsbyn, Piteå, Luleå och Boden. Försvaret vill ha möjlighet att skjuta varje vecka utom semestermånaden och jul.

ATT MÄNNISKAN får ökade hjärt- och kärlsjukdomar av buller har forskning redan visat men vad händer med våra djur? I Hedenområdet finns hästar, hundar, kor, grisar och andra djur som kommer att beröras av Försvarets buller. Djuren kommer att påverkas av bullret från kanoner och flygplan osv. Det har berättats om hästar som skenat i vild panik då helikoptrar flugit lågt, hundar har tuggat sig ut genom dörrar, jakthundar har förstörts och går ej att användas till jakt mer på grund av Försvarets buller. Djur stressas sönder av övningar redan idag. I andra lägen försöker man få ett förbud mot

smällare och raketer som skjutsa av vid nyår och valborgsmässoafton. Det gäller två gånger om året men anses så stressande för djuren att man vill förbjuda det. Försvaret vill skjuta i stort sett varje dag. Var finns logiken?

JAG DELTOG på en träff i Klöverträsk dit politiker och andra berörda blivit inbjudna för att diskutera Försvarets planer. På mötet deltog förtroendevalda från de övriga kommunerna men från Boden deltog ingen. De personer vi valt att leda kommunen lyste med sin frånvaro. Vi från Boden fick dock en klar bild och god information om vad som kommer att ske av övriga kommuners förtroendevalda. Många av oss som bor i området är redan nu störda av Försvarets verksamhet och det kommer att bli mycket värre.

VAD HÄNDER OM Försvaret får igenom sin utökning? Vatten-, jord- och luftkvalité kommer att försämrans Buller från flyg, fordon och artilleri kommer att bli outhärdliga på vissa områden Fastigheter kommer att sjunka väsentligt i värde då dessa områden blir oattraktiva att bo i. Vi kommer inte att få bygglov om vi vill bygga till eller nytt. Vissa områden kommer troligtvis att bli avfolkade.

FÖRUTOM ENSTAKA ytvattenprover har Försvaret inte uppvisat några andra värden på vattenförorening, vilket är

viktigt för oss i detta område då vårt vatten förgrenas med Försvarets. Försvaret har redan lämnat kemikalier och gifter i både jord, luft och vatten och med en utvidgning av sin verksamhet kommer detta att öka ytterligare. Det är tänkt att även utländska förband ska öva i området och vi vet inte vad de har med sig i bagaget.

I DIREKT ANSLUTNING till Hedenbladets upptagningsområde finns Bodens Södra Skjutfält och Hedens övningsområde (Hedenbasen). Skjutning med artilleri, flygverksamhet så som taktisk lågflygning med helikopter, skjutning från flygplan mot markmål är några av aktiviteterna som du kommer att påverkas av. Bullernivån i området kommer enligt beräkningar som är gjord av WSP Akustik (det finns inga faktiska siffror) att ligga på mellan 90 dB och 100 dB. Enligt expertis på buller bedöms värdena vara realistiska och ligger till underlag för Försvarets tillståndsansökan. Nivåerna kommer med all säkerhet att i vissa fall vida överstiga de beräknade värdena. Försvaret kan heller inte garantera nedslagsplats av granat. Detta beror på bland annat årstid, väderlek, tekniska fel vid utprovning av nya vapensystem och mänsklig faktor. Vad gäller byggstopp så är bullergränsen 90 dB. Vi bör också tänka på att de kommer att skjuta över tätbebyggda områden. Kan det då tolkas som att det är ohälsosamt att bo här? Vad händer med våra fastigheter då?

FRÅN BODENS SÖDRA skjutfältvill de ha totalt 225 övningsdagar per år vilket

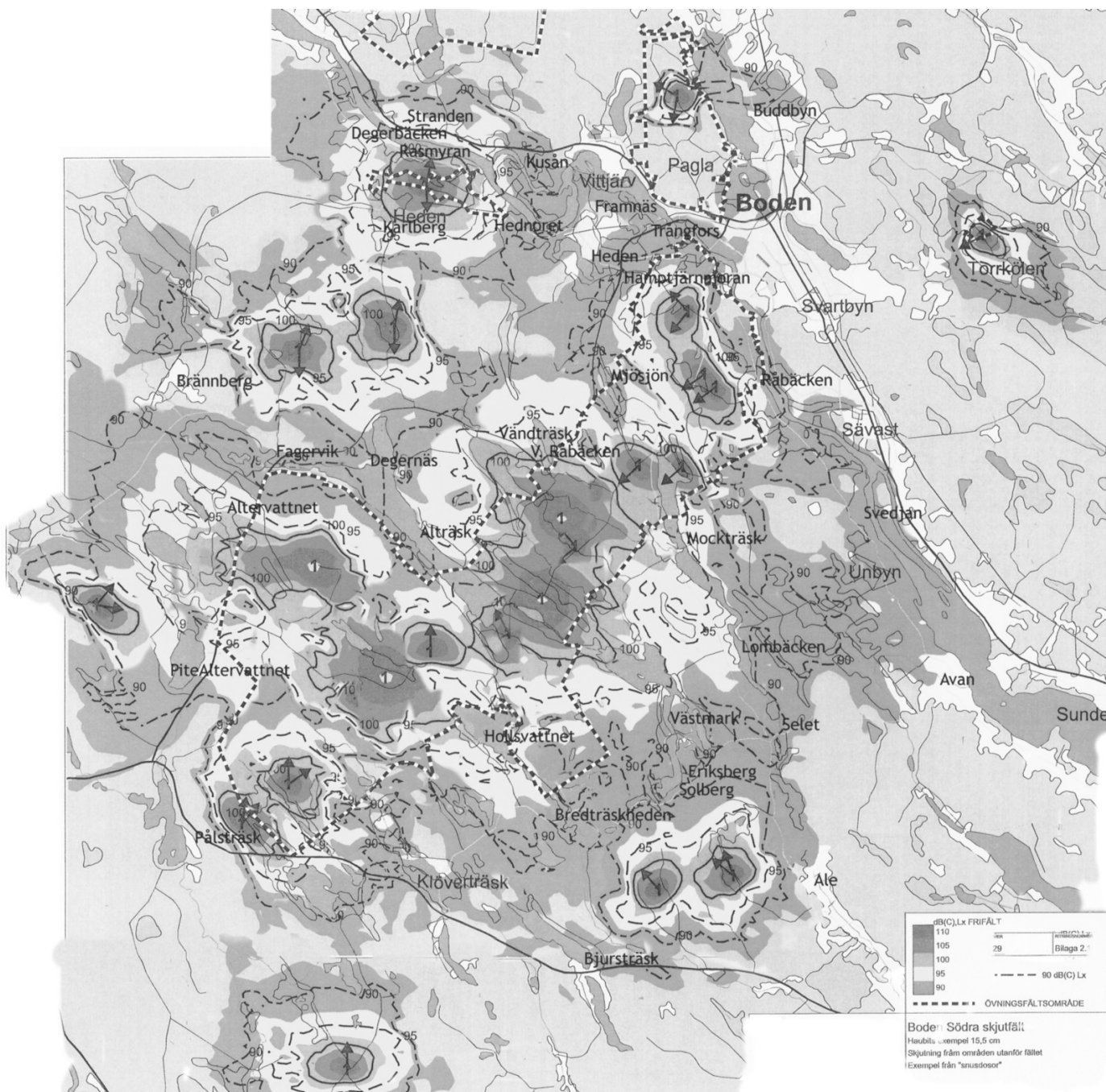
innebär i stort sett varje dag. 2 450 000 skott finkalibrigt det innebär ca: 11 000 skott per dag samt 18 200 skott grovkalibrigt vilket är 81 skott per dag. Aktivitet kommer även att ske nattetid.

VI KOMMER ATT FÅ veta mer kring Försvarets tillståndsansökan gällande utökning av skjutfältet på uppföljningsmötet i Klöverträsk torsdagen den 3 december. Hedenbladet kommer att följa utvecklingen av Försvarets ansökan och återkommer med mer

information i nästa nummer. OM DU VILL HA KONTAKT med någon och lämna ett yttrande kan du skriva till Länsstyrelsen på adressen norrbotten@lansstyrelsen.se

PÅ KARTA NEDAN kan du se de områden som berörs av Försvarets utökning.

Här nedan ser vi alla bullerkartor för grovkalibrigt som Försvaret lämnat in med sin tillståndsansökan sammansatt till en karta. Bullerkartorna är exempel på hur olika vapen och ammunition bullrar. Variationer på bullerområdena kan säkert förekomma beroende på var man skjuter från och var nedslagsplatserna är. Bullret kan nog även förändras p.g.a. av väder, vind, inversion och årstid m.m. Hur stort är egentligen bullerområdet om man tar in det värsta av faktorerna.





***God Jul och
ett Gott Nytt År
önskar vi alla våra
läsare!***