



Månadsnytt

Årgång 24 - Nr 4 - April 2008

Sveriges Pensionärsförbund - Seniororganisationen i tiden
Karlskogaföreningen

Äldredagen 80+ blev en stor succé



Stor publik 80+ blev det som hade hörsammat inbjudan till föredrag av överläkare Nanika von Hofsten med efterföljande kaffekalas. Se sidorna 6 o 7.

**Förstklassig
underhållning
på månadsmöte
med Per Sörman**

Läs mer på sidan 4

**Frun på
Östra Berg
presenterar
sig**

Läs om henne på sidan 9

**Bojkotter av
olika slag är
månadens ämne
för Ulla C**

kan man läsa på sidan 14

Almanackan

(Sparas lämpligen till nästa nummer av Månadsnytt)

Manusstopp för nästa nummer av Månadsnytt, tisdagen den 19 augusti.

Distribution, fredagen den 29 augusti.

Lördagen 26 april kl. 10.00-12.30

Träffen. Hotellgatan 10. Musikunderhållning.
Kaffeservering.

Måndagen 28 april kl 14.00

Utflykt. Allan Hede tar oss med på en "Naturvandrig runt Sandtorpsudden." Start från parkeringsplatsen vid Sandtorpsudden kl. 14.00. Ta med kaffekorg.

Tisdagen 29 april kl 14.00

Månadsmöte. Missionskyrkans samlingssal. "En stund med Nils Hahne och Sune Olson." Kaffeservering. Anmäl till exp. senast kl. 11.30 den 28 april. Tel. 302 40.

Onsdagen 14 maj kl. 15.00

Seniorbio på Sagabio. HÄRIFRÅN TILL EVIGHETEN. Från 1954. Pris 50:-. Se notis.

Fredagen 16 maj kl. 13.00

Utflykt. Allan Hede tar oss med på en utflykt till "Snavlundas blomsterängar" i södra Närke om vädret är bra. Samling vid Solbringen kl. 13.00 för färd i egna bilar. Ta med fika. Eventuellt besök i Snavlunda kyrka. Ytterligare information, bl.a. om definitiv utflyktsdag, se anslag utanför SPF-expedition.

Tisdagen 20 maj kl. 11.00

Utflykt till Ånnaboda. Buss avgår från busstation kl. 11.00, från Torget kl. 11.05, Solbringen och Sandviken ca kl. 11.15. Lunch kl. 13.15 efter tipspromenader eller en tur på egen hand. Maten betalas av deltagaren, 80:-kr inklusive dryck och kaffe.
Anmälan senast fredag 9 maj till exp. tel. 302 40. Först till kvarn gäller! Se även sidan 3.

Tisdagen 3 juni kl. 13.00

Utflykt, om vädret är bra, med Allan Hede till **Björskognäs,** där vi förhoppningsvis kommer att få uppleva blommande guckusko i mängd. Samling vid Solbringen kl.13.00 för färd i egna bilar. Ta med fika. Ytterligare information se anslag utanför SPF-expedition.

Tisdagen 10 juni kl. 13.00

Utflykt, om vädret är bra, till **Rönningshyttan** med Allan Hede för rundvandring och gemytlig samvaro. Ta med fika. (ev korvgrillning). Samling vid Solbringen kl. 13.30 för färd.

Övriga arrangemang:

Onsdagen 14 maj kl 14.00

På Karlskoga bibliotek berättar författaren Sten Johansson ur sina böcker om Kebbe Filur och sjunger till eget gitarrackompanjemang. Fri entré. Begränsat antal platser. Hämta din biljett på biblioteket eller ring 618 80 så lägger man undan! Kaffe i pausen.

Funktionärsträffen i år går av stapeln **tisdagen den 26 augusti** med lunch på Folkhögskolan. Särskilda inbjudningar skickas ut i början på juni.

Expeditionen är sommarstängd

från och med måndagen den 2 juni och öppnas igen måndagen den 25 augusti.

Telefonsvaren kommer att avlyssnas och mail och post besvaras under sommaren.

Vi hälsar följande nya medlemmar välkomna

Jan Ekberg, Odlarvägen 3
Käthy Eriksson, Tegnervägen 13 A
Sune Kjellin, Husarvägen 10
Sussi och John-Erik Larsson, Mantalsvägen 4
Åsa och Rolf Lindberg, Ängslyckevägen 4
Marita Mattsson, Kärne Ryttargården 412
Erik Olsson, Riksbyggevägen 11

Ansvarig utgivare:
Redaktionskommitté:
Annonser:
Kansli och expedition:

Föreningens ordförande:
Föreningens sekreterare:
Föreningens kassör:
Föreningens hemsida:
Föreningens PlusGiro:
Föreningens Bankgiro:
Tryckning:

Jan-Erik Averås, tel 72 53 00, 070-328 11 77. E-post: m-nytt@karlskogabredband.se
Bengt Aldén, Jan-Erik Averås, Ulla Carlström, Birgitta Hede och Inge Liljegren.
Britta Gillberg, tel 527 11. E-post: britta.gillberg@comhem.se
Solbringen, Loviselundsv. 73, 691 83 Karlskoga. Tel 302 40.
E-post: 0586-30240@telia.com Öppen vardagar kl. 10-12.
Allan Hede, tel 536 02. E-post: hede.abma@telia.com
Kajsa Werner, tel 541 63. E-post: kajsa.werner@folkbildningen.net
Gunnar Nordström, tel 546 79. E-post: gunnar.nordstrom@tele2.se
www.spf.karlskoga.just.nu
94 41 25-4
5715-5640
Karlskoga Grafiska, tel 300 53. E-post: grafiska@telia.com



Ordföranden har ordet



Vi är nu inne i den period som många upplever som den allra bästa på året, nämligen våren och försommaren. Blåsipporna har nästan blommat färdigt, vitsipporna är på gång och inom ett par veckor är vi inne i den mest intensi-

va vårblomningsperioden, den som vi brukar benämna "Mellan hägg och syren". Vi kommer nu att göra två botaniskt intressanta utflykter, nämligen till Snavlunda ängar i södra Närke och till Björskogsnäs strax söder om Grythyttan.

Utflykterna i skog och mark ingår i vår stora friskvårdssatsning, som i varje Månadsnytt presenteras och analyseras på friskvårdssidan av Inga-Stina Ander. Satsningen är inriktad på motion, goda kostvanor, meningsfylld sysselsättning och social samvaro.

För en vecka sedan genomfördes 80+-dagen. Det hade kommit in 194 anmälningar till denna dag, vilket överträffade våra förväntningar med stor marginal. 80+-dagen utgör en del i den satsning som vi 2008 gör på äldrefrågor och som på ett föredömligt sätt leds av Britt-Marie Danielsson. De synpunkter och önskemål som framfördes på 80+-dagen ska vi nu försöka beakta i kommande verksamhet.

Den 8 april genomfördes årets distriktsstämma i Örebro. Den 22-23 april kommer den nya styrelsen, i vilken jag och Kjell Selander ingår, att samlas för att diskutera och planera verksamheten inom SPF Örebrodistriktet. Som följd av Karlskogaföreningens storlek är vi mindre beroende av distriktsverksamheten än övriga föreningar. Mycket av distriktsverksamheten är dessutom koncentrerad till Örebro, vilket gör den mindre intressant för vår del. Det finns dock många pensionärsfrågor som handläggs på länsnivå, bl.a. sjukvård och länstrafik, och inom dessa områden måste vi vara aktiva.

För övrigt anser jag att verksamheten inom SPF centralt är alltför toppstyrd, en uppfattning som jag fått gehör för inom distriktsstyrelsen. Vi måste på alla nivåer inom SPF bli mer lyhörda för medlemmarnas synpunkter och önskemål än hittills.

Eftersom det här är sista numret av Månadsnytt före sommaruppehållet vill jag önska alla SPF-medlemmar en skön sommar.

Allan Hede

Seniorbio

Onsdagen den 14 maj kl .15.00
på Nya Saga-Bio. Pris 50:-

HÄRIFRÅN TILL EVIGHETEN

Vi avslutar seniorbiovåren med en gammal hederlig klassiker från året 1953. Filmen vann 8 Oscars bl a för bästa film. Många av den tidens stora skådespelare finns med, bland andra Burt Lancaster, Montgomery Clift, Deborah Kerr, Donna Reed och Frank Sinatra.

STARK, OFÖRGLÖMLIG, DEN PERFEKTA FILMEN var några omdömen.

Filmen utspelar sig på en militärbas. Här kolliderar passion och tragedi, medan den ödesdigra dagen 1941 närmar sig. Menige Prewitt är soldat och tidigare boxare, som manipuleras av sina soldatkamrater och överordnade. Hans vän Maggio försöker hjälpa honom men har egna problem att brottas med. Sergeant Warden och Karen Holmes spelar ett farligt spel som älskande i en förbjuden kärleksaffär. Alla dessa liv kommer att förändras för alltid då deras öden tar en ny vändning under det japanska angreppet på Pearl Harbour.

Seniorbion återkommer under september månad. Konceptet är andra onsdagen i månaden.

Inbjudan till ÅNNABODARESA 2008

Tidigare års uppskattade färd till Ånnaboda upprepas nu **tisdagen den 20:e maj**.

Avgång från busstationen kl 11.00. Påstigning kan även ske vid Torget kl 11.05, Solbringan och i Sandviken ca kl 11.15.

En buss för 50 personer, bekostad av SPF, är bokad, så först till kvarn gäller. Men blir vi över 80 hr vi en buss till!

På grund av stor beläggning i Ånnabodas restaurang kan vi inte serveras mat förrän kl 13.15 – 13.30, så vi tar utomhusaktiviteterna först, tipspromenader eller en tur på egen hand. Rullator är inget hinder.

Maten, som betalas av deltagaren, intas enskilt och vi får **dagens rätt till det facila priset av 80:- kr inkl dricka och kaffe.**

Återfärden beräknas ske ca kl 15.00.

För att veta hur många som kommer måste vi få **Din anmälan senast fredagen den 9 maj** till SPF:s expeditionsadress: SPF Karlskogaföreningen, att: Inge Liljegren, Loviselundsvägen 73, 691 83 Karlskoga eller per tel: 0586-302 40.

Boka in datum redan nu i Din almanacka!!

Med Vänliga Vårhälsningar: Inge L



En glad och stor publik underhålls . . .

Bildspel och utflykt till visornas värld på månadsmötet

Månadsmötet den 1 april var välbesökt, ca 110 personer räknades in! Antingen hade man på känn att det var tårta till kaffet, eller också hade många hört talas om underhållaren Pär Sörman.

Som vi kunde läsa redan i förra Månadsnytt har vår förening lugnt och stilla fyllt 30 år. Vi har ju inget stort uppslaget jubileum, men Allan Hede hade letat upp bilder och visade en fin kavalkad över de gångna 30 åren. Både nytagna och gamla bilder var med och några av deltagarna kunde ibland ge mer information än Allan hade.

Eftersom det var ett lite speciellt tillfälle, var det verkligen lyckat att vi fick så förnämlig underhållning att lyssna till. Trubaduren och underhållaren Pär Sörman tog oss med till visornas värld och bjöd på ett mycket varierat program.

”Lilla vackra Anna” får oss att tänka på Alf Prøysen, men visan är skriven av en värmländsk präst, Bengt Henrik Alstermark.

Vi fick höra ett par visor av Nils Ferlin. ”Syner i lövsprickningen” (mel. av Gunnar Turesson) framfördes på ett ganska originellt sätt, då sången fick mellanspel av munspel och concertina (ett slags dragspel som förr var vanligt i Frälsningsarmén) - och dessa två instrument trakterade han samtidigt! Vi fick också höra ”I folkviseton” (mel. Torgny Björk), en vacker visa som tål att höras ofta.

Evert Taube måste ju vara med vid ett sådant här tillfälle. Pär Sörman berättade en del om honom. Han hade nästan blivit tvingad av sin far att gå till sjöss (alternativet hade varit internatskola,

men själv ville han gått i konstskola och lärt sig måla).

Vi fick höra två sjömansvisor. Den första lär enligt myten vara den visa som satte igång Taubes karriär



. . . av trubaduren och underhållaren Pär Sörman.

som vissångare 1919. Det är visan om Karl-Alfred som höll på att råka illa ut i Port Adelaide. Minst lika dramatisk är Eldarevalsen. Pär Sörman berättade senare att han hade varit skådespelare i 20 år. Det kunde man förstå av hans dramatiska framförande av visorna.

Från det dramatiskt burleska övergick Pär Sörman sedan till en vacker och vemodig visa av Mikael Wiehe. Den heter ”Den jag kunde va” och skrevs till Björn Afzelius under hans sjukdomstid i lungcancer som ett slags avsked.

Till sist fick vi höra ett par av Dan Anderssons visor. Den ena: ”Till min syster” var en födelsedagspresent till hans lillasyster. Bara tre år senare, 32 år gammal, dog Dan Andersson tragiskt i sömnen på ett hotell i Stockholm, därför att man hade vädrat för dåligt efter en cyanväterökning mot vägglöss. Hans fru födde deras dotter 6 månader senare.

Nils Ferlin beundrade Dan Andersson oerhört och sörjde över att de inte hade fått träffas. Så här sa Ferlin: ”Dan Andersson var diktarnas diktare, och så dog han som en lus.”

Den här turen in i visornas värld hade bjudit på allt från skratt till vemod och en tår i ögonvrån, när Pär Sörman avtackades med kraftiga applåder.

Text: Birgitta Hede Foto: Jan-Erik Averås



Duvedalsgranen är en av de största i Sverige. Den är 3,65 m runt om i brösthöjd och c:a 40 m hög och är verkligen imponerande. Tre karlar behövdes det för att nå runt den.

Utflykt till Duvedalsgranen

Den 29 mars var Allan Hede på Lördagsträffen och berättade om utflyktsmål som han planerat i och runt Karlskoga. Han visade fantastiska bilder från de olika ställena som verkligen lockar till att följa med.

Onsdagen den 3 april var det dags för den första utflykten, som gick till Duvedalsgranen. Samling skedde vid Solbringens och ett dussin personer hade lockats av det fina vårvädret. Vi packade ihop oss i tre bilar och åkte till Mölle, som ligger på Kosia. Därifrån tog vi oss uppför en hög slänt för att komma till "Degerfors värsting" – Duvedalsgranen. Det går också att åka runt om med bil och få plan mark att gå på.

Kom med på en utflykt Du också! De är annonserade i Almanackan på sidan 2. Tag med fikakorg.

Text och foto: Majken Lasson



Tillbaka vid rastplatsen satte vi oss vid picknickborden, plockade fram våra kaffekorgar och njöt av solen och glittret över Möckeln.

Studier på gång

Av Kajsa Werner, studieombud

Datakurs

I Bergslagsskolans datasal sitter fjorton seniorer från SPF och lär sig Open Office, Internet och digital bildbehandling. Handledare är Alexander, Jonas och Oskar, tre gymnasieelever som går sin sista termin och genomför seniorkursen som ett projektarbete. Varje tisdag och torsdag eftermiddag har de en hektisk tillvaro, det är nätt och jämt att det räcker med tre handledare för de vetgiriga veteranerna.

Man kan ju hoppas på en uppvisning av bilder och bildspel för hela klassen så småningom!



Handledarna Jonas och Alexander undervisar SPF-eleverna Ulla Olsson och Bertil Edling.

Läsecirkel

Starten för läsecirkeln blev först en träff i mars på biblioteket med bibliotekarierna, som visade oss runt och delade med sig av boktips. De som var intresserade av en läsecirkel fick anteckna sig på en lista.

Så samlades den 11 april åtta bokmålare (det kommer en till senare) i Solbringens studierum för en första träff i läsecirkeln. En rundfrågning visade att alla läser mycket, bl.a. romaner, biografier och historiska verk och det finns intresse för litteratur med anknytning till Andra världskriget. Efter att ha diskuterat olika förslag valde vi som första bok att läsa Bernhard Schlinks "Högläsaren". I skrivande stund har det visat sig att boken kanske är slut på förlaget, men det finns ju andra böcker!

Över 190 kom till 80+-dagen den 17 april

Missionskyrkan var nästan fullsatt, när Allan Hede och Britt-Marie Danielsson hälsade alla välkomna. Det var strålande solsken ute och, även om en del tagit käppar och rullatorer till stöd för att komma, så var alla glada och förväntansfulla.



verläkare Nanika von Hofsten berättade inlevelsefullt om allehanda krämpor och hur man ska förhålla sig till dem.



En riktig tackkram fick Nanika av Hjalmar Ögren, medlem i arbetsgruppen för 80+-aktiviteterna.

Och förväntansfull kunde man vara med rätta, för sedan följde ett inspirerat föredrag av överläkaren vid Karlskoga Lasarett Nanika von Hofsten. Med stöd av bilder klarade hon ut det mesta om hur man bör förhålla sig till de flesta av de krämpor och sjukdomstillstånd som vi råkar ut för i livet.

Det finns många sanna gamla sentenser att ta fasta på. ”Den gamla läkaren talar latin, den unga läkaren talar engelska, den goda läkaren talar patienternas språk”, har en Gerhard Kocher sagt. Nog är det också så att ”Alla vill leva länge, men ingen vill bli gammal”. En läkare ska alltid följa goda etiska regler och vara till för att trösta, lindra och bota.

Med detta för ögonen fick vi veta hur man ska förhålla sig till hormoner, diabetes (obs att det finns typ I och typ II med helt olika sjukdomsbild), högt blodtryck, stroke, förhöjd blodfetthalt, benskörhet och ryggsnitt, som hos äldre nästan alltid i stället är en kotkompression.

Nanika avslutade med att nämna tre personer som är hennes ledstjärnor genom livet, nämligen först hennes egen Mamma sedan Sigbritt Werner, berömd hypofysspecialist och sist Nelson Mandela. Det räcker långt tycker hon.

Avtackad med en fin blomma fick Nanika en jätteapplåd, innan församlingen tog sig ned till den med kaffebord fulldukade samlingsalen.

Text o foto: Jan-Erik Averås



Vid varje kaffebord fanns en enkätblankett med följande frågor att svara på: Önskas fler äldreträffar för 80+? Hur många per år? Vilka ämnen vill ni diskutera eller få mer kännedom om? Vilka föreläsare (namn o yrkesgrupp)? Vilken lokal är lämpligast? Vilken förtäring önskas? Andra frågor som är viktiga. Svaren hoppas vi kunna redovisa i nästa nummer av Månadsnytt. Har Du som inte var med några synpunkter att lämna så kontakta Britt-Marie Danielsson, tel. 122 32.



Britt-Marie Danielsson i samtal vid ett av kaffeborden.



Sonja Persson serverar kaffe till Elna Olsson med Ella Andersson och Gunry Edén bredvid. Med ryggen emot sitter Inga Bylander, Margit Hallström och Britta Rydow-Erikson.



Många kända ansikten kring ett av kaffeborden.



Nanika fick en fråga av förrre föreningsordföranden Ingrid Jansson.



**Underkläder
Badkläder**

Passform
Kvalité
Personlig service

Smak Biten

Torget 4, Karlskoga • Tfn 343 43

Smörgåstårter

Exempel:

Majonnäs 40:-/port

Färskost 50:-/port

Välj bland 7 sorter

Smörrebröd 55:-

Exempel:

Spätta med remouladsås

Rostbiff med potatissallad

Ansjovis

Smörgåsar från 35:-

Sallader 55:-

Kjell Selander blir ersättare i distriktsstyrelsen

Kjell Selander nyvaldes som ersättare och Allan Hede är kvar ytterligare ett år som ledamot i distriktsstyrelsen. Det blev bl.a. resultatet vid Örebro SPF:s Distriktsstämma för medlemsföreningarna i Örebro län som avhölls tisdagen den 8 mars i Wadköpings utbildningscentrum (f.d. Alnängsskolan) i närvaro av 120 delegater plus ett antal gäster. Karlskoga som med sina 1 416 medlemmar är den ojämförli-gast största föreningen i länet representerades av 8 delegater. Hela länets medlemsantal är f.n. 6 547.

Förutom parentation över avlidna medlemmar, som detta år hölls av prästen Sören Carlsvärd, höll distriktsordföranden Inga Davidsson-Friberg ett intressant inledningsanförande, där hon bl.a. visade vilket stigande antal nya ålderspensionärer vi kommer att få de närmaste åren.

Därefter var det flera av gästerna, däribland PRO:s distriktsordförande Gunnel Forsberg från Karlskoga, som passade på att tacka för inbjudan och för samarbetet med SPF.

Peter Hayward och Jan Franzon bjöd sedan på förnämlig musikunderhållning med välkända melodier som Frösöblomster, Åsa Jinders Av längtan till dig och den engelska storslagern We'll meet again.

Vid de efterföljande årsmötesförhandlingarna, som leddes av Börje Gustafsson med Anders Jones som vice mötesordförande, omvaldes bl.a. Inga Davidsson-Friberg till distriktsordförande för ytterligare 1 år. Allan Hedes mandat kvarstår 1 år. Som

ersättare nyvaldes tillsammans med tre andra Karlskoga Kjell Selander. Degerforsaren Filip Hellström kvarstår ytterligare 1 år som duktig revisor. Som ledamot i valberedningen kvarstår också Bengt Aldén.

En smula anmärkningsvärt var att resultaträkningen för år 2006 gav ett plus på 117 tkr medan år 2007 bara gick med ett plus på 10 tkr. Enligt kassören berodde detta på högre lönekostnader och investeringar i kontorsutrustning.

Efter alla val och programpunkter var det sedan dags för lunch och hemfärd.

Text o foto: Bengt Aldén



Kjell Selander.



Karlskogabänken från höger: Kajsa Werner, Birgitta Jones, Lillebil Sucksdorff, Hermine och Harry Söderberg, Inge Liljegren och Anders Jones. Kjell Selander var inte själv med när han blev invald i Distriktsstyrelsen.

Vi tar dig ut i världen, men håller priserna på jorden?

Ring 0586-72 10 50.

SEMESTERRESOR
KONFERENSRESOR
AFFÄRSRESOR
GRUPPRESOR

Svenska
**Rese
Bolaget**

www.resebolaget.se

Fax: 0586-72 10 69

info.karlskoga@resebolaget.se

Postadress: Box 31, 691 21 Karlskoga

Butik: Ekmansbacken 1, Karlskoga

Frun på Östra Berg en ny tillgång för SPF

När Britt-Marie Danielsson efter sin pensionering kände att hon hade lite tid över och inte längre hade så många måsten gick hon 2006 in i SPF. Där blev hon snabbt övertalad och engagerad som en av SPF:s två representanter i Kommunala Pensionärsrådet, KPR. I år blev hon också invald i vår styrelse med speciellt ansvar för de äldsta medlemmarna. Men hon är även intresserad av SPF:s nya satsning på de nya pensionärerna, de s.k. 40-talisterna.

I botten har Britt-Marie en gedigen utbildning som lärare och rektor. Som lärare arbetade hon i 28 år och som rektor i 15 år i olika skolor.

– De sista åren arbetade jag i Brickegårdens skola med att bygga upp undervisningen för alla asylbarn i åldrarna 4 -19 år. Det var också både lärorikt och spännande att ta hand om de barnen. För övrigt ångrar jag aldrig att jag valde läraryrket, säger Britt-Marie.

– Arbetet inom KPR tycker jag är intressant och givande och man kan förhoppningsvis vara med och påverka lite för det verkar som om de kommunala beslutsfattarna lyssnar på vad vi pensionärer kommer med för förslag och åsikter.

– SPF:s satsning på 40-talisterna, vilka blir allt fler, blir också allt viktigare. Men för att locka de nya pensionärerna till våra möten och aktiviteter kanske pro-



Britt-Marie Danielsson.

grammen och aktiviteterna i föreningen ska vara lite olika utformade för de olika åldersgrupperna.

– För övrigt känns det bara bra att få vara med och driva en del frågor samtidigt som man lär känna andra och nya människor, framhåller Britt-Marie.

Maken Dan är också medlem i SPF. Han arbetade först med metallurgi inom Bofors tidigare stålsektor, men därefter var han i många år säkerhetschef inom Bofors, ett spännande uppdrag. Dans engagemang inom Hemvärnet och hans jaktintresse bidrog väl också till att han under många år också var ansvarig för Boforsbolagets årligen återkommande jakter med alla dess prominenta gäster.

Som jaktkunnig har Dan fortfarande hand om hjortarna inom Björkborns fabriksområde. För att inte beståndet där ska bli för stort måste man också varje år skjuta av ett antal hjortar.

Paret Dan och Britt-Marie gifte sig 1963 och bor i den vackra anrika gården Östra Berg utefter vägen mellan Källmo och Granbergsdal. Med sina sidobyggnader liknar gården närmast en liten by. Till familjen hör också två nu utflugna döttrar och fyra barnbarn.

Vid redaktörens besök gick ett 15-tal hjortar och två tranor lugnt betande på det intilliggande gårdet till synes lyckligt ovetande om gårdsherrens jaktintresse.

– Ja, här har vi nästan dagligen besök av djur. I skogarna här intill finns det för övrigt gott om både rådjur och hjortar, berättade Dan.

Text o foto: Bengt Aldén



Britt-Marie och Dan framför en del av Dans många jakttrofäer och priser.

STIL

För man & kvinna

Tidigare Larsson & Cammerudh
Vi har kvar de gamla leverantörerna och mycket mer.
Från vardag till fest för Man & Kvinna!

Erbjudande bara för dig!

15% rabatt på alla skjortor!

Gäller endast vid uppvisande av annons!

Vi står för kvalitet, kunskap och service.

Välkomna!

Helén, Birgitta & Patric

hälsoliv

Auktoriserad hälsobutik
Bergsmansgatan 2, 691 31 Karlskoga
Tfn 0586-300 66

life

**Välkommen
till oss!**

Öppet alla dagar
till kl. 21.00



KARLSKOGA & DEGERFORS

Friskvårdssidan

Kubbspel

”Kubbspel är ett roligt spel som motionerar även skrattnusklerna.” Så står det i ett brev, som kom styrelsen till del i januari. **Nu är det dags!!** Lars-Erik Larsson ställer upp med kubbspel och tar emot anmälningar på telefon 39872. Blir det några stycken så drar han igång snarast i närheten av boulebannan vid Möckeln.

Alla kan vara med. Du behöver inget annat än barnasinn och ett glatt humör!

Lättgymna på Solbringan



Uppvärmning!

Varje onsdag kl 1400 är det lättgymna i Solbringans motionsrum. Man deltar i de övningar, som man tror sig klara av. Tillåtet att vila en stund på någon stol, om det känns så. Valfri klädsel gäller. Detta är något både för damer och herrar!

Alla som vill är välkomna hälsar Lili-Ann Regestad.

Text o foto: Gunnar Regestad

Information och inbjudan

till nytt friskvårdsprogram kommer i augustinumret från Colluseum Club.

Engelska för seniorer

Om det finns intresse så planerar vi att genomföra en studiecirkel i engelska till hösten. Minst fem intresserade bör det vara, och cirkeln ska troligen inriktas på lätt engelska – kanske med turistanknytning? Anmäl er till SPF:s expedition eller till mej, Kajsa Werner, tel 541 63.

Välkomna till SPF-Golf på Valåsens golfbana 2008

SPF-golf spelas nedanstående måndagar med anmälan kl. 07.15 – 08.30. Första start kl. 07.34.

Spelprogram

Programmet är preliminärt och eventuella avvikelser anslås på tävlingsexpeditionen.

PB=Poängboge, Slg= Slaggolf

Våren

28 april PB, **5 maj** Slg, **12 maj** PB, **19 maj** Slg, **27 maj** PB (obs tisdag), **2 juni** Lagtävling Four-some (föranmälan), **9 juni** Slg, **16 juni** PB och **23 juni** Slg.

Hösten

4 augusti Slg, **11 augusti** PB, **18 augusti** Slg, **25 augusti** PB, **1 september** Slg, **8 september** Lagtävling 6+6+6 (föranmälan), **15 september** Slg SPF-kannan, **23 september** PB (obs tisdag), **30 september** Slg (Obs Tisdag), **7 oktober** PB (obs tisdag) och **10 oktober** PB Scramble, (anmälan).

Lunch och prisutdelning efter tävlingen och lunchen.

Funktionärer

Niels J Eklundh	tel. 513 24
Hilding Helgeson	tel. 564 04
Göran Malmberg	tel. 523 65
Egon Vörde	tel. 308 83

SPF har på riksnivå startat en ny tävlingsform som kallas partävling – bästboll – poängboge, som spelas med kvalspel på valfri bana. Under hösten spelas i finaltävling i Nynäshamn dit de 40 bästa lagen blir inbjudna. Mer info finns på förbundets hemsida samt på anslag på golfbanan.



*När du mist någon
som står dig nära*

Med personligt engagemang, präglad av omtanke och valfrihet, hjälper vi dig med allt som rör en stilfull och värdig begravning.

Värmlandsvägen 2, Karlskoga

Tel. 0586-534 10

Välkommen!

Vi gör gärna hembesök • Jour dygnet runt

FONUS

www.fonus.se • 020-87 00 87



Gift? Skild? Sambo?

- Skapa trygghet för hela familjen!

Vi hjälper dig med rådgivning och upprättar handlingar inom bl. a.

- gåvobrev
- samboavtal
- deklarationer
- bodelningar
- testamenten
- äktenskapsförord

Välkommen till Värmlandsvägen 2 i Karlskoga!
Tel. 0586-545 72, 534 40

Familjensjurist

www.familjensjurist.se • 020-97 00 97

Välj bostadsrätt du också



Karlskoga

Trygghet - Gemenskap - Omtanke

Aldrins Tyger o Ting

Vårnytt!

**Välkommen in att
titta på vårens nyheter
för hemmet.**

Kyrkotorpsvägen 3 (bakom hotellet)
Telefon 557 42

Öppet:
Må-fre 10-18, lunchstängt 13-14
Lördag 10-13

Några märkesdagar i maj månad

Sammanställt av Bertil Edling

”Gott majeregn giv, låt dugga tätt ned, låt varm dagg örterna fukta. Oss torkan fördriv, låt frosten ej mer de späda blomstren tukta.”

Så anmodades en gång för länge sedan Vår Herre ordna maj-väderleken i en välbekant dikt av Lars Wivallius. Egentligen hette skalden Lars Svensson och kom från Vivalla, men enligt tidens sed (1600-talet) latiniserade han som student sitt namn och det är under det han gått till vår litteraturhistoria som en av tidens stora lyriker och äventyrare. Och visst vill vi väl även idag ha instundande maj månad som en blomstermånad med naturen i sin fagreste vårgrönska och fågelsång och där ”svalera singlar i höjden och molntappar seglar som snö” för att citera en annan välbekant närking.

I år infaller **Kristi Himmelfärdsdag** så tidigt den någonsin kan i enlighet med Apostlagärningarnas anvisningar, nämligen redan den 1:e maj. (Nästa gång detta inträffar är först år 2160, red anm.) Förr var många traditioner knutna till Kristi Himmelfärdsdag. I många landskap var det första metardagen och ville man försäkra sig om god fiskelycka hela året skulle man den dagen svälja den första fisk man fick upp levande. I Närke skulle kvinnorna till och från kyrkan ”gå i särkarna (eller linntygsärmar) även om man på grund av köld tvingades bära päls utanpå” och i Bohuslän skulle ungdomarna ut i skärgården och leta ägg. Det ansågs också vara en bra dag att skala björkris till vispar. På många håll firades gökotta tidigt på morgonen.

Eftersom man trodde att den som på fastande mage hörde göken gala skulle bli ”*dårad*”, dvs. drabbas av otur eller olycka, åt man en bit bröd, drack kaffe och brännvin till, innan man begav sig iväg och på det sättet fick vi vår välkända ”kaffegök”. Om göken gol på olövad kvist visste man att många oäkta barn skulle födas det året i socknen. Med tanke på att Kristi Himmelfärdsdag är en rörlig helg kan man i efterhand fundera på sannolikheten i våra förfäders uppfattningar.

Detta år infaller också **Pingsten** i maj månad. Förr betonade man att den helgen var ”Kyrkans födelsedag” och ”Andens högtid” och då hade den också en helt annan betydelse än i vårt sekulariserade samhälle. Fram till 1773 firades den sålunda hela fyra dagar, men sedan fick vi som bekant nöja oss med två och nu har den krympt till en dag till förmån för nationaldagen som blev helgdag 2005. Men fortfarande är den en populär bröllophelg och alltjämt passar väl åtskilliga ungdomar på att under pingsten, ”hänryckningens tid”, läsa fram för prästen, dvs. konfirmeras.

Bondepraktikan förlägger **sommarens ankomst** först till den 25 maj, Urbandagen, enligt den gamla ramsan ”Urban, Vilhelmina och Blenda skola sommaren leda”. Om Urbandagen trodde man att om den var den kylig blev sommaren varm och tvärtom.

Till maj hör också **Mors dag**, nämligen den sista söndagen. Tanken med denna från början amerikanska sed var säkert mycket god och även i vårt land uppmärksammades den stort i början, inte minst i skolorna, där eleverna ofta gavs extra tid för teckning av morsgratulationer. Detta är numera borta. En lobbygrupp som emellertid snabbt förstod att exploatera Mors dag var våra affärsmän. Numera kan vi konstatera att det ideella innehållet klingat av till förmån för kommersiella intressen.

Nutidens almanackor har som bekant rätt att ta upp allt vad man vill skall firas. Det kan bli ett sammelsurium av vettigt och stolligt om vartannat. Vad sägs t.ex. om följande märkesdagar i maj från en ”modern almanacka”:

7 maj: **Världsskrattdagen**, 9 maj: **Europadagen**, 15 maj: **Internationella familjedagen**, 24 maj: **Nationalparkernas dag**, 25 maj: **Handdukens dag**, 31 maj: **Världsdagen mot tobak**.

Det är bara att konstatera att även på almanackfronten har mycket hänt sedan 1747-1972 då Kungl. Vetenskapsakademien hade utgivningsprivilegiet och ansvaret för god ton och etik.

Trevlig sommar förresten!



Så här kunde pingstkonfirmander se ut omkring år 1900 på väg till sin första nattvardsgång. Tiderna har förändrats!

Tänk om vi kunde bojkotta dem som tagit bort vår Fixarservice!

Det är mycket om OS och Kina just nu. I många länder höjs röster om att bojkotta spelen – själv vet jag egentligen inte vad jag skall tycka.

På något sätt anser jag att man borde angripa problemet vid roten – hur kan IOK gång på gång utse diskutabla länder att arrangera OS?

I år är det f.ö. 100 år sedan den första bojkotten av ett OS ägde rum. Vid sommarspelen i London 1908 uteblev Irland som ett led i sin befrielsekamp mot England. Nog borde IOK tänka till och försöka undvika att utse förtryckarstater till OS-värdar. Det finns ju faktiskt många hugade spekulanter, som uppfyller de människorättsliga moralkrav man bör ställa på en OS-arrangör.

En lösning som framskyttat är att i framtiden permanent förlägga spelen till Atén, som ju är den rätta vaggan.

En total bojkott vore naturligtvis också fel – att hindra skickliga friidrottare, som slitit och tränat i årtal, från att få mäta sina prestationer med världseliten vore ju förskräckligt.

Nej, jag hoppas verkligen att den Olympiska Kommittén tänker till ordentligt inför framtida OS.

Från idrottens värld till böckernas: Inför påsken inhandlade jag en härligt tjock bok av den engelska författarinnan Penny Vincenzi. Av texten på baksidan framgår att ”här presenteras ett myllrande rikt och intressant persongalleri” – och nog myllrade det alltid! Innan jag hunnit till sidan 10 hade 22 olika personer passerat revy och bara några sidor senare ytterligare ett tiotal. Handlingen rör sig om den finansiella kris, som drabbade Lloyds i London på 1980-talet och de återverkningar den fick på många människor med ekonomisk ruin och flera självmord i kölvattnet. Jag har kämpat mig fram till sidan 412 (av 600) och har bara ett råd: Köp inte ”En ren skandal”!

I morse ”pajade” en taklampa i mitt badrum, och eftersom jag numera är lite rädd att klättra alltför högt, ringde jag de trevliga gossarna på ”Fixarservice” – räddarna i nöden.

De befann sig i enviroingerna så 20 minuter senare var lampan utbytt. Jag fick då veta att de var uppsagda till den 17 april.

Vi är många äldre som verkligen uppskattat att få ett handtag med de där sakerna man inte vågar (klättra t.ex.) eller klarar av. Tror kommunen de sparar pengar på att plocka bort den här lilla hjälpen har man förmodligen bitit sig i den s.k. rumpan. Benbrott och andra fallolyckor kan nog bli mer kostsamma!

F.ö. skall vi nu snart fira Solbringens 25-årsjubileum med diverse festligheter att se fram emot.

Glad Vår!

Ulla C

När jag var ung ville jag ha en eldig älskare. Nu för tiden har jag mer glädje av en duktig hantverkare.



Ur
Gunilla Dahlgrens
Lilla fruntimret
vet bäst

? Gåttfullt ?

av Birgitta Hede

Nu kommer en ny omgång med pojknamn.
(Stavningen stämmer som vanligt inte alltid.)

1. Han går en liten runda på 10x10 m.
2. Han förstår hur strömmen går.
3. Finfördelar något som blir en dryck.
4. Är han som inte vet något i huvudet.
5. Han kommer inte nu men en annan.
6. Han vill inte bråka om karamellerna.
7. Kan han slå på t.ex. pianot.
8. Strömavbrott i England (två bra svar finns).
9. Längtade han till i dag.
10. Lite mer än 7x7 m.
11. Önskar kraftigare än de andra.
12. Att vänslas med åskguden.
13. Han är höjdpunkten.
14. Oden var förmer än honom.
(OBS! Svaret är inte namnet på någon av Odens "underlydande")



Lämna svaren på SPF:s exp. senast fredag 30 maj, även om Du inte löst allt. Du kan vinna i alla fall. Svar och vinnare meddelas i nästa nummer.

Svar på gåtor i marsnumret

1. Icke-grej. **Odon**
2. Reser och lyfter. **Åkerbär**
3. Säker död att hamna i. **Lejongap**
4. Friden för en rådjursläkting. **Hjortron**
5. Nytvättad flagga. **Renfana**
6. Värmländsk glosa för oss. **Viol**
7. Starta ett irrationellt tal på engelska. **Pion**
8. Dammanhopning i spansk eller italiensk sjö. **Tussilago**
9. Tanke om hur man ska klara att springa ännu längre. **Orkidé**
10. Au, du och jag eller hur. **Gullviva**
11. Skogsgud med importavgift. **Tulpan**
12. Har du nån kosing? O nej, jag har . . .
Alsikeklöver

En lösare hade alla rätt: Lena Lund, Herstorpsvägen 13, Karlskoga, som får hämta 2 st. Trisslotter på SPF exp. Extra beröm för nr 6: viol.

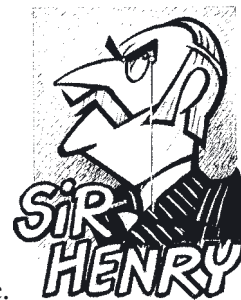
Förmögne Olsson fick två konsertbiljetter i ett brev på posten med underskriften "Gissa från vem".

Förmögne Olsson kunde inte gissa, hur mycket han än försökte.

Men det var klart att han var tacksam och tog sin fru med sig på konserten.

När de sedan kom hem var villan plundrad på alla dyrbarheter. På köksbordet låg en lapp där det stod:

"Nu vet ni från vem".



Frisk är bara den som inte är ordentligt undersökt.

Läkaren till patienten:

– Ta den här tabletten när ni lägger er i kväll och den andra om ni vaknar i morgon bitti.

Läkaren till en överviktig patient:

– Den här medicinen ska tas på fastande mage, herr Svensson – om ett sådant tillfälle någonsin erbjuder sig!



SPF:s resekommitté inbjuder till

Resa till Baldersnäs

Torsdagen den 29 maj. Pris 395:-

I priset ingår bussresa, för- och eftermiddagskaffe samt lunch på Baldersnäs Herrgård.

Fullbokat. Endast reserver.

”Ut i det blå”

Onsdagen den 25 juni. Pris 495:-

Inkl. buss från Karlskoga, för- och eftermiddagskaffe, lunch inkl. måltidsdryck och kaffe, entréer och visning enligt program. Fullbokat. Endast reserver.



Trädgårdsresa till södra England

3 – 11 juli. Pris 8.785:-

SPF:s medlemmar inbjuds delta i Karlskoga Trädgårdsförenings ”Rosenresa till England” via Holland och Belgien. Reseledare Marianne Cornelid.

Anmälan och mer information tel. 505 98. Sista anmälningsdag den 15 maj!

Opera på Skäret: Tosca

Lördagen den 9 augusti. Pris 1.045

I priset är inkluderat buss, lunch på Bångbro Herrgård, biljett till Operan och kaffe på hemresan.

Föreställningen börjar kl. 16.00. 10 platser finns kvar. Anmälan omgående.



Helsingforskrussning

24- 26 augusti. Pris 1.050:-

I priset ingår: buss, båtresa t.o.r., 2-bädds fönsterhytter ombord, 2 frukostar, 1 smörgåsbord, besök i kyrkan på Tempelplatsen samt bussrundtur.

I Arns Fotspår

Torsdagen den 11 september. Pris ca. 525:-

Inkl. buss från Karlskoga, för- och eftermiddagskaffe, lokalguide, lunch inkl. måltidsdryck.

Utflykt i Stockholms skärgård

Torsdagen den 17 juli

Inklusive buss kaffe och lunch och båtresa. Pris meddelas senare.

Teaterresa till Stockholm: Arsenik och gamla spetsar

Lördagen den 11 oktober. Pris 715 kr.

Inklusive bussresa kaffe på ditresan, parkettbiljett, tvårätters middag inkl. läsk/lättöl o kaffe.

P.g.a. den stora efterfrågan på biljetter, anmälan omgående!

Planerade resor: ”Adventsutflykt med lunch den 30 november”

Den som har gjort en resa har alltid något att berätta.

Välkomna att resa med oss i Resekommittén:

Marianne Cornelid tel. 505 98, 070-316 64 65 • Leif Edström tel. 306 98

OBS! Till er som betalar till SPF:s expedition: Medtag jämna pengar.

Resekommitténs bankgiro: 885-2634