



Månadsnytt

Årgång 25 – Nr 4 – April 2009

**Sveriges Pensionärsförbund – Seniororganisationen i tiden
Karlskogaföreningen**



Ett säkert vårtecken är när torghandeln med blommor kommer i gång. Foto: Bengt Aldén.

**Jordanien –
mycket sand och
lite gräsmatta.**

Läs om
Tore Bohls resa
på sidan 11.

**Sköna maj välkommen/
Välkommen till
vår bygd.**

Läs Bertil Edlings artikel
om Erik IX:s öde
på sidan 13.

**Grådaskiga fönster
går att putsa –
men vad gör man
med somligas
grådaskiga moral?**

Läs om detta på sidan 14.

Almanackan

(Sparas lämpligen till nästa nummer av Månadsnytt)

Manusstopp för nästa nummer av Månadsnytt, tisdagen den 18 augusti.

Distribution, fredagen den 28 augusti.

Måndag 4 maj kl. 14.00

Avslutning Karlskogiana. Samling utanför polishuset strax före kl. 14.00.

Tisdag 5 maj kl. 10.00

Besök på Morphic. Samling utanför strax före kl. 10.00. Anmäl deltagande till exp. tel: 302 40.

Tisdag 5 maj kl. 14.00

Månadsmöte. Missionskyrkans samlingssal. Christer Lasson: Presentation av SPF/Karlskogas hemsida. Leif Björk: Dan Andersson – liv och dikt. Sång och tal. Anmälan senast 4 maj kl. 11.30 till exp. tel: 302 40.

Torsdagen 7 maj kl. 14.00

Träffen. Kafferepet.

Måndag 11 maj kl. 14.00

Träffen. Stickkafé.

Tisdagen 12 maj

Utflykt till Ånnaboda. Avresa från Busstationen kl. 11.00, Torget kl. 11.05, Solbringen kl. 11.10 och Sandviken 11.15. Lunch kl. 13.15- ca 13.30 som betalas av deltagaren, dagens rätt inkl. dricka och kaffe kostar 89:-. Utomhusaktiviteter, som passar alla, före lunch. Omgivningarna är mycket gävnlige. Återfärden sker ca kl. 15.00. Anmäl senast den 29 april till SPF:s exp. tel: 302 40.

Onsdag 20 maj och fredag 22 maj är expeditionen stängd.

Måndagen 25 maj kl. 14.00

Träffen. Stickkafé.

Kommande program

Tisdagen 1 september kl. 13.00

Funktionärsträffen. Lunch på Folkhögskolan. Särskild inbjudan skickas ut i början på juni.

Sommarstängt på expeditionen

Expeditionen stänger **måndag den 1 juni** och öppnar igen **måndag den 24 augusti**.

Vi avlyssnar telefonsvararen och läser mail och post en gång i veckan.

Vi hälsar följande nya medlemmar välkomna

Ulf Funcke, Spelgatan 10

Birgitta Persson, Gustavsgatan 23

Körsbärsträdgården

På Teater Nolby

Komedi av Anton Tjechov

Premiär den 8 augusti. Övriga föreställningar 9, 12, 13, 14, 15, 16, 19, 20, 21, 22, 26, 27, 28 och 29 augusti. Alla föreställningar börjar kl. 19.00 och pågår 2 tim och 30 min.

Biljetter från 18 maj på Tinet och på Biljettstället tel: 520 20. **Vuxna 195:-** ungdom upp till 20år, 100:-. **Grupprabatt vid bokning direkt Teater Nolby** på 070-4162622. (Vid köp av 10 biljetter blir det 400:- rabatt, dvs 40:- per biljett)

Ansvarig utgivare:
Redaktionskommitté:

Annonser:
Kansli och expedition:

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

Allan Hede, tel 536 02. E-post: hede.allan@telia.com
Bengt Aldén, Jan-Erik Averås, Ulla Carlström, Birgitta Hede och Inge Liljegren.
E-post: m-nytt@blixmail.se
Britta Gillberg, tel 527 11. E-post: britta.gillberg@comhem.se
SPF, Solbringen 80, Loviselundsvägen 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.allan@telia.com
Kajsa Werner, tel 541 63. E-post: kajsa.werner@folkbildning.net
Gunnar Nordström, tel 546 79. E-post: gunnar.nordstrom@tele2.se
www.spf.karlskoga.just.nu. E-post: christer@lasson.st
94 41 25-4
5715-5640
Karlskoga Grafiska, tel 300 53. E-post: grafiska@telia.com



Månadsmöte

Tisdagen den 5 maj kl. 14.00
Missionskyrkans samlingsal



Program:

Christer Lason: presentation
av SPF/Karlskogas hemsida.

Leif Björk: Dan Andersson – liv och dikt.
Tal och sång till
gitarrackompajemang.



Kaffe med dopp och lotterier.

*Välkomna till vårens
avslutande månadsmöte!*

Trafikrutan

Nu när våren äntligen är här och vägarna är halkfria kan vi ta fram cyklarna. Tänk först på att kolla bromsarna och spänna både kedja och vajrar innan ni ger er ut i trafiken. Men glöm inte cykelhjälmen! Den är lika viktig vid cykelåkning som säkerhetsbältet är vid bilkörning. Statistiken visar att av tio omkomna cyklister har nio inte använt hjälm!

Nästan hälften av dessa bedöms ha överlevt om de haft cykelhjälm på sig.

Trevlig sommar önskar



P-O Backman

Trafiksäkerhetssamordnare

Tema Vindkraft

Vi besöker Morphic här i Karlskoga tisdagen den 5 maj kl.10 då vi under ca en halvtimme får se och bli informerade om deras försöksanläggning. Anmäl Ert deltagande till expeditionen. Vid fler än 20 deltagare måste vi dela upp oss i flera grupper. Tidpunkten ovan gäller för de 20 först anmälda. Samling strax före kl.10 utanför entrén till Morphic.

Besöket i Vindkraftparken m.m. i Sågen 3 mil söder om Vansbro planeras ske i vecka 31 då många sommaraktiviteter pågår där. Anmäl Ert intresse att delta till expeditionen med namn och telefonnummer. Jag kontaktar Er då det blir dags att åka. Vi åker i egna bilar.

Allan Hede

Vandringar och utflykter

Utgående från erhållna intresseanmälningar på förslagna utflykter och vandringar i februari-numret av Månadsnytt har följande valts ut att genomföras någon vacker dag i nedan angivna veckor:

- Trystorps ekäng i vecka 18 under min ledning
- Kummelön i vecka 20 under Jan Anderssons ledning
- Långban i vecka 24 under min ledning
- Djupa hålet i vecka 36 under Jan Anderssons ledning
- Dovrasjödalen i vecka 40 under min ledning.

Denna utflykt blir ganska lång och påfrestande. Datum och klockslag för utflykterna kan erhållas från expeditionen, ledarna eller hemsidan strax före aktuell utflykt. Gör förnyad anmälan med namn och telefonnummer till expeditionen så att vi vet vilka som vill följa med. Vi åker i egna bilar.

Nämnas bör också STF:s utflykt till Nötöreservatet lördagen den 9 maj, den leds av Jan Andersson.

Allan Hede

SPF-golftävlingar under hösten

Vårens tävlingsprogram fanns återgivet i förra numret men med tanke på att efter sommaruppehållet kommer nästa Månadsnytt först i slutet av augusti följer här även höstens tävlingsprogram:

3/8 Slg, 10/8 Slg, 17/8 Slg, 24/8 Slg, 31/8 Slg, 7/9 PB Lagtävling 6+6+6 (Förämälan), 14/9 Slg (SPF-kannen), 22/9 Slg (Obs! Tisdag), 29/9 Slg (Obs! Tisdag), 2/10 PB Scramble 9 hål (Obs! Fredag, förämälan). Lunch och prisutdelning efter tävlingen.



**Redaktionen, styrelsen och personalen
på expeditionen önskar medlemmarna
en skön och trevlig sommar
Expeditionen har sommarstängt
fr.o.m. 1 juni till 24 augusti.**

En guidad tur i Granbergsdals hytta



Lördagen den 21 februari var Johan Herfridsson på Lördagsträffen och berättade mycket intressant om järnbrytning och järnframställning i våra trakter.

Den äldsta hyttan startade 1413 i närheten av Filipstad. Man slog loss malmen med släggor. Gustav Vasa var ju en driftig karl på många områden. Han gav privilegier till en hytta i Persberg. Han tog in svedjefinnar till Sverige och Karlskoga blev samlingsplats för dessa. Namnet Finnebäck minner om detta. Det var huvudsakligen män som kom hit. När de ordnat med arbete och någonstans att bo gick de till Savolax och hämtade sina familjer.

1620 kom vallonererna hit. De var skickliga att hantera järnmalm. Säkerbohyttan, några km nordväst om Granbergsdal, var den första gruvan i dessa trakter. Den startade 1640. Man provbröt också på flera ställen runtomkring. I Malmhöjden fanns mycket järn men den låg väldigt djupt så det var svårt att få upp allt så länge man inte kunde spränga. När man slutade bryta här (på 1900-talet) fanns 70000 ton kvar. Då hade man brutit 300000 ton. Det var ett hårt jobb att forsla malmen till hyttan. Den lastades på släde som hade medar av trä för att inte skada granrötterna. Ofta fick man lasta om flera gånger på vägen.

1620 började Mårten Eskilsson från Nora tillsammans med några andra bygga Granbergsdals hytta. Hyttan fick privilegiebrev för framställning av järn 1647 men man startade redan 1642, då den första masugnen togs i bruk. Det fanns många

hyttor i Karlskoga bergslag t.ex. Björkborn, Sibbohyttan, Immetorpshyttan, Knappforshyttan och Strömtorpshyttan.

För att göra järn behövde man järnmalm, skog, kalk och mekanisk kraft från en fors. Den mekaniska kraften gick inte att transportera så långt så hyttan måste ligga i direkt anslutning till en fors.

För den allra tidigaste järntillverkningen användes myrmalm, klumpar av järnoxid som man kunde hitta i myrar och sjöar. Från 1600-talet och framåt användes enbart järnmalm som bröts ur berget. Järnmalmen består av järnoxider. För att komma åt malmen måste man bryta sönder berget. I äldre tider gjordes det med **tillmakning**, dvs. berget värmdes med eld varpå vatten hälldes på. När krutet kom förbättrades malmbrytningen dramatiskt.

För eldning i masugn behövdes **träkol** som tillverkades av ved i **kolmilor** ute i skogen. På våren höggs kolveden för att torka under sommaren. Det gick åt mycket ved. Under hösten byggdes milan och kolningen skedde sedan vintertid. Under noggrann uppsikt av kolaren dygnet runt. Milan var byggd så att lufttillförseln kunde strypas efter det att milan hade tänts. Veden omvandlades på så sätt till träkol vilket tog 2–3 veckor.

För att göra järnmalmen spröd värmebehandlade man den – **rostade** – i rostgropar eller i rostugn. Därefter kunde man slå sönder malmen till mindre bitar s.k. **bokning** som gjordes i ett krossverk som drevs av ett vattenhjul.

Från hyttbacken kördes träkol i kärror upp till masugnskransen. Därefter fylldes masugnen på med krossad malm, kalk och träkol. Det gick åt fyra korgar kol och 420 kg malm vid varje påfyllning som skedde varje timme.

Det färdiga järnet – **tackjärn** – tappas ut längst ner i hyttan efter 5-6 timmar. Rummet eller platsen där järnet tappades kallades **råstun**. Där kunde bergsmännen samlas och rådslå om hyttans skötsel och hur arbetet skulle fördelas.

Slaggen togs ut på sidan. Av den gjordes **sinnersten** som användes till husbyggen. Man kan än i dag se gamla hus som är helt eller delvis byggda av dessa grågröna stenar. Arbetarna fick bo i gruvan i skift om 2-3 veckor och deras fruar kom med mat till dem. Då hände det också att de tog med sig en varm sinnersten hem för att värma bostaden med. Ända till 1922 hölls Karlsdals kappell varmt med sådana stenar.

Det var ett hårt jobb i gruvan som tog på hälsa och krafter. Man kunde oftast inte jobba längre än till 40-45 år. Det var ju kallt och dragigt i gruvan så folk blev sjuka; många fick lunginflammation, som ju var en dödlig sjukdom på den tiden.

Granbergsdals hytta byggdes om flera gånger



Johan Hernfridsson.

och fick sitt nuvarande utseende 1907. Den var i drift till 1925 och den siste masmästaren Alfred Beckman dog 1947, samma år som 300-årsjubileet. Granbergsdals hytta blev byggnadsminne 1986. Visningar av hyttan genomförs av Granbergsdals byalag, en förening som grundades 1983.

Text och foto: **Majken Lasson**

VI TVÄTTAR ALLT

KEMTVÄTT	VITTVÄTT
MOCKA KLÄDER	SKINN KLÄDER
FESTKLÄNNIGAR	SKJORTOR
MÅNGLING	GÄRDINER
JACKOR	PÅLSAR
TÄCKEN	KOSTYMER
FILTAR	MATTOR

Karlskoga tvätt-center
FÖRSTKLASSIG KEMTVÄTT

0586 - 30 775

20% RABATT under april

Silikon-kemtvätt

Silikon utvinns av kisel som är ett ämne som finns mer än fjärdedel av jordskorpan. (Du känner till det som sand). GreenEarth Cleaning's (www.greenearthcleaning.com) NYA flytande silikon som används av oss ger en skonsam tvättmetod, som är helt säker för dina kläder och för miljön. Vår målsättning är att alltid motsvara våra kunders högt ställda förväntningar. Kvalitet har alltid varit ett honnörsord för oss.



Centralplan 2, Karlskoga,
0586-371 05 • fika@ekeliden.se

Välkomna till oss året runt!

Vardagar	09.00 - 19.00
Lördagar	10.00 - 16.00
Sön- & helgdagar	11.00 - 16.00

Våfflor serveras varje söndag 11.00 - 15.00

Trött på att ordna stora kalas hemma?
Låt oss ta hand om er till ett rimligt pris.

VÄRDEKUPONG!

Vi bjuder dig och ditt sällskap på valfri dryck vid beställning av valfritt fikabröd eller smörgås.

Tag med kupongen eller tidningen (giltigt tom 31 juli-09)

SPF Örebro distrikts årsstämma en lugn tillställning.

Årsstämman hölls i år den 2 april i Alnängsskolan i Örebro. Från Karlskoga deltog 8 "delegater" nämligen Kjell Selander, Kajsa Werner, Lillebil Sucksdorff, Eskil Persson, Anders och Marita



Övre raden "Karlskogabänken" med från vänster: Anders Jones, Kjell Selander, Eskil Persson, Kajsa Werner, Anders och Marita Björndal, Birgitta Jones och Lillebil Sucksdorff.

Björndal samt Birgitta och Anders Jones.

Efter registrering och kaffe med macka började stämman och vi intog den sedvanliga "Karlskogabänken". I år deltog 123 ombud från 27 föreningar. Det hela inleddes med att distriktsordförande Inga Davidsson-Friberg hälsade alla välkomna. Sedan vidtog parentation över de 203 medlemmar som gått bort under året. Prästen Björn Svärd pratade om det förgängliga livet medan en ljuslåga stillsamt påminde om hoppet. Sture Sjärnemo spelade sedan en psalm på piano.

Först i raden av inbjudna gäster att tala var PRO-pensionärernas ordförande i distriktet. Han påtalade att samarbetet mellan pensionärsföreningarna var viktigt. Kerstin Karlsson från Kommunals pensionärsförning ansåg att vi hade ett mycket gott samarbete. Ris Karin Pettersson från Vuxenskolan informerade om att samarbetet med pensionärsföreningarna ökar hela tiden.

Därpå följde ett musikprogram med Gluntsånger av Gunnar Wennerberg. Utklädda till 1840-talsgluntar framförde Erland Bohlin, Sigvard Fredriksson och Sture Sjärnemo flera kända sånger av Wennerberg i några av dem fick inbjöds åhörarna att sjunga med.

Inga Davidsson gjorde sedan en tillbakablick på det gångna året. En stor händelse var att distriktet för första gången stod som värd och arrangör för SPF:s Rikskongress. Den blev mycket lyckad och hon tackade också alla som deltagit i arbetet med kongressen.

Flera styrelseledamöter har också varit ute i föreningar och hållit föredrag om diverse intressanta ämnen. Antalet medlemmar har ökat. Mest i föreningen Kamraterna med över 20 %.

I vecka 37 skall SPF-föreningarna aktiveras. Temat i år blir "Göra SPF som organisation känd. Värva nya medlemmar, Sprida info om hur SPF ser på Bo och Leva, samt Aktivera medlemmarna". Därefter föredrogs den s.k. "Äldreboendedelegationens slutbetänkande".

Till att leda själva årsmötesförhandlingarna valdes som ordförande Börje Gustavsson med Anders Jones som vice och Sonja Cederlöf som sekreterare.

Föredragningslistan klarades sedan av utan några längre utläggningar. Två motioner hade lämnats in av SPF Almby-Norrbyås. Den ena motionen föreslog att man "tar en del av aktivitetsbidraget till att betala utbildningskostnader med". Motionen avslogs. Den andra motionen gick ut på "att en enkät görs av förbundet angående medlemmars tankar och önskemål om höjd pensionsålder". Svaret blev att motionens enkätfrågor får användas av de föreningar som så önskar. Motionen ansågs därmed besvarad. Den presenterade ekonomirapporten förorsakade inga frågor och lades med godkännande till handlingarna.

När det gällde valet av ledamöter gick mötet på valberedningens förslag och omvalde bl.a. Inga Davidsson-Friberg som ordförande på 1 år. Kjell Selander, Karlskoga, nyvaldes som ledamot på 2 år. Kajsa Werner, Karlskoga, nyvaldes som ersättare på 1 år.

Som avslutning avtackades de avgående funktionärerna. Även presidiet avtackades liksom distriktsordföranden Inga Davidsson-Friberg. Innan hemfärden bjöds det på lunch med kaffe.

Text: Anders Jones. Foto: Mats Otterström

Hjärt- och lungräddning, en snabb insats kan vara skillnad mellan liv och död

Lördagen den 4 april var Tomas Björndahl på Lördagsträffen och berättade intressant och tänkvärt om hjärt- och lungräddning.

Många människor drabbas av hjärtstopp varje dag. För varje minut utan hjälp minskar risken för överlevnad. Det är viktigt att vi alla kan hjälpa en nödställd. Först bör man undersöka om det finns några livstecken som andning och puls. Det kan vara svårt att avgöra om det finns en svag puls. Numera rekommenderar man att börja med kompressioner även om man är osäker. Man lägger händerna på patientens bröstkorg och trycker hårt 30 gånger. Därefter blåser man in luft och upprepar kompressionen 30 gånger igen. Under tiden kan man be någon larma på 112. Kompressionerna och inblåsningarna håller man på med tills ambulans anländer. Det är bra om man är ett par stycken som kan byta av för det är ganska jobbigt. Tomas demonstrerade på en docka (egentligen ett huvud och en bröstkorg). De som ville fick öva på dockan. Man kan köpa ett paket innehållande en uppblåsbar docka, en broschyr och en DVD med instruktioner för 300 kr. Kunskap är färskvara så det är viktigt att öva om man skall känna att man klarar av att hjälpa en person som behöver hjälp. Tomas har lett många grupper i hjärt-lungräddning. Han har varit med och undervisat barn på olika stadier inom skolan. Det är viktigt att så många som möjligt av Sveriges befolkning får ta del av denna undervisning som ju kan rädda liv.

OLA-ambulanser (olycksfallsambulanser) startade i Göteborg. De är utrustade med en **hjärtstartare**. Förut fanns bara dessa på lasaretten men nu finns de i ambulanserna. 80 % av Karlskogas befolkning når man inom 5 min efter att man larmat en ambulans. Detta har gjort att överlevnaden vid hjärtstopp har fördubblats men fortfarande överlever bara 15-17% av de drabbade. Tomas berättade också att på alla större flygplatser finns mindre typer av hjärtstartare. Där sitter de på väggen precis som brandsläckningsredskap. Det vore bra om de fanns tillgängliga i shoppingcentra, idrottshallar o.s.v. De borde också finnas i alla polisbilar. Priset är 10-15 000 kr. Det skall då jämföras med priset på en polisbil som ligger på c:a 500 000 kr.



Tomas Björndahl.

Efteråt gavs tillfälle att ställa frågor. Då efterlystes bl.a. utbildning för SPF-s medlemmar. Tomas sade sig vara villig att ställa upp om det finns intresse. Hur detta skulle läggas upp är kanske något som kan diskuteras av styrelsen.

Text och foto: *Majken Lasson*

Uppmärksammat i M-nytt

Undertecknads artikel om min pacemakeroperation i ett tidigare nummer har glädjande nog uppmärksamrats även i andra medier. För det första har den varit publicerad på förbundets hemsida och nu senast är den på St Jude Medicals hemsida.

Upprinnelsen till den senares intresse är att våra medlemmar, familjen Wiklund, skickade Månadsnytt till sin dotter Anneli Wiklund som arbetar på företaget St Jude Medicals. Det är det företaget som är världsledande tillverkare av pacemaker och hon ringde sedan och frågade om de fick lägga ut min artikel på sin hemsida.

Ja, det möter väl inga svårigheter replikerade jag och nu kan ni se den och andra artiklar om hur en pacemaker kan förbättra livskvalitén för många människor. Gå i så fall in på www.sjm.se och klicka vidare på *Patienter och anhöriga* och sedan till *Patientberättelser* och *Nu väntar nya utmaningar*.

Bengt Aldén

Rapport från Kommunala Pensionärsrådet (KPR)

Att våra kommunala verksamheter har stora bekymmer med ekonomin kan vi ju ta del av i media. Socialförvaltningen kämpar med sparbetingen som aldrig tycks ta slut. Intressantare är ju att ta del av vad som görs av de pengar som finns.

SPF har ingått i en fokusgrupp som haft till uppgift att arbeta fram ett kommunalt **Kvalitetsåtagande beträffande vård och omsorg i ett kontinuitetsperspektiv**. Kontinuitet betyder att kommunen utifrån det beviljade biståndet ger en enhetlig vård och omsorg.

I en folder (finns på expeditionen) ges följande information. Kommunen åtar sig att: Hjälpen utformas utifrån dina beviljade insatser. Du får medverka i upprättandet av din individuella vård- och omsorgsplan. Du får en kontaktperson, i aktuellt vårdlag, som värnar om dina behov.

28 jämförelsenätverk är i gång med 192 kommuner

Arboga, Hammarö, Hedemora, Malung, Sälen, Rättvik, Karlskoga och Orsa ingår i ett jämförelsenätverk "Måtten Gås". Jämförelsekriterierna ska ha: Ett tydligt brukar- och medborgarperspektiv, och vara ett begränsat antal mått som också är förståeliga för envar. Som bonus sker även lärande

och utbyttestankar/reflektioner. Mer informationer kommer med tiden.

Ny enhet – Treklövern

2 mars startade den nya kommunala enheten Treklövern på lasarettet med 12 vårdplatser och 27 korttidsvårdplatser. Korttidsvården har olika inriktningar – växelvård, palliativvård, vård med rehabiliterande inslag, vård i avvaktan på annat boende samt viss tids konvalescens efter en sjukhusvistelse.

Bo bra hela livet

Bo bra hela livet är rubriken på ett slutbetänkande (SOU 2008:113). Betänkandet innehåller förslag som gör det möjligt för kommunerna (tjänstlagen) att tillhandahålla trygghetsbostäder till äldre som känner sig oroliga, otrygga och/eller socialt isolerade i sitt ordinära boende. Det blir intressant att följa utvecklingen.

Bra att veta:

Ordinärt boende. Kvarboende eller seniorboende. Vanlig bostadskö eller motsvarande.

Trygghetsbostäder (typ servicelägenheter) Ansökan till kommunen.

Vård och omsorgsboende enl. SOL. Behovsprövning.

Britt-Marie Danielsson, ledamot i KPR

Inbjudan till en utflykt till Ånnaboda tisdagen den 12 maj 2009

Tidigare års uppskattade utflykt till fritidsanläggningen Ånnaboda, vackert belägen i Kilsbergen, upprepas **tisdagen den 12:e maj**.

Avgång från busstationen kl. 11.00. Påstigning kan ske vid Torget kl. 11.05, Solbringningen och i Sandviken ca kl. 11.25 (E18).

En buss, bekostad av SPF, är bokad men den rymmer bara 58 personer! Så först till . . .

Sedvanlig anmälan till vår expedition tel. 0586-302 40.

Fritidsanläggningen Ånnaboda sköts av det kommunala bolaget Kilsbergens konferens och lodge och är en välskött anläggning.

På grund av stor beläggning i Ånnabodas restaurang kan vi inte serveras mat förrän kl. 13.15 – 13.30. Det betyder att den som vill kan ägna sig åt utomhusaktiviteterna först, t.ex. tipspro-

menader eller en tur på egen hand. Omgivningarna är ju mycket givande och med en utsikten fantastisk. Rullator är inget hinder.

Maten, som betalas av deltagarna, intas i enskild del av matsalen och vi får dagens rätt till det facila priset av 89:- 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 **den 29 april** till SPFS: expedition: tel. 0586-302 40 eller SPF – Karlskogaföreningen 80 Solbringningen, Loviselundsvägen 73, 691 83 Karlskoga.

Boka in tid och datum redan nu i Din almanacka!!

*Med Vänliga Hälsningar
Reseledare Inge Liljegren*

Månadsmöte i april med många gäster

Hans Brynje, kassör vid SPF-distriktet i Örebro, hade inbjudits till månadsmötet för att informera om hushållsnära tjänster och ROT-avdrag och välkomnades av Kjell Selander.



Hans Brynje.

Hans berättade att skattelättnaderna för hushålls-

nära tjänster införts för att svart arbete skulle göras vitt. Dessutom skulle det öka jämställdheten mellan män och kvinnor och underlätta människors vardags- och yrkesliv. Man räknar med att 20 000 nya jobb kan skapas på detta sätt. De som använder sig av dessa tjänster får sänkt skatt motsvarande hälften av arbetskostnaden, materialkostnaden får man stå för själv. Skattereduktionen får uppgå till högst 50 000 kronor per år.

Det man kan få hjälp med är t.ex. städarbete, fönsterputs, barnpassning, tvätt, snöskottning m.m. Och arbetet ska utföras i eller nära bostaden – inomhus eller i trädgård eller garage. Arbete redovisas på en blankett som lämnas till skattemyndigheten i maj året efter att arbetet utförts.

Rotavdraget gäller renovering och ombyggnad i villa eller fritidshus både inomhus och utomhus. Det gäller också bostadsrätt, men då endast inomhusarbeten. Skattereduktionen utbetalas direkt till företaget som utfört arbetet.

Hans Brynjes matnyttiga information lärde oss mycket, och var värdefull för oss som lyssnade.

Svensk Fastighetsförvaltning informerade om de tjänster de kunde erbjuda i samband med bostadsköp och försäljning. Företaget fyller 70 i år

och har 200 butiker runt om i landet. Företagets hemsida besöks av 150 000 personer per dag. Tre representanter stod för informationen med Git Bengtzning i spetsen.

Eva-Lena Lagerö, Seniorfixaren, berättade om sitt företag, där seniorer anställs. Där finns bl.a. snickare, elektriker och andra yrkeskunniga, för närvarande är 25 seniorarbetare verksamma i Karlskoga-Degerforsregionen. De utför mot betalning såväl hushållsnära tjänster som rotavdragsarbeten. Obs, ej att förväxla med kommunens Fixarservice!

IOS var de sista representanterna som framträdde på månadsmötet, och de gjorde reklam för en luftvärmepump, som kan minska uppvärmningskostnaderna i villor och fritidshus. Företaget ligger i Degerfors.

Under en kaffe- och pratpaus kunde vi sedan avnjuta årets sista fettisdagsbullar. Och efter mötetets slut kunde vi gå hem och starta påskfirandet.

Text: Kajsa Werner.

Foto: Bengt Aldén och Inge Liljegren



Från vänster: Jonas Carlén, Git Bengtzning, Daniel Färdigh Svensk Fastighetsförmedling, Inge Olsson IOS. Stående: Pia Kihl IOS och Eva-Lena Lagerö Seniorfixaren.

Våra kunder är viktiga för oss även efter köpet!



Hej, jag heter Jimmy Gillström. Till mig kommer du med dina frågor om handhavande, service m.m.

EURONICS
Ljudfabriken

Verkstad 333 77 • Butik 572 40
VI GER DIG TRYGGA KÖP



*Vi finns, om
du behöver oss!*

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

Varmt välkommen !

Värmlandsvägen 2
Karlskoga
Tel: 0586 - 534 10

FONUS

Jour dygnet runt • fonus.se

Var finns ditt testamente?

Tyvär försvinner ofta testamenten. Hur blir
arvsfördelningen då? Förvarar du det hos
oss garanterar vi att det kommer fram.

Vi hjälper dig, för en tryggare vardag.

Värmlandsvägen 2, Karlskoga.
Tel 0586-545 72.



interflora®

För stunder av lycka

Telefon 555 55

**Välkommen
till oss!**

**Öppet alla dagar
till kl. 21.00**



KARLSKOGA & DEGERFORS

Jordanien – mycket sand och lite gräsmatta

Efter en utlandsresa kan man ibland tänka - vilket vackert land Sverige är! En natur som vi fritt får röra oss i. Och vårens grönska i björkhagarna översållade med vitsippor så här års.

Men att uppleva andra kulturer och människor är och förblir en upplevelse som man kan vara tacksam för. Anita, min fru, som är mycket bättre än jag att hitta i resekataloger, sa en dag i höstas:

– Ska vi inte resa till Jordanien? Jag är med på det mesta men visste knappast något om landet. Vi läste på en del och den 14 mars i år landade vi efter fem timmars flygning i Aqaba i Jordan som det heter på plats. Aqaba ligger nära israeliska Eilat vid Röda havet. Varmt, skönt och gott om sand. Gräset lyser med sin frånvaro utom i hotellens närhet. För övrigt är det bara sandöknen. Aqaba kallas Jordaniens fönster mot världen och här möts fyra länder.

När isen smälte i Norden fanns det liv i ”den bördiga halvmånen” som Jordanien kallas. Det finns spår av byar 8000-6000 år f. Kr. Hit kom Abraham på Konungarnas väg – världens äldsta landsväg – med Sara från Ur till Kanans land 2000 år f. Kr. Jakob och de tolv judiska stammarna, bodde här i 430 år fram till Mose dagar.

Klippstaden Petra i Edoms klippdal söder om Döda havet är ett skyddat område och finns med på världsarvslistan. Utanför dalen finns källan Ain Mousa som enligt legenden gav vatten när Moses slog två gånger på klippan med sin stav. Här finns stora delar av historien nedtecknad i bland annat fjärde Mosebok – vi befann oss mitt i den bibliska historien. Men över till nutid – en resa till Petra är ett måste när man besöker Jordanien.

Chartra en taxi med chaufför, sa våra vänner som nyligen besökt platsen. Mahmood, en av Aqabas 100-tals taxiidkare, raggade upp oss första dagen. Han verkade förtroendeingivande och körde oss hela dagen för 50 dinarer = 600 kronor. Petra med de färgskiftande bergen, var en mötesplats där all världens köpmän möttes. Vandrigen går genom dalen, som smalnar av till en djup klyfta, siqen, och är mer än en kilometer lång. Det var en fantastisk upplevelse! Så småningom vidgar den sig och plötsligt framträder en rosaskimrande fasad uthuggen i berget. Denna kallas Faraos tempel men är egentligen en grav.

– Här fanns skattkammare med guld och ädelste-



Man kan gulla med minstingen en stund på väg till klippstaden Petra.

nar, vattenbassänger och kanalsystem och lämningar från egyptisk och grekisk kultur, säger guiden. Timmarna går fort och det är varmt så vid tempelplatsen vänder vi tillbaka. Vattenflaskorna töms och det är dags för de två timmarnas hemfärd över bergen.

Upplev Wadi Rum lockar broschyren och det blev en något skakig ökentur med jeepar i ett unikt ekosystem där de arabiska nomadstammarna beduinerna finns. Vara beduin är ärofullt, en shejk leder stammen och gästfriheten är stor. Den avslutande kvällsfesten runt öppen eld visade på detta. Kamelerna brölade och gick motspänstigt ned på sina knän vid kommando. De är beduinens bästa vän och när det gäller kaffet så serveras det med kardemumma. Maten smakade bra, beduinerna var trivsamma och musicerade i nattens mörker.

– Kungen tillbringar 14 dagar varje år i ensamhet i öknen med sina undersåtar på respektfullt avstånd, berättar guiden. Traditionen är viktig men det utesluter inte mobilen som kamelföraren avlyssnar när tiden med turisterna blir lite långsam. Finns det några djur här, tänker jag och får veta att här finns bland annat den nubiska stenbocken, storkar och pelikaner och Jordaniens nationalfågel rosenfinken.

Möten med människorna är nog det mest fascinerande, kan jag tycka. Det blev rika tillfällen till spännande möten. Kan man inte språket så får man tala med både händer och fötter. Det går riktigt bra om man tar fantasin till hjälp.

– Where are you from? Sweden, säger jag tillägger för säkerhet skull Alfred Nobel och den andre nickar förstående.

– From Sweden, halleluja, ropar en kvinna spontant som vi mötte i en kyrka. Annars är det männen som dominerar i denna växande turistort. Kvinnorna klär sig mera anonymt i sina långa svarta heltäckande kläder. En del har endast sina ögon frilagda. Det gick även bra att bada i denna klädsel. Det fick vi flera bevis på under vår vistelse i ett vänligt Aqaba.

Text o foto: Tore Bohl

Medlemsförmån 2008 - 2009

Alla medlemmar i SPF Örebro län har:

15 procent på hem-, bostadsrätts-, fritidshus- och villahemförsäkring.
Gäller även tilläggförsäkringarna.

10 procent på personbilsförsäkring
Gäller delkasko- och vagnskademomenten

Utöver SPF-rabatten har vi infört en ny kundbonus som gör din vardagsekonomi mer lönsam.
Bli Guldkund och du får ytterligare 20 procent på hushållets privata försäkringar.

Guldkund

Boendeförsäkring + lönekonto
+ pensionsförsäkring**. Det ger
20 procent rabatt på hushållets privata
försäkringar* ,gratis kortavgift,
självriskreducering och andra förmåner.



*Gäller inte Liv- och pensionsförsäkringar, sjuk- och olycksfall för vuxna, entusiast, eller Agria försäkringar. Rabatten räknas exklusive skatt på trafikförsäkringen.

**Är du minst 60 år kan pensionsförsäkringen ersättas med olycksfallsförsäkringen 60 PLUS

Centralplan 3, Karlskoga tel 0586-347 87
Drottninggatan 4, Örebro tel 019-19 46 00
lfbergslagen.se info@lfbergslagen.se

 **Länsförsäkringar
Bergslagen**
Bank & Försäkring

Sköna maj välkommen/Välkommen till vår bygd igen/ Sköna maj välkommen/våra lekars vän

Sammanställt av Bertil Edling

Kristi Himmelfärds dag år 1160 inföll den 18 maj. Den dagen åhörde vår dåvarande konung, Erik IX högmässan i Uppsala. Mitt under denna fick han överraskande besked om att en dansk här nalkades för att störta honom. Han åhörde lugnt mässan till slut och gjorde sedan korstecknet och gick ut med sina få män för att möta fienden. Striden blev kort: kungen omringades, sårades till döds och med ett enda hugg lyckades någon skilja hans huvud från kroppen. Där huvudet föll, bröt en helig källa fram, *Sankt Eriks källa*. Snart uppstod en rikhaltig legendflora om kungen, *Erikslegenden*.

Den berättar, att Erik var en from, klok, rättvis och modig kung, som alltid bar en tagelskjorta närmast kroppen och under fastetid ”tyglade sina kroppsliga begär genom att bada i iskallt vatten”. Han byggde färdigt domkyrkan och såg till att kristendomen slog rot i landet. Han företog ett korståg till Finland och kristnade landet ”med svärdet” och anslöt det till Sverige. Sett så inledde han den union som skulle bestå mellan oss och Finland i 652 år från 1157 till 1809 och vars upplösning år 1809 kommer att uppmärksammas stort i år med start just nu i maj som ett ”märkesår”, ett 200-årsminne av en lyckad separation grannländer emellan.

Hur mycket är nu verkligen sant? Nutida historiker är överens om att det mesta är lögn och påhitt uppbyggt på för helgonlegender schablonmässigt sätt. Det gäller troligen även korståget till Finland. Finska historiker menar nämligen, att när svenskarna landsteg i Finland möttes de av glatt vinkande *kristna finnar*, som redan döpts av bl.a. danska missionärer. Erik IX:s son och efter-

trädare, Knut Eriksson, försökte få sin far **helgonförklarad av påven** men misslyckades. Troligen därför att hans fiender, danskarna, i förväg sände ett ombud ned till denne och berättat att Erik IX ingalunda ljutit en martyrdöd utan dött stupfull på en bordell. Kurian i Rom litade dessvärre mer på danskarna än de svenska sagesmännen, så allt gick i stöpet och Knut Eriksson fick istället **bannor och ett straffbrev** från påven! Men **Knut Eriksson struntade i Roms domsutslag och lät på egen hand kanonisera sin far** och se det gick vägen och så kom det sig att hans far blev **Erik den helige** och alltsedan dess Sveriges och Stockholms skyddshelgon.

En blick i årets almanacka visar att instundande blomstermånad utmynnar i en ljus och glad helg, nämligen *pingsten*, ”*Hänryckningens tid*” som Tegnér formulerat det, syftande på hur lärjungarna då hänrycktes och talade med tungor. I gammal kristen tid kallades högtiden också ibland för **rosornas påsk** beroende på att man då lät rosenblad dala ned i kyrkorummet för att församlingen skulle uppleva hur den Helige Ande hänryckte lärjungarna att tala i tungor. Förr kunde det hända att detta tungomålstalande uppfattades så att föräldrarna då var angelägna att ha med barnen i kyrkan i tron att de då skulle hänryckas och få god sångröst, gott förstånd och lätt att läsa och språka.

*Ha en skön sommar önskar
Bertil*



Erik den helige enligt en medeltida träskulptur från Sköllersta kyrka i Närke. Hur han egentligen såg ut vet vi dessvärre ingenting om ty ingen skulptur är samtida med kungen.





Grådaskiga fönster går att putsa – men vad gör man med somligas grådaskiga moral?

Det sa bara ”svisch” och så var
den här: VÅREN!

Få årstider är väl så efterlängtrade som just våren och lika glad blir man varje år, när de första krokusarna och snödropparna tittar upp. På något sätt smittar det av sig och man grips av ny livslust. Det är klart att samtidigt upptäcker man en och annan icke önskvärd effekt som att fönstren är minst sagt i behov av en uppputsning och att det ser lite allmänt grådaskigt ut inomhus, men det går ju att åtgärda.

Egentligen borde man ju inte gå omkring och vara glad, när omvärlden ser ut så man helst vill gråta – alla dystra prognoser om massarbetslöshet, en världsekonomi som närmast kan betraktas som kaputt o.s.v. Det allra värsta tycker jag är alla de avslöjanden vi ser varje dag av makt-havares totala brist på moral och ansvarskänsla.

Hur blir man så totalt besatt av girighet att man kan gå över lik för att se till att fylla på sina egna, redan tidigare välfyllda plånböcker? Har de ideal, som kanske från början bestod i att gå de svagares i samhället ärenden och slåss för deras förbättrade villkor helt och hållet försvunnit?

Ja, det är frågor vi aldrig lär få några svar på – det enda vi vet är att medan bonusar och pensionsavtal hos våra makthavare stiger till astronomiska tal, sker väldiga besparingskrav inom just den nisch som de flesta av våra politiska partier hade med i sina program vid förra valet: SKOLA, VÅRD och OMSORG!

F.ö. har vi vattenkoppor nu i familjen (4:e generationen alltså) – så nu är jag isolerad från barnbarnsbarnen under några veckor – ni vet den där bältrosrisken. Det är inte alls roligt – plötsligt upptäcker jag hur privilegierad jag är, som har dom allihop här i stan med möjligheten att träffa dom varje dag.

A propos barn hör jag just på radion att regeringen tänker avsätta 70 mkr för att man inom kommunerna ska bilda särskilda grupper, som

skall följa barnens utveckling från förskoleåldern fram till vuxen ålder.

Avsikten är att noggrant kartlägga varje barns förutsättningar och, förmodar jag, åtgärda ev. avsteg från det som kan anses som normalt.

Själv blir jag litet fundersam – betyder det här att kommande slakten skall stöpas i en och samma form för att passa in i mallar som samhället bestämmer, och ingår moral och etik i det fastställda mönstret?

Obs! Det här är mina egna fria fantasier – naturligtvis menar initiativtagarna att alla resurser skall användas till barnens bästa – vill jag tro!

Nu skall jag sluta grubbla över alla ledsamheter, gå ut på altanen och sätta mig med nosen i vädret och lapa sol – enligt allra senaste forskningsrönen är det bara nyttigt, vi behöver tydligen en rejäl dosis av xyz-vitaminer. Så det så!

Kram och glad vår!

Ulla C



Ur
Gunilla Dahlgrens
Motion för lättsinniga

? Gåttfullt ?

av Birgitta Hede

Nu ska svaren bli flicknamn. Tänk som vanligt på att stavningen inte alltid stämmer.

1. Är orden elever och beteende
2. Hon kan skaffa puder om kinderna är
3. Har hon vid blomstudier
4. Har hon för sina får och kor
5. Hon är så liten, bara 0,001 mm
6. Läser hon på gammal sten
7. Kom och köp billig sjöfågel!
8. Tycker hon att hennes bästa saker är
9. Äntligen är strömavbrottet slut
10. Hon var less på sin man
och sa: Jag vill ha . . .
11. Låter slumpen avgöra
12. Har hon till hunden



Lämna svaren på SPF:s exp. senast fredag 29 maj, även om Du inte löst allt.

Vinsten lottas ut bland alla som har 9 rätt eller mer.

Svar och vinnare i nästa nummer (augusti).

Svar på gåtor i marsnumret

1. Tröskar han bort **Agnar**
2. Kan han förtroende **Inge**
3. Han tycker att 10 km Emil
4. Gnagare med stamtavla **Rasmus**
5. Han vill bara betala vad det . . . **Evert**
6. Stiltje **Eyvind**
7. Utrop när han kom på rätt fågel **James**
8. Dörren är dåligt stagad **Einar**
9. Han kan föra insekter över sjön **Robin**
10. Kan aldrig hålla sig helt neutral **Jon**
11. Bör rabatten med jämna mellanrum **Lukas**
12. Lugn på ön **Holmfrid**

Vinsten lottades på **Gunilla Grafström**, Lyckåsvägen 29, Karlskoga, som får hämta 2 st. Trisslotter på SPF:s exp.

10 knasigaste klagomålen

Varje år tar resebolagen emot uppemot 30 000 klagomål från semestrande svenskar. Metro har ringt till några av de största flygbolagen och Allmänna reklamationsnämnden och topplstat de tio knasigaste.

På fel ort. En medelålders man upptäcker på väg hem från semestern att det står "Las Palmas, Gran Canaria" på biljetten. Mannen har hela tiden trott att han varit på Palma på Mallorca och vill ha pengarna tillbaka för resan.

Naken granne. En kvinna klagar över att det finns en naken kvinna i fönstret på hotellet bredvid, som maken glor på. Kvinnan kräver pengar tillbaka eftersom det förstört semestern.

Singelflyg. Ett gift par väljer att boka sittplatser långt ifrån varandra på flygresan. Ombord får de ändå sitta tillsammans eftersom flygbolaget utgått ifrån att det blivit något fel. Maken kräver ersättning för att han tvingats sitta bredvid sin fru under flygresan.

Tv-sabotage. En äldre dam påstår att volymen ändrats på hennes tv. Kvinnan är helt säker på att hotellet har en knapp som går till alla tv-apparater och att en av de anställda sitter och skruvar upp och ner volymen hela dagarna.

Full service. Ett äldre par påpekar att det står i välkomstmaterialet att "guiderna finns tillgängliga 24 timmar om dygnet". Enligt paret måste det betyda att de ska komma och fika och umgås med gästerna privat minst en gång om dagen.

För mycket info. Ett medelålders par beklagar sig över att reseguiden på bussresan till Italien lämnar för mycket information och upprepar den gång på gång. Detta gör att paret känner sig omyndigförklarade.

Solgaranti. En familj åker till Kanarieöarna. Men dessvärre blir det bara sol två dagar av 14. De anser att researrangören borde ringt upp och meddelat att vädret var dåligt på Kanarieöarna och kräver därefter en ny resa med garanti för sol denna gång.

Ingen kärleksdusch. Det nyförälskade paret klagade på att duschkabinen på hotellet var för liten, vilket gjorde att de inte kunde duscha tillsammans och därmed förstördes deras semester.

För sen middag. Ett medelålders par åker på skidsemester till Alperna. Hotellets sena middags-tid i kombination med långsam servering gör att paret kommer i säng för sent och därmed är för trötta för att åka skidor på dagarna.

Fullt med spanjorer. Det finns för många spanjorer i Spanien och de pratar bara spanska.

SPF:s resekommitté inbjuder till

”Kulturresa till Falköping”

17 april. Inställd pga för få anmälda. Kommer i september, se nedan.

”Balettresa till Oslo”

15 – 16 maj. Pris: 2.670:-

Tvådagarsstur till nya Operahuset i Oslo, där vi kommer att se baletten Svansjön. I priset ingår bussresa från Karlskoga, en övernattnig i delat dubbelrum med frukost, middag exkl. dryck, biljett till Svansjön, entréer enligt program.

FULLBOKAD

”Ut i det blå”

12 juni. Pris: 540:-

Inkl. buss från Karlskoga, för- och eftermiddagskaffe, lunch inkl. måltidsdryck och kaffe, entréer och visning enligt program. **Anmälan snarast!**



”Ålandskryss”

3 dagar 27 – 29 juli. Pris: 3.190:-

Priset inkluderar buss från Karlskoga, entré Albert Engströmsmuséet, båtresa Grisslehamn – Eckerö med smörgåsbord exkl. dryck t/r, 2 nätter i delat dubbelrum med frukost, en lyxig 3-rättersmiddag med vinprovning på Tjudö, en åländsk lunch, lokalguide och entréer enligt förslag.

”Upplevelseresa till Azorerna”

20 – 27 augusti. Pris: ca. 8.000:-

Intresserade ta kontakt med Marianne Cornelid för mer information om resan.

OBS! Anmälan bör ske snarast! Tel. 0586-505 98, 070-316 64 65.

”Kulturresa till Falköping”

18 september. Pris: 625:-

En resa till utställningen ”Bondens År”, Harald Winbergs hem och muséum.

Vi avslutar dagen med besök på Falköpings Ost.

I priset ingår bussresa, lunch i Cesarstugan, inträden, besök på ostfabriken inkl. ostbuffé.



Musikteater på Sjöfleoperan: ”Tosca”

Planeras i oktober, exakt datum och pris i nästa Månadsnytt.

Anmäl ganska omgående för att säkerställa att vi får biljetter, vilka släpps om två veckor.

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

Välkomna att resa med resekommittén

Marianne Cornelid tel. 505 98, 070-316 64 65.

OBS! Till er som betalar till SPF:s expedition, medtag jämnt belopp.

Resekommitténs bankgiro: 885-2634