



Månadsnytt

Årgång 25 – Nr 5 – Augusti 2009

**Sveriges Pensionärsförbund – Seniororganisationen i tiden
Karlskogaföreningen**



Doris Jonsson, Britta Karlsson och Rut Bergman, tre spänstiga och nöjda deltagare efter avslutad tipspromenad i Ånnaboda i samband med SPF:s utflykt i maj. Foto: Bengt Aldén.

**Kan vi lära
av Åmål och
Karlstad?**

Läs om Britta Gillbergs studiebesök i Åmål och Karlstad.
Sidan 11.

Ett dystert 70-års minne.

Läs Bertil Edlings tankvärda artikel om Hitlers välarrangerade angrepp mot Polen som också ledde till starten av andra världskriget.
Sidan 13.

**Ulla Carlström
tycker till om
väderspåmän, matlagning, allsång på
Skansen m.m.**

Läs hennes krönika på sidan 14.

Almanackan

(Sparas lämpligen till nästa nummer av Månadsnytt)

Manusstopp för nästa nummer av Månadsnytt, tisdagen den 15 september.

Distribution, fredagen den 25 september.

Måndag 31 augusti kl. 14.00

Träffen. Stickkafé. (Alla jämna veckor.)

Tisdag 1 september kl. 13.00

Funktionärsträffen. Lunch på Folkhögskolan.

Välkomna alla funktionärer.

Anmäl till exp. tel. 30240.

Torsdag 3 september kl. 13.00

Utflykt till Djupa Hålet. Avfärd från

Solbringen kl. 13.00. Ta med fika.

Övrigt se notis på sidan 4!

Fredag 4 september kl. 15.00

Solbringen. Club Solbringen. Ollry's

underhåller. Anmälan till tel. 302 40, senast

3 sept. kl. 11.30. Även de som inte bor på

Solbringen är mycket välkomna.

Fredagen 4 september kl. 10.00

Nickkällan. Internationella dansen börjar

med Birgitta Nykvist som instruktör.

Tisdag 8 september kl. 14.00

Månadsmöte. Missionskyrkans samlingsal.

Lisa Kihl och Ingegerd Bennysson informerar.

Se notis på sidan 3! Anmälan senast 7 septem-

ber kl. 11.30 till exp. tel. 302 40.

Lördag 12 september kl. 10.00- 12.30

Träffen. Geologins dag. Allan Hede.

Kaffeservering.

Måndag 14 september kl. 14.00

Träffen. Stickkafé.

Torsdag 17 september kl. 14.00

Träffen. Kafferepet. (Alla jämna veckor.)

Tisdag 22 september kl. 14.00

Vetgiriga Veteraner. Missionskyrkans sam-

lingsal. **Arne Lind**, Nobel Bio Care om

implantat. Se notis på sidan 5! Anmälan till

exp. senast 21 september kl. 11.30 tel. 302 40.

Lördag 26 september kl. 10.00- 12.30

Träffen. Konst runt Möckeln. Kaffeservering.

Lördag 10 oktober kl. 10.00- 12.30

Träffen. Eva Dälderud berättar om teater-

föreningen Lysets arbete.

Vi hälsar följande nya medlemmar välkomna

Ewa Andersen, Faktorivägen 40

Conny Andersson, Bregårdsgatan 18 B

Torsten Cerwall, Slörvägen 27

Ann-Britt o Rune Flodin, Gustavsgatan 8 B

Britt Hansson, Badstugatan 18 C

Pekka Kamholm, Viaduktgatan 17

Karl-Erik Karlsson, Skogalidsvägen 2

Anne-Marie Nicander, Malmgårdsvägen 40

Karin o Leif Wilnier, Grenadjärvägen 16 C

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@blixtnet.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 8 september kl 14.00

Missionskyrkans samlingsal

Program: Ingegerd Bennysson, ordförande i socialnämnden och Lisa Kihl, chef för vård och omsorg, har huvudrollerna. De berättar om kommunens förutsättningar beträffande kvalitetsarbete och boendeformer samt ger aktuell information.

Kaffe med dopp och lotterier samt sedvanlig gemytlig samvaro.

Välkomna till höstens första månadsmöte!

Lasarettets vårmässa

Den numera traditionella Vårmässan på Karlskoga Lasarett arrangerades i år den 13:e maj. Även i år deltog SPF med utställningsskärmar och diverse informationsmaterial. Ansvarig utställare var Eskil Persson som till sin hjälp hade ett par andra styrelsemedlemmar med Kjell Selander i spetsen. De hjälptes åt att informera intresserade besökare om fördelarna med att vara medlem i vår förening.

Sara Breij anordnade också ett lotteri vilket bidrog till att även yngre besökare kom inom räckhåll för vår monter och vår information. Entréhallen på Lasarettet var för övrigt under dagen fylld av utställare och föreningar och glädjande nog kom det många besökare.



Eskil Persson. Foto: Ingemar Linnell



Duktiga golfare

SPF:s golfspelare hade innan sommaruppehållit spelat tio tävlingsomgångar och ställningen var då bland de bäst placerade spelarna följande:

1:a **Janne Elgh** 118 poäng, 2:a **Lennart Avesand** 107 p, 3:a **Barbro Landström** 92 p, 4:a **Egon Vörde** 92 p, 5:a **Bengt Nordin** och **Leif Herlufsen** 75 p, 7:a **Inga Svensson** 74 p, 8:a **Anita Johansson** 72 p, 9:a **Sinnika Westberg** och **Göran Malmberg** 69 poäng. 53 spelare har deltagit.

Höstomgångens tävlingar startade redan den 3 augusti. En ändring har gjorts när det gäller vandringspriset SPF-kannan den 14 september. Den kommer att spelas som poängbogey. Speldagen den 22/9 inställd på grund av seniorernas golfresa.

Är du Anhörigvårdare?

Att bli Anhörigvårdare är en livsförändrade omställning som ofta kräver att anhörigvårdaren får stöd och hjälp till avlastning. Men i kommunen finns det en hel del möjligheter till detta genom bl.a. Anhörigstöd, Gruppstöd genom Caféstunden, Besöksverksamheten Kontakten, Ledsagarservice och Dagvård.

För mer information ring enhetschefen Tanya Larsson tel. 620 96. För att komma i kontakt med yrkesgrupperna ring kommunväxeln 610 00.

Biblioteket informerar

Vi har mycket att erbjuda dig som av olika skäl har svårt att läsa en vanlig tryckt bok.

- Fråga om Daisy-talböcker.
- Lär dig mer om din Daisy-spelare
- Få lästips

Kom till bibliotekets talboksavdelning. Första tisdagen i varje månad mellan kl. 14.00-15.00 finns personal på plats för att svara på dina frågor.

Välkommen!

Biblioteket

Ordföranden har ordet



Välkommen åter till SPF:s höstprogram efter en sommar (speciellt en julimånad) som många här i Mellansverige upplevt som kall och mycket regnig. Nu gör vi en rivstart med ett omfattande program

redan under september med funktionärsträffen och SPF-veckan som de viktigaste arrangemangen.

Höstens första styrelsemöte har vi precis avslutat. Huvudpunkten på detta möte gällde valberedningen eller snarare hur vi ska få till stånd en valberedning. Av föreningens drygt 1400 medlemmar är det bara en som lovat ställa upp, nämligen Berit Greek som även tagit på sig uppgiften att vara sammankallande. Cirka 40 SPF:are har tillfrågats av den arbetsgrupp inom styrelsen som redan i början av året fick i uppgift att komma med förslag på valberedning men ingen av dessa har svarat positivt. Lyckas vi inte snart få till stånd en valberedning blir det ingen styrelse, inga funktionärer och ingen verksamhet nästa år!!

Höstens funktionärsträff

Traditionellt blir det även i höst en funktionärsträff som upptakt på höstens och vinterns aktiviteter. Den hålls den 1 september och även i år i Folkhögskolans aula under ledning av ordföranden Allan Hede. Då skall alla kommittéansvariga få redogöra för sina planer och aktiviteter. I nästa nummer av M-nytt kommer vi att rapportera om detta möte.

”Fria ord”

Styrelsen har tidigare efterlyst läsarnas åsikter om föreningsarbetet, programsammansättningar m.m. och redaktionen för Månadsnytt vill gärna veta vad medlemmarna tycker om tidningen. Kom gärna med tips till förbättringar och förslag på artiklar och reportage. Det kan också gärna vara egna artiklar.

Förslagen kan lämnas till expeditionen, märk kuvertet med Redaktionen ”Fria ord” eller sänd förslagen som e-post till: m-nytt@blixmail.se

Årets funktionärsträff äger rum på Folkhögskolan den 1 september. Syftet med denna träff är liksom tidigare år att samla alla funktionärer till en gemytlig träff med god mat, bra underhållning och en diskussion om föreningens verksamhet. Bl.a. hoppas jag få tydliga besked om vad som fungerar bra respektive mindre bra i föreningen inklusive förslag på förbättringar. Därutöver hoppas jag att vi under träffen ska få några att ställa upp i valberedningen.

Under vecka 37 (7-13 september) ska enligt beslut av förbundsstyrelsen alla SPF-föreningar i Sverige genomföra aktiviteter på temat ”Bo och Leva”. Syftet med denna vecka är att synliggöra SPF och visa vad SPF vill och står för i fråga om detta tema. Den viktigaste aktiviteten i Karlskoga-föreningens program den veckan blir månads-mötet den 8 september då detta tema kommer att behandlas under medverkan av Ingegärd Bennysson och Lisa Kihl från Socialförvaltningen.

Under september inleder vi ett nytt program som vi gett namnet ”Reservdelsmänniskan” (se separat notis). Programmet inleds med ett föredrag om tandimplantat den 22 september av Arne Lind som är platschef för Nobel Biocare här i Karlskoga.

Allan Hede

Vandringar och utflykter

Två utflykter är sedan i våras inplanerade för hösten, dels till Djupa hålet i Degerfors kommun, dels till Dovrasjödalen i Hallsbergs kommun. Utflykten till Djupa hålet kommer att ske den 3 september om det inte regnar, annars den 4 september, under ledning av Jan Andersson.



Eftersom STF enligt höstprogrammet anordnar en kvällsutflykt till Dovrasjödalen den 2 september har vi ställt in vår SPF-utflykt. Det finns knappast underlag för två sådana utflykter samma höst. Intresserade SPF:are rekommenderas därför att följa med STF på deras utflykt. I stället planeras en utflykt i månadsskiftet september/oktober till närliggande Rövarbro skans.

Allan Hede

Nytt tema för höstterminen ”Reservdelsmänniskan”

Under våren 2009 inleddes en ny aktivitet i vår förening som vi gav namnet Tema. Avsikten med Tema är att ge en allsidig belysning av det valda temat under en säsong med föredrag, industribesök, fältbesök och olika personers upplevelser och erfarenheter av just detta tema. Under våren var vindkraft det valda temat. För hösten har vi valt ”Reservdelsmänniskan” som tema. Följande programpunkter är hittills fastställda:

- 22 september på Vetgiriga Veteraners septembermöte föredrag av platschefen för Nobel Biocare Arne Lind om företaget och speciellt om huvudprodukten tandimplantat.
- 13 oktober föredrag av ortopedläkaren Mats Haglund om operation av höft- och knäleder. Mats kommer också att visa exempel på de reservdelar som opereras in.

Senare under hösten planeras ett industribesök på Nobel Biocare, ett föredrag av någon tandläkare, ett föredrag om olika typer av reservdelar och vilka krav som ställs på dessa, samt ett antal SPF:ares upplevelser och erfarenheter av tandimplantat och av axel-, höft- och knäoperationer och tiden därefter.

Geologi på Lördagsträffen

För att öka intresset för geologi anordnas varje år en geologidag runt om i Sverige med bl.a. SGU och olika lokala geologiföreningar som arrangerar. På Lördagsträffen den 12 september uppmärksammas denna dag med ett föredrag och en utställning från bl.a. Västra Värmlands Amatörgeologiförening genom Allan Hede. Föredraget handlar om hyperit, de fantastiska hyperitbergen i Värmland och det unika hyperitberget Småländs Taberg. Utställningen är inriktad på Värmlands geologi men även på vackra kiseldioxidmineral såsom ametist, citrin, flinta, agat, jaspis och äkta opal.

Spanska!

Vi börjar igen den 11 eller 18 september. Jag tar kontakt med deltagarna om tiden. Om någon ny är intresserad: kontakta mig.

Birgitta Hede
Tel 536 02

Trafikrutan

Rondeller har blivit ett allt vanligare inslag i trafikbilden, speciellt här i Karlskoga. Om alla trafikanter iakttar de regler och förordningar som gäller för just cirkulationskörning, gynnas trafiken av detta. Det ”flyter” bättre och trafikrytmen blir lugnare.

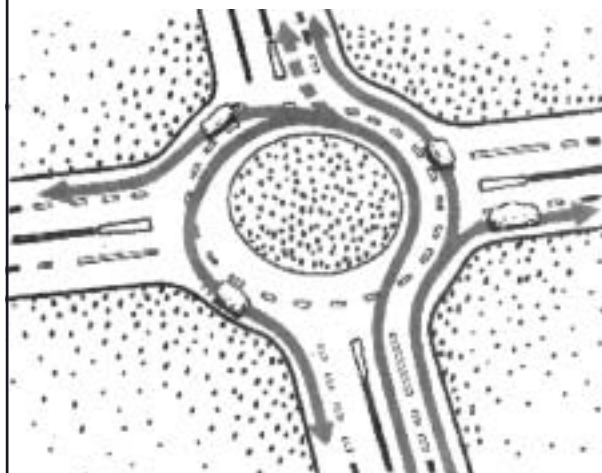
I en korsning med stoppljus bromsar och accelererar man mer, med påföljd att man får en mera ryckig trafik samt ökat avgasutsläpp.

Rondeller varierar i både storlek och utförande, från att vara enkel eller dubbelfilig och att ha från 2 till 6-8 avtagsvägar. Därför anges här kort vad som generellt gäller i alla rondelltyper:

- Man kan se cirkulationsplatsen som en enkelriktad väg.
- När du kör in i cirkulationen har du väjningsplikt mot de fordon som redan befinner sig där.
- Blinka åt höger när du byter körfält och när du skall ut ur rondellen.
- Släpp fram gående som är på väg över ett övergångsställe, vare sig du skall in eller ur cirkulationen.
- När du kör ur har du väjningsplikt även mot cyklister. Vanligtvis är det likadant även när du kör in i cirkulationen.
- Om du är osäker är det bäst att släppa fram alla oskyddade trafikanter.

P-O Backman

SPF:s Trafiksamordnare



Vårens 80+-träff

Lisa Kihl, chef för vård och omsorg, inledde med en kort presentation och fortsatte sedan med påståendet ”Inte bättre förr”. Då fanns ålderdomshem, vård på sjukhus sedan långvård, inga trygghetstelefoner, ingen natthjälp till exempel.

Nu finns hemvård, trygghetsboende, vård och omsorgsboende, bostadsanpassning, anhörigstöd, dagverksamhet, växelvård, dagcentraler, fixarservice, trygghetslarm m.m. **Lisa redogjorde för socialförvaltningens ambitioner under rubrikerna: Vad vill vi? Vad har vi? Vad gör vi för att stödja anhöriga? Vad gör vi för att öka delaktigheten och brukarinflytandet?**



Britt-Marie Danielsson, Ingrid Jansson och Lisa Kihl i samtal. Foto: Britta Angenete Gillberg

Medan kaffet avnjöts skrev gästerna även en önskelista om resor, program inför höstträffen och annonsering. Referensgruppen och researrangören arbetar vidare med önskemålen.

Sedan var det dags för gymnastiska övningar. Under **Gunnel Oldéns** ledning gick vi igenom de rörelser som framgår av ett informationsblad, som av utrymmesskäl publiceras först i nästa nummer av Månadsnytt. Varje övning görs 5-10 gånger/dag om det går. Börja redan i sängen på morgonen. Framför tv:n passar det med hand- och fotövningar. Särskilt betydelsefullt för ett angenämare liv är delen ”Öka muskelstyrkan”. Hur gammal man än blir är det viktigt att röra på sig utifrån de möjligheter man har. Såväl hjärna som hjärta behöver daglig träning. Likaså är det viktigt att prata, sjunga och träffa vänner.

Helt improviserat med hjälp av Inga-Lisa Hindersson avslutades träffen med några vårvisor. Nästa gång sjunger vi lite mer.

Text: Britt-Marie Danielsson

Folkhälsönämndens matråd

Madelene Lagerlöf presenterade vid ett möte på Solbringingen den 29 maj en enkätundersökning bland alla brukare som får lunchlåda via bistånd.

Kommunens kvalitetsåtaganden är följande; Leverera en närings- och variationsrik lunchlåda.

- Kalla lunchlådor håller en temperatur om högst 8 grader.
- Informera dig via telefon om längre förseningar än 30 minuter uppstår.
- Ge dig en dag-för-dag matsedel som är utförlig och lättförståelig.
- Föra vidare viktig information från dig till rätt person.
- Minst en gång varje år fråga dig vad du tycker om lunchlådan.

Svarsfrekvensen uppgick till 74 procent. Merparten ansåg att lunchlådan var både närings- och variationsrik och nöjda med kommunens åtaganden. Matsedeln kan bli tydligare med utförligare innehållsbeskrivning samt översättning till finska. I enkäten fanns möjlighet att föra fram egna synpunkter/önskemål. Följande önskemål framkom: Färre färsrätter, bättre potatis, råkost/grönsaker, mer husmanskost.

För att bryta ensamheten har 84 personer med bistånds-lunchlåda fått erbjudande att få sin lunchlåda serverad i en samlingsal en dag i veckan under en 4-veckors period. En lunchvärd/värdinna värmer lunchlådan och ordnar med sallad, smör, bröd, dryck och kaffe. Samma avgift som vanligt. 39 personer svarade. 4 var intresserade. Vid kontakten med dessa 4 avstod 3 stycken på grund av avståndet till samlingsalen.

Eftersom syftet är gott fortsätter arbetet med att försöka bryta ensamheten.

Text: Britt-Marie Danielsson



Armar uppåt sträck. Foto: Britta Angenete Gillberg.

Blomsterglädje på Lördagsträffen och i Karlskogas parker

Blomsterglädje hade stadsträdgårdsmästare Sif Eklund valt som rubrik för sitt anförande på Lördagsträffen den 18 april. Hon tog oss med på en resa genom några svenska städer och berättade om olika blomsterarrangemang där.



Sif Eklund.

Hon började i Uppsala och 300-årsjubileet av Linnés födelse. När uppsalaborna vaknade på högtidsdagen var hela centrum smyckat. Längs hela gågatan fanns t.ex. 300 lådor med växter utplacerade. Det var en blomsterprakt utan like.

Nästa nedslag var i Fagerås i Västergötland. Här bedrevs jordbruk i flera generationer men 1978 planterades 500 påskliljelökar vid den gamla smedjan. Sedan dess har över en miljon lökar planterats

på de gamla slätterängarna runt husen. Hit söker sig turister i stora skaror för att beundra och njuta av alla blommor. På den uppvärmda logen kan man sedan ta sig en fika och umgås.

Sif tog oss vidare till Göteborg och Trädgårdsföreningen – en oas mitt i stan. Här kan man promenera omkring i sin egen takt och beundra blommor och blomsterarrangemang. Här finns Rosarium – en utställning av olika typer av rosor. Botaniska trädgården, också den i Göteborg, är väl värd ett besök. Här finns temautställningar varje år. Förra året fick Botaniska guldmedalj för sin utställning. I Mölndals kommun strax söder om Göteborg ligger Gunnebo slott som är ett kulturreservat som är öppet för allmänheten och där man fritt kan ströva omkring.

Sif berättade också om sitt arbete med att smycka Karlskoga. De stora blomsterfaten vars innehåll växlar beroende på årstid färdigställs i växthuset och placeras sedan ut på olika ställen i staden. Många minns väl trädet som pyntades med gula påskfjädrar varje år inför Påsk. 20 000 fjädrar var på plats varje år. Man försökte till och med komma med i Guinness rekordbok! Det tog två dagar för två man att få alla fjädrar på plats. Detta pågick i 12 år men då var det någon som sprängde trädet till ledsnad för många Karlskogabor.

Vi har en vacker stad mycket tack vare Sifs kreativitet. All denna blomsterglädje får vi som karlskogabor njuta av.

Text och foto: Majken Lasson

Rapport från KPR-möte i maj

Befolkningsutvecklingen = Demografin medför att antalet äldre minskar de närmaste åren och därmed minskar även socialförvaltningens ramtilldelning. Därtill kommer ytterligare reduceringar för kommunens samtliga förvaltningar på grund av minskade skatteintäkter, ränteeffekter och avskrivningar. Konsekvensbeskrivningar ska vara kommunstyrelsen tillhanda i september. Beslut om budget och skattesats tas i oktober.

På frågan om vad neddragningarna innebär för vård och omsorg av de äldre tror förvaltningen att de ska klara reduceringarna utan att kvaliteten för äldre försämras.

Man vill begränsa bland annat inköp, vikarie-

intag, utbildnings- och konferenskostnader och minimera kostnaderna för utskrivningsklara från lasarettet.

Socialförvaltningens informatör Per Hellström presenterade sig. Hans uppgift är bland annat att förenkla, förmedla och förtydliga pressmeddelanden, se till att kommunens hemsida får aktuell och korrekt information och att det finns aktuella informationsbroschyrer.

Förvaltningens kvalitetsarbete sker kontinuerligt genom enkäter, nätverk, undersökningar och inventeringar. Aktuella rapporter lämnas vid mötena. Denna gång presenterade Agnetha Waller en hälso- och sjukvårdsinventering.

Text: Britt-Marie Danielsson, Ledamot i KPR

Årets traditionella utflykt till fritidsanläggningen Ånnaboda en höjdare

Den 12 maj var det återigen dags för den årliga utflykten till Ånnaboda. Vädergudarna var även i år nådiga när ett 50-tal förväntansfulla SPF:are antrade Jakobssons buss för vidare färd till fritidsanläggningen i Kilsbergen. Den är vackert belägen högt över Närke-slätten och vägen dit var även i år kantad av skir grönska och hela fält med vitsippor och i villaträdgårdarna i Vintrosa stod ginst, hägg och körsbärsträden i full blom. Det är bara att instämna i deltagarnas omdömen att Sverige är vackert på våren.

Väl framme i Ånnaboda välkomnades vi av Inge Liljegren. Han hade med hjälp av Lennart Avesand iordningställt tre olika tipspromenader, alla med olika längd. Sedan var det bara att, beroende på kondition och rörlighet, välja vilka av sträckorna man ville ge sig i kast med. Den längsta var 4-5 kilometer lång och gick runt en liten sjö. De två andra var kortare, men frågorna var nog minst lika kluriga.

När grupperna väl återsamlats var det dags för en välsmakande lunch som inleddes med sallader och Ånnabodas eget hembakade bröd. Ett bröd



Paret Christer och Majken Lasson sysselsatta med att fylla i svarskupongerna.



Inger Aldén och Siv Lövgren pustar ut vid Trollspårets troll.

som Inge Liljegren trots försök i flera år förgäves försökt få receptet på.

Vid den efterföljande prisutdelningen visade det sig att Britta Källberg och Ingrid Svensson hade flest rätt av de som gick den kortaste banan. Doris Jansson, Britta Karlsson och Christer Lasson var bäst på mellanbanan med sina nio rätt. Bäst lyckades Lilian Jansson, Ingmar Carlsson och Bertil Källberg på den långa banan de hade alla tolv rätt. Bra! Priserna bestod av chokladkartonger.

Efter kaffe var det så dags att äntra bussen för hemfärd. Det är bara att konstatera att den årliga vårutflykten till Ånnaboda gärna rekommenderas.

Text och foto: Bengt Aldén



Inge Liljegren med två av pristagarna.

Månadsmöte med både nytta och nöje

Månadsmötet i maj innehöll två viktiga punkter förutom en del information.

Vår fina hemsida är alldeles för lite känd och använd. Därför hade Christer Lasson en tydlig och bra genomgång av vad hemsidan innehåller och hur man använder den. Vid presentationen berättade Kjell Selander att vår hemsida hade fått mycket beröm i distriktsstyrelsen någon dag tidigare. Spontan applåd till Christer!



Christer Lasson försöker få oss att använda hemsidan.

Det första som fångar blicken är en s.k. flash (det gäller att kunna svänga sig med utrikiska), vilket är en rörlig text som påminner om någon riktigt aktuell aktivitet.

Man kan bland annat hitta Mötesprotokoll och Månadsnytt (t.o.m. någon dag innan den utkommer). Gamla Månadsnytt finns också. Almanackan, som visar vad som är på gång i föreningen, är mer uppdaterad på hemsidan än i Månadsnytt, för Christer kan lägga in ändringar och rätta eventuella fel. Mycket mer finns där, och vi som har dator skulle kanske ta för vana att kasta en blick på vår fina hemsida lite då och då?

Leif Björk om Dan Andersson

Efter en kaffe- och pratpaus kom så dagens underhållning. Leif Björk kallar sig tydligen själv amatörtrubadur. Amatör eller inte, han kan i alla fall både sjunga och berätta. Nu var hans tema Dan Andersson. Först berättade Leif en del om



Leif Björk fångade oss med Dan Anderssons sånger.

Dan Anderssons liv och naturligtvis om hans tidiga och så otroligt sorgliga och onödiga död. Han fick ju bara bli 32 år. (Jag antar att alla vet att orsaken var bristfällig vädring efter cyanvåtesrökning mot ohyra på det enkla hotell han bodde på.)

Vi fick höra många välkända sånger och även några mindre kända. Om vi hade blivit tillfrågade om vilken av sångerna som grep oss mest, hade svaren säkert varierat. Självt blev jag nog mest berörd av visan Spelmannen, som enligt Leifs beskrivning sammanfattade Dan Anderssons hela liv. Den okuvliga självständigheten och även det sorgsna draget hör man tydligt i raderna:

Jag vill aldrig höra råd och jag vill spela som jag vill, jag vill spela för att glömma att jag själv finns till!

Text och foto: Birgitta Hede



*Vi finns, om
du behöver oss!*

Med personligt engagemang
präglad 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?


Tyvärr 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.



Fastighetsbyrå

Swedbank 

fastighetsbyran.se

**Förbered försäljningen med vårt Steget-före-paket,
så blir det enklare när det väl är dags.**

Funderar du på att sälja din bostad
så småningom, är det bra att vara
väl förberedd. I vårt kostnadsfria
”Steget-före-paket” ingår bland
annat värdering, råd om ev. för-
bättringar, beskrivning och foto-
grafering av bostaden. Vi gör ock-
så en nettokalkyl som visar hur
mycket pengar det blir kvar efter
skatter m.m. Men försäljningen
startar först när du har hittat ditt
nya boende.
Kontakta oss så berättar vi mer.

**Fyra välutbildade fastighetsmäklare
till din tjänst.**



Anders



Ann



Mari



Lasse

Telefon 0586-333 02
www.fastighetsbyran.se

Ett studiebesök i Åmål och Karlstad

Som ersättare i Pensionärsrådet för SPF följde jag med på en studieresa till Åmål och Karlstad gällande samverkansåtgärder för bl.a. frivilliginsatser för äldre och handikappade.

Första anhalten var Åmål. Här har man en lokal som är strategiskt centralt och lättillgängligt placerad och där det sjöd av liv och verksamhet. "Samverket" i Åmål är "en mötesplats för människor i trivsel, trygghet och gemenskap".

Organisationen består av Kommunledning – Ansvarig arbetsledare – Frivilligarbetare – uppdelat i distrikt. Målet är "att hjälpa sin nästa fram till det bästa hos varje människa". 40 olika föreningar är engagerade. Här finns också individuella insatser för invandrare samlade. Organisationen leds av en samordnare. En referensgrupp har sammanträde en gång i månaden. En styrgrupp träffas 2-4 gånger per år och lägger upp övergripande riktlinjer och policy.

Det yttersta syftet är att nå ensamma och isolerade kommuninnevanare och höja deras livskvalité. Att stötta anhöriga, barn och att samarbeta med biståndsenheten är ett annat viktigt arbete.

Man samarbetar med: Hemtjänsten, brukarna, anhöriga, skolan (mormor och farfar verksamhet), socialen, psyk., rehabiliteringen, frivården, Försäkringskassan, kyrkorådet och SFI.

Volontärer från Europeiska länder bidrar också mycket positivt till verksamheten. Dessa vistas i 6 månader upp till ett år här och många kommer tillbaka. Det är ungdomar som efter en insats får ett certifikat på att de varit volontärer i t.ex. 6 månader. De får rycka in och hjälpa till på en mängd olika områden.

Alla som arbetar här utrustas med ett ID-kort och man avger ett tyshetslöfte. Man får bl.a. lova att inte ge råd om t.ex. medicinering och att förhålla sig neutral vad gäller ev. medicinsk eller annan behandling som annan instans har ansvar för. Alla får en arbetsbeskrivning.

Röda Korset är en viktig samarbetspartner. De tillhandahåller ledarutbildning och organiserar bl.a. klassmormor/morfar verksamhet förutom allt annat man bidrar med.

Ekonomiskt bidrar Kommunen med 1,75 % tjänst och lokal. Alla som arbetar i Samverket har en försäkring, alla insatsarbetare är inskrivna. Kyrkan och ABF är andra som bidrar. Kyrkan med

transporter och ABF vid musikevenemang. Utveckling av verksamheten pågår och man har inlett en sådan vad gäller exempelvis Arbetsförmedlingen.

En av Kommunens tjänstemän har 50 % av sitt arbete för att leda och stödja arbetet. Man har också kontakt med kommunpolitikerna och berättar och redogör varje år inför Kommunfullmäktige om verksamheten. Samverket betonar: För att nå långsiktiga resultat är det av vikt att det finns kontinuitet och inte bygger på tillfälliga projekt!

Eftermiddagen ägnades åt besök i Karlstad som nyligen flyttat in nya lokaler i centrum. De kallar sig "Frivilligcentralen". P.g.a. Kommunens storlek gäller här helt andra förutsättningar. Man fungerar först och främst som ett anhörigcenter. Det finns 3 konsulenter som jobbar med stöd till demenssjuka, långvarigt sjuka och funktionsnedsatta.

Man ger inte bistånd, men har biståndsenheten i samma hus och samarbetar med 10 olika föreningar, referensgrupper, kyrkan och pensionärsföreningarna samt handikapporganisationerna. Varje vecka finns ett värdskap med representant från någon intresseorganisation.

Lokalerna får utnyttjas av föreningarna och här finns bl. a. Anhörigstödverksamhet. Här ordnas föredrag om godmanskap, läkemedel och att vara förälder hela livet. Hur når man ut då? Jo, genom samordning med kuratorer på lasarettet, vårdcentralerna, biståndshandläggare och personlig assistansverksamhet. Kyrkan och Röda Korset är också två viktiga samarbetspartners.

Det blev en upplevelserik dag med huvudet fullt av mer eller mindre realiserbara idéer. Det mesta och viktigaste som finns kvar av genomförandet av en fruktbar verksamhet till de utsatta grupperna är:

- Centralt och stora lättillgängliga lokaler finansierade av Kommunen.
- En kontinuerlig verksamhet med ekonomiskt finansierade tjänster som har till uppgift att koordinera alla frivilliginsatser.
- Att samordna, stötta och anordna möten och utbildningar för berörda grupper och individer.

Britta Angenete Gillberg

Ersättare i Kommunala Pensionärsrådet för SPF

Släktforskning ett populärt pensionärnöje

I takt med att allt fler pensionärer blir hemtama med datorer ägnar sig många pensionärer också åt släktforskning. Det finns säkert flera orsaker till detta. Ett är väl att vi lever längre än tidigare generationer och ju äldre man blir så tycks fler bli nyfikna på sina anfäders liv och leverne. Ett annat skäl som nu underlättar är att man med datorns hjälp kan söka i arkiv och kyrkoböcker. Det finns nämligen flera olika dataprogram som möjliggör att man kan sitta hemma och leta i diverse kyrkoböcker som husförhörslängder med noteringar över födda, vigslar och döda m.m. En annan fördel med att vara pensionär i släktforsknings-sammanhang är tidsfaktorn. Det tar nämligen tid att läsa spretiga prästnoteringar i kyrkböcker och att söka på rätta platser.

Men det finns hjälp att få. Karlskoga-Degerfors Släktforskarclubb anordnar kurser och sista onsdagen i varje månad kan man träffa de kunniga medlemmarna i Bibliotekets släktforskarum. Där finns också tillgång till en hel rad arkivmaterial och ett par datorer. Det finns också flera böcker i ämnet.

Undertecknad har själv nyligen deltagit i en lärarrik nybörjarkurs i släktforskning i klubbens och Vuxenskolas regi. För min del har väl intresset visserligen funnits tidigare men tidsfaktorn bromsade då. Delvis har jag haft det bra förarbetat tack vare att två av mig närstående personer har haft släktingar som gjort ett stort förarbete.

I det ena fallet kunde jag t.ex. läsa om en småländsk knekt, som fick slita ont i två krig som soldat åt Karl XII och med nöd och näppe klarade sig från rysk fångenskap. Efter många strapatser

lyckades han i stället ta sig via Finland och över till svenska sidan för att sedan till fots ta sig hem till de småländska tegarna.

I det andra fallet var de släktingarna välbeställda bryggare och grosshandlare som senare blev ingifta med en Schweizisk släktgren Werdmüller som bl.a. hade haft en fältmarskalk i sina släktrullor. Sådant förpliktar! Men tyvärr så tycks min egen släkt, som i så många andras fall på 1800-talet, komma från torpare och i bästa fall hemmansägare. Men det kanske tar sig i kommande generationer. Vem vet. Spännande är det och tänkvärt är det hur folk i allmänhet hade det och hur många barn var det som inte överlevde sitt första levnadsår på grund av sjukdomar.

Text: Bengt Aldén

Datakurs för nybörjare

För dig som vill lära dig grunderna, att hantera din dator.

Intresseanmälan till Kajsa Werner
kajsa.werner@folkbildning.net
eller tel 0586-541 63



**Studieförbundet
Vuxenskolan**

**Välkommen
till oss!**

**Öppet alla dagar
till kl. 21.00**



KARLSKOGA & DEGERFORS

Om ”Den vår de svage kalla höst” och ett dystert 70-årsminne

Sammanställt av Bertil Edling

Denna beskrivning av höstens ankomst i Karlfeldts bekanta dikt passar bra när vi nu vare sig vill det eller ej lämnar sommaren och går in i höstmånaden september. Men hösten börjar inte omedelbart gälla från månadens första dag. Vanligtvis menar man nämligen att den inträder först när dygnets medeltemperatur ligger mellan 0 och +10 grader, den s.k. klimatologiska höstdefinitionen. Det brukar innebära för oss att vi får behålla sensommaren till slutet av månaden t.o.m. några dagar efter höstdagjämningen. Men redan långt före det märker vi att nätterna blivit betydligt längre än tidigare.

Morgonsolen skymms ofta av dimma eller dimmoln även om dagarna ibland kan vara härligt klara med hög luft. Men vädret kan lika gärna domineras av regn som ger tunga regndränkta jordar till lantbrukarnas förtret. Fortfarande bjuder dock naturen oss på skatter av bär och svamp. ”Stora plockaredagen” kallade man förr söndagen i mitten av månaden, då man gick ut för att samla förråd inför vintern, men numera är det väl mera fråga om nöjesutflykter. Skogens svampflora har även för oss mycket intressant att bjuda på vid den här årstiden.

När Radiotjänst inledde sin kvällssändning den 1 september för precis 70 år sedan var hallåmanens röst påtagligt ödesmättad och kort: ”Stockholm – Motala, statsminister Per Albin Hansson talar”. Denne lyckades väl dölja den inre oro och upphetsning han måste ha känt denna stund ty hans skånska dialekt lät lika trygg som vanligt när han tog till orda:

”Medborgare! Det förfärliga som vi i det sista hoppats att världen skulle förskonas ifrån har inträffat. Ett nytt stort krig har brutit ut”. Han redogjorde sedan för den huvudlinje som Sverige kom att följa kriget ut, nämligen att med lugn och beslutsamhet och i endräkt samlas kring den stora uppgiften att hålla landet utanför kriget och samtidigt vårda

och värna våra nationella värden och på bästa sätt bemästra den onda tidens påfrestningar.

Tidigare samma dag hade den tyska riksdagen kallats till Krolloperan i Berlin där Hitler gav tyskarna sin (förljugna) bild till krigsutbrottet. Han påstod att Polen gjort flera gränsöverfall. I själva verket var de arrangerade av tyska SS-män som klätt ut straffångar i polska uniformer, dödat dem och lämnat dem kvar som bevis på gränsöverfallen. Men detta förtegs naturligtvis. I stället förklarade Hitler att fr.o.m. nu skulle bomb besvaras med bomb och den som kämpar med gift skulle bekämpas med giftgas. Han försäkrade sina landsmän att nu var han helt och hållet rikets förste soldat och uniformen som var det heligaste och dyrbara han ägde skulle han inte ta av sig förrän efter segern eller – ”ett sådant slut kommer jag inte att uppleva” och i falsett skrek han triumferande ut: **Ett november 1918 kommer ni aldrig att behöva uppleva.** Nej, det blev sant, men det skulle komma i maj 1945 och det var sjufallt värre med ett Tyskland bombat tillbaka till stenåldern och ett Europa i ruiner!

Per Albins samlingsregering klarade Sverige från kriget och för vårt Karlskoga/Bofors kom krigsåren att betyda mycket. Men det är en annan intressant historia.



Berlin: Krolloperan 1:e september 1939. Den tyska riksdagen är samlad och Hitler informerar om Polens aggressionspolitik mot Det Tredje Riket.

Sommarfacit: Regn ute, ljud i TV, men det finns böcker!

Någon gång i slutet av vårkanten varje år blommar dom upp – väderspåmännen!

Tidigare fanns det en same uppe i Lappland, som hette Abbas eller något liknande – hans siarinstrument var fiskmagar, främst från abborre. Med hjälp av dessa kunde han med ofta förbluffande träffsäkerhet pricka in sommarvädret i Sverige. Flera med mig har saknat hans väderprofetior - jag läste i någon notis att klimatförändringar numera gjort att han inte längre kan lita på sina fiskar, som tydligen förändrats i takt med t.ex. sjöförsurningar.

Nå, nere i Tyskland sitter en man, som varje år med samma glada optimism (så även i år) talar om att vårt land skall få uppleva en aldrig tidigare skådad värmebölja, i stort sett under samtliga sommarmånader!

Nu sitter vi här med facit i hand och vet att det blev ömsom vin men mest vatten, för oss som har semester året runt är det ju ingen större tragedi – värre för knegarna. När vädergudarna sviker oss får vi ta till andra förströelser än sol och bad, t.ex. TV.

I år har programansvariga i nästan alla kanaler bestämt att ämnena skall börja på bokstaven M, d.v.s. Mord, Matlagning eller Möblering.

När det gäller matlagning har vi kunnat välja mellan den ”nakne” kocken Jamie, eller den förskräcklige Gordon, som svär och härjar bland grytorna, medan vår svenske Per Morberg står sig bra i konkurrensen, även om man undrar lite stillsamt hur stort matkonto han har med de mängder av kalv- och oxfiléer, hummer och löjrom han excellerar i. Fast det finns förmodligen sponsorer i bakgrunden. Sen har vi lilla söta Leila som oförtrutet varje dag bakar, knådar, spritsar och vispar – hur orkar hon?

Räddningen har varit de norska och danska dokumentärprogram, som jag förmodar att SVT fått köpa till fördelaktigt partipris. Hur kan det komma sig att dessa länder lyckas åstadkomma så många bra program, när SVT bara producerar en massa skräp? Nu har man till och med lyckats förstöra ”Allsång på Skansen”! Det programmet borde döpas om till ”Allskräll” för maken till skräll och skrik får man leta efter – det hela liknar mer en popkoncert där all eventuell musik dränks av skrånande tonåringar – nej fy!

Här kan man tala om dekadens – jag minns hur jag som ung lyssnade på ”Allsång på Skansen” i radio. Sven Lilja hette sångledaren – en jovialisk och

småttrevlig herre, som fick oss att sjunga med hemma i stugorna. I TV kunde vi så småningom se och höra Bosse Larsson och senare Lasse Berghagen – publiken sjöng med av hjärtans lust och det hela var som en enda stor, mysig familjefest.

Jag har faktiskt hellre tittat på Lotta Engbergs allsångsprogram från Liseberg. Där kan man faktiskt tala om sång och publiken har sjungit riktigt fint och samstämt. Att sen den goda Lotta är lite flåshurtig och far omkring som ett skållat troll på scenen får man väl uthärda!

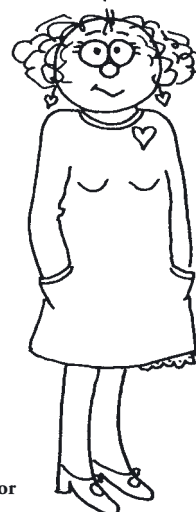
Det finns i alla fall ett nöje, som inte någon TV i världen kan konkurrera med och det är BÖCKER! Oj, vad jag har läst denna sommar, vädret har ju verkligen medverkat till att läslusten fått blomma. Jag kanske försöker åstadkomma några bra tips lite senare i höst.

Just nu förbereder jag en liten resa med mina barn till Kungshamn eller Gravarne, som vi gamla bohusläningar säger. Vi skall titta på min farmors barndomshem där hon föddes 1865 och växte upp. Genom eldsjälarna i hembygdsföreningen har Gerlegården (farmor hette Alma Gerle) återfått sin forna skepnad och öppnats som museum. Hon var en spännande och mångbegåvad kvinna, som födde 15 barn till världen, varav 11 överlevde och flera blev över 100 år. Återkommer kanske om henne.

Hälsningar

Ulla C

Jag vill alltid vara snäll, men det finns skunder när det verkligen får emot.



Ur
Gunilla Dahlgrens
Lilla fruntimret & Amor

? Gåtfullt ?

av Birgitta Hede

Nu ska svaren bli länder (stavning och uttal kan vara lite si och så).

1. Billiga nötkreatur söderut
2. Gjorde den frusna katten som fick komma in
3. Vet du någon manlig docka?
4. Ingen skridskoåkning i dag heller
5. När man är sur hos fotografen
6. Besegra kompisen en gång till
7. Gör kirurgen efter operationen
8. Kom med en vokal!
9. Flörta med Källe
10. Vattnet är grönt, det är nog . . .
11. Solskydd, fast inte nu längre



Lämna svaren på SPF:s exp. senast fredag 11 september även om Du inte löst allt.

Vinsten lottas ut bland alla som har 8 rätt eller mer.

Svar och vinnare i nästa nummer.

Svar på gåtor i aprilnumret

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

På 4 fanns ett bra alternativ: Ellinor. Men Frida är inte OK på nr 10. En ny vill hon ha!

Vinsten lottades på **Olle** och **Inga-Britta Engman**, Karlskoga, som får hämta 2 st. Trisslotter på SPF exp.

– Kära lilla gumman, jag känner inom mej att jag skulle behöva en hobby. Jag kanske skall börja med målningen igen?
– En alldeles utmärkt idé. Du kan börja med köket!



– Vissa sköldpaddor kan bli över hundra år gamla.
– Otroligt. Vad kan det bero på?
– Ja inte på jogging i alla fall . . .

– Jag blir alltid så glad när jag ser din man.
– Jaså, varför det?
– För att han inte är min.

– Goddag, snälla frun. Ursäktar att jag besvärar er vid porten. Men jag har inte sett mat på en vecka.
– Greta! Visa herrn en kotlett.

Två poliser hittade en död man framför en Peugeot. De började med att skriva en rapport.

– Hur stavar man till "Päcshåå" frågade den ene polisen den andre.

– Ingen aning. Vi lägger honom framför den där "Saaben" i stället.

Så var det mannen som var ute med sin nya sportiga Porsche. Vädret var vackert så han fällde ner taket och drog iväg i 120. Efter en stund fick han i backspeglarna se att en polisbil med blåljus påslagna närmade sig i hög fart. Då tryckte han ner gaspedalen lite till och ökade farten till 180. Men efter ett litet tag tänkte han till och stannade bilen intill vägkanten.

– Det har varit en lååång dag och mitt pass slutar snart dessutom är det fredagen den 13:e och jag vill hem. Jag har ingen lust att trassla med papper och rapportskrivning. Jag släpper dig om du kan lämna en bra förklaring till din fortkörning som jag inte hört förut.

Fortköraren tänkte efter några sekunder.

– Min fru lämnade mig förra veckan för en polis och nu trodde jag det var han som ville lämna igen henne.

Polisen önskade mannen en trevlig helg, men nu kör du i laglig fart.

SPF:s resekommitté inbjuder till

”Kulturresa till Falköping”

18 september. Pris: 625:-

En resa till utställningen ”Bondens År”, Harald Wibergs hem och museum.

Vi avslutar dagen med besök på Falköpings Ost.

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

OBS! Anmälan omgående!

Musikteater på Sjöföreläsa: ”Zorba”

25 oktober. Pris: 710:-

I föreställningen medverkar bl.a. Mikael Samuelsson, Lena Dahlman, Åsa Berg m.fl.
Resan inkluderar buss från Karlskoga, biljett till eftermiddagsföreställningen av ”Zorba”,
middag med dryck och kaffe.

OBS! Anmälan bör ske snarast!



Adventsutflykt med jullunch

29 november.

Återkommer med pris och mer information i nästa månadsnytt.

”Sista dansen” på Stockholms Stadsteater

30 januari 2010. Pris: 830:-

I priset ingår bussresa från Karlskoga, teaterbiljett på parkett,
2-rättersmiddag på restaurang Arena Globen.

På grund av stor efterfrågan på biljetter bör anmälan ske snarast!

Avgiften för biljetterna betalas i förskott.



Planerad resa i mars till Kiruna, Ishotellet i Jukkaasjärvi, Esrange m.m.

Intresseanmälan snarast till Marianne Cornelid!

Tel. 505 98 eller 070-316 64 65

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