



Månadsnytt

Årgång 25 – Nr 7 – Oktober 2009

**Sveriges Pensionärsförbund – Seniororganisationen i tiden
Karlskogaföreningen**

Reservdels- människan

Om tandimplantat
på sidan 6.

Om höft- och
knäleder
på sidan 9.

Glimtar från en resa på Transsibiriska.

Läs om
månadsmötet med
Kent Lindell på
sidan 8.

”Här står jag. Jag kan inte annat. Gud hjälpe mig! Amen!”

Läs Bertil Edlings
artikel på
sidan 13.



Foto: Benny Abrahamsson

Bengt Aldén, Månadsnytt:s huvudredaktör och allt-i-allo sedan 13 år tillbaka, fyllde 80 år den 21 oktober. Vi gratulerar och hedrar honom med Förstasidan utan att han vet om det i förväg. GRATTIS Bengt och TACK för allt Du gjort och gör för oss!

Almanackan

(Sparas lämpligen till nästa nummer av Månadsnytt)

Manusstopp för nästa nummer av Månadsnytt, tisdagen den 17 november.

Distribution, fredagen den 27 november.

Måndag 2 november kl. 14.00

Träffen. Karlskogiana. Anders Elfwik visar bilder.

Fredag 6 november kl. 15.30

Solbringan. Club Solbringan "Cantöserna" från Kulturskolan underhåller. Anmälan till exp. tel. 302 40, senast 5/11 kl. 11.30.

Lördag 7 november kl. 10.00-12.30

Träffen. Personer jag "mött" – kyrkoherde Lars Marcusson från Degerfors. Kaffeservering.

Måndag 9 november kl. 14.00

Träffen. Stickkafé.

Måndag 9 november kl. 14.00

OBS! Månadsmöte. Missionskyrkans samlingsal. Elsa Ingesson: Passion för livet. Se notis sidan 4! Anmälan exp. senast fredag 6/11 kl. 11.30. Tel. 302 40.

Torsdag 12 november kl. 14.00

Träffen. Kafferepet.

Torsdag 12 november kl. 14.00

80+ träff. Missionskyrkans samlingsal. Se notis sidan 3! Anmälan till exp. senast 10/11 kl. 11.30. Tel. 302 40.

Måndag 16 november kl. 14.00-16.00

Träffen. Karlskogiana Anders Elfwik visar bilder.

Tisdag 17 november kl. 14.00

Vetgiriga Veteraner. Missionskyrkans samlingsal. Pastor Robert Bådagård: Bibelns historia. Se notis sidan 3! Anmälan senast 16/11 kl. 11.30 till exp. tel 302 40.

Onsdagen 18 november kl. 14.00-16.00

Träffen. Livsforum. Se notis sidan 4!

Lördag 21 november kl. 10.00-12.30

Träffen. Gunnar Regestad visar bilder och berättar om Italien. Kaffeservering.

Måndag 23 november kl. 14.00

Träffen. Stickkafé.

Torsdag 26 november kl. 14.00

Träffen. Kafferepet.

Måndag 30 november kl. 14.00-16.00

Träffen. Karlskogiana. Anders Elfwik visar bilder.

Onsdag 2 december kl. 14.00-16.00

Träffen. Livsforum. Se notis sidan 4!

Lördag 5 december kl. 10.00-12.30

Träffen. Luciatåg. Glögg och kaffeservering.

Vi hälsar följande nya medlemmar välkomna

Rune Andersson, Gustavsgatan 16
Mayvor o Pehr-Göran Aspelin, Noravägen 40
Sven Karlsson, Skrämmen 404
Margareta Lundin, Örebrovägen 17
Hillevi Mäkitalo, Gösta Berlings väg 2 C
Lars Zetterqvist, Gränsvägen 7

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, tel 370 24, e-post: bengt29@tele2.se, 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, Solbringan 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



Ordföranden har ordet



Inför 2010 har vi i föreningen några problem som måste åtgärdas:

Ekonomin kommer att bli bekymmersam när det kommunala bidraget på ca 16000:- upphör nästa år. Vi i styrelsen befarade detta redan i början av fö-

regående år och föreslog en höjning av medlemsavgiften med 20:- för att bl.a. kompensera för detta. (Av medlemsavgiften på 200:- får vi för den egna verksamheten behålla 55:-, resten går till distrikt och förbund). Årsmötet ville dock annorlunda. I budgeten för nästa år tvingas vi nu till stora besparingar. En första besparingsåtgärd blir att slopa underhållningen vid kommande årsmöte.

Det låga medlemsintresset för flera av våra aktiviteter är bekymmersamt. På exempelvis några av Vetgiriga Veteraners möten under året har antalet betalande deltagare varit färre än 30 trots föredrag som borde intressera många. Ska vi upphöra med aktiviteter liknande Vetgiriga Veteraner som lockar få deltagare och kostar föreningen pengar eller finns förslag på förbättringar som ökar medlemsintresset?

Vi upplever stora svårigheter att bemanna vissa funktionärsbefattningar. Det här året har vi exempelvis misslyckats med att tillsätta en "normal" valberedning. Över 50 personer har tillfrågats men endast två har ställt upp. För att komma igång med valberedningsarbetet har jag som avgående ordförande därför måst rycka in.

Det sjunkande medlemsantalet (- 37 sedan årsskiftet) bekymrar framförallt distriktet. Slopandet av gratis medlemskap för medlemmar över 90 år från årsskiftet är en viktig orsak till detta (fortfarande ingen avgift till vår förening och till distriktet men avgiften 110:- till förbundet, som föreningen måste betala, tas numera ut av dessa medlemmar). Antalet nya medlemmar hittills i år är färre än under motsvarande period förra året trots ökande antal pensionärer.

Ovanstående kan av många medlemmar upplevas som en alltför mörk bild av läget. Det finns dock mycket positivt i vår förening men det återkommer jag till i nästa Månadsnytt.

Allan Hede

Club Solbringens

Vi var ett 90-tal personer som fredagen den 9 oktober samlades i Solbringens matsal. Först dracks det kaffe med räksmörgås. Därefter underhöll Ulf Johansson med sång och gitarr till ackompanjering av Ove Busk på dragospel. Det hela avrundades med dragning på ett lotteri.

Text: Gunnar Regestad

Höstens 80+ träff

Höstens 80+ träff äger rum torsdagen den 12 november kl.14.00 i Missionskyrkans samlingsal. Kostnad 25 kronor (kaffe och smörgås ingår).

I ämnet Egenvård ger tandläkare **Jan-Olof Forsling** råd och information om tänder, tandvård och tandsjukdomar.

Allsång. **Inga-Lisa Hindersson** ackompanjerar. Välkommen till en lärarik och trevlig träff!

Anmälan sker till expeditionen tel. 302 40 senast 10 november.

Vetgiriga Veteraner

Tisdagen den 17 november kl 14.00

Missionskyrkans samlingsal

Program: Robert Bådagård – Bibelns historia

Den unika boken – om Bibeln, dess tillkomst, historia och betydelse. Världens mest lästa, över-satta och spridda bok heter Bibeln. Oavsett vad man tänker om det som står i den, är det den bok som betytt mest för flest människor i världen. Vår egen historia kan inte förklaras utan Bibeln. Bibeln har vuxit fram under flera tusen år och dess historia är också förknippad med skrivandets och tryckkonstens historia.

Om allt detta kommer pastor Robert Bådagård att berätta under träffen den 17 november. Han kommer också att visa delar av den stora Bibel-samling som ägs av Svenska Bibel sällskapet. Efter mötet vidtar trevlig samvaro med kaffe och dopp. Glöm inte anmälan, tel. 302 40.

VÄLKOMNA önskar Kjell Selander.

OBS! Ändrat datum för månadsmöte i november.

Måndagen den 9 november kl. 14.00 (ej den 3 november) kommer Elsa Ingesson. Hon ska tala om pensionärsorganisationernas satsning "Passion för livet" som blivit en stor framgång i många SPF- och PRO-föreningar.

Elsa Ingesson är leg.läkare med specialistkompetens i rehabiliteringsmedicin och neurologi. Hon är också utvecklingsledare i projektet "Passion för livet" och ska informera och inspirera oss. Projektet stöds av Sveriges kommuner och landsting. Det syftar till att höja vår livskvalité, och gäller alla. Hur är det t.ex. med våra matvanor, säkerheten i hemmet, socialt nätverk och motionsvanor. Det ska man diskutera i mindre grupper. Hon kommer att dela med sig av sina erfarenheter och berätta om lansering av projektet i Storbritannien.

Kajsa Werner

Fria ord

Jag saknar ett forum där man kan diskutera frågeställningar med djupare innebörd.

Med frågeställningar avser jag vardagliga levnadsfrågor, etik, moral, vad ger livet innehåll, lära känna sig själv, m. m.

Jag kan boka tid för inledande möten på "Träffen" (LIVS-FORUM) där alla intresserade kan delta. Innan start bör man sondera intresse och inriktning för dessa möten. Även regler och förhållningssätt bör diskuteras. Vissa typer av samtal kräver ett klimat där man törs vara sann mot sig själv.

Jag kan tänka mig att dessa möten görs i mindre grupper på ca 6-10 deltagare. Mötesformen bör ha stor frihet och ej vara beroende av vissa personer. Alla deltar på lika villkor och tar lika stort ansvar för gruppen. De som deltar gör detta för att de "vill" vara med.

De grupper som bildas skapar sitt sätt att vara. Efterhand formas gruppen till det bästa för deltagarna. Inom gruppen måste "öppen dialog" existera. Efter en inkörsperiod får vi utvärdera innehåll och form om behov finns.

Detta är ett förslag och inget färdigt koncept.

Intresseanmälan till mig på telefon eller i fack LIVS-FORUM på SPF-exp.

Tage Mäkitalo, 070-418 44 92



Dags att byta till vinterdäck

Enligt lag måste personbil vara försedd med vinterdäck under perioden 1 december – 31 mars, om vinterväglag råder. Man får dock sätta på vinterdäck från 1 oktober t.o.m. 30 april.

Men oftast väntar vi i det längsta med att skifta däck och blir då alltid lika överraskade när första halkan kommer.

Däck med största mönsterdjup bör vara monterade på bakhjulen för att minska risken för sladd. Detta gäller oavsett om bilen är bak- eller framhjuldriven. Vid väderomslag och temperaturer runt nollpunkten är risken stor att den förrådiska blixthalkan slår till. Speciellt lurigt är det vid broar och vägkrön. Vi pensionärer har ju oftast den fördelen att kunna välja dag då vi skall ut och köra under vintern och undvika när vinterväglaget är som sämst. Man kan tänka på att anpassa hastigheten efter omständigheterna och att man har rätt att få sänka hastigheten något.

God tur!

Per-Olov Backman, SPF:s trafiksamordnare



Inga-Lisa Hindersson blev lycklig bokvinnare på kaffebiljettlotteriet vid månadsmötet den 6 oktober. Se även sidan 8.

Foto: Jan-Erik Averås

Säsongavslut för våra SPF-golfare

Fredagen den 2 oktober avslutades årets golfsäsong med en lagtävling över 9 hål som sedan följdes av lunch och prisutdelning.

I år har 59 medlemmar deltagit fördelat på 10 damer och 49 herrar. Sammanlagt har det blivit 534 starter med i genomsnitt 28 deltagare per tävling!

Sammanlagd segrare i seriespelet blev i år Janne Elgh med Egon Vörde på 2:a plats och Inga Svensson på 3:e plats. I Greensometävlingen den 25 maj segrade lag Inga och Bruno Svensson följda av lag Yvonne och Roland Karlsson och Sinnika och Dan Westberg. I en 6+6+6 tävling den 7 september vann lag Janne Elgh, Bengt Aldén och Gullevig Andersson. Vinnare av en inteckning i SPF-kannan blev som rapporterats tidigare Inga Svensson.

Duktiga tävlingsledare har varit Egon Vörde, Göran Malmberg, Inga och Bruno Svensson, Jan Hägg och Hilding Helgeson.



Inga Svensson årets vinnare av SPF-kannan och Janne Elgh vinnare av seriespelet.

Karlskogagolfare 2:a i SPF Good Life Cup 2009

Lars Andersson och Pekka Kamholm erövrade en mycket meriterande 2:a plats när finalspelet i golf för SPF Good Life Cup avgjordes på Åland den 15 september.

SPF-golfare från hela Sverige har under våren fram till den 10 juli kunnat delta i årets upplaga av SPF Good Life Cup. Två spelare har då kunnat bilda ett lag som sedan fått rapportera in sina resultat från sina hemmabanor. De 120 bästa lagen inbjöds därefter till en kvalspelsomgång och från denna omgång fick sedan de 50 bästa lagen delta i finalspelet på Åland. Förutom Lars Andersson och Pekka Kamholm kvalificerade sig även Lars Hall-

berg och Göran Malmberg från vår förening, men deras placering blev lite längre ner i resultatlistan, men ändå med fullt godkänt resultat på 32 poäng.

Det var också ett mycket förnämligt prisbord med bl.a. flygbolaget KLM och hotellkedjan Good Life som huvudsponsorer. Segrarna fick t.ex. 1 veckas fri vistelse i Peking och Andersson och Kamholm fick en veckas fri vistelse i Belik i Turkiet. Den resan blir av i mars månad. Grattis!



Från vänster: Göran Malmberg, Bo Andersson och Lars Hallberg. Duktiga golfspelare som gick till finalspel i SPF Good Life Cup på Åland.

Bowlare



Folke Lundh, Gunnar Eriksson och Eric Svensson, tre duktiga bowlare i SPF:s lag 5. De tränar tillsammans med många andra bowlare i bowlinghallen varje måndagsförmiddag. Sedan tävlar de onsdagar eller torsdagar.

Reservdelsmänniskan

Tandimplantat från Nobel Biocare

På Vetgiriga Veteraners septembermöte berättade Arne Lind, chef för Nobel Biocare i Karlskoga, om koncernen, om Karlskogaföretaget och om de produkter som tillverkas här i Karlskoga.

Nobel Biocare är ett medicintekniskt företag som tillverkar olika typer av tandimplantat i titan. Företaget har mer än 2500 anställda över hela världen med huvudkontor i Zürich, Schweiz. Produktion sker vid anläggningar i Sverige, USA, Japan och Israel. Nobel Biocares verksamhet baseras på mer än 40 års vetenskaplig odontologisk forskning och bygger på resultaten av två svenska innovatörer, professor Per-Arne Brånemark och Karlskogabördige tandläkaren Matts Andersson. (Matts mamma Astrid var en av mötesdeltagarna.)

Det var 1953 som Brånemark upptäckte att ben kunde växa fast på titan och då fick idén att titan borde kunna utnyttjas för tandimplantat. Efter 12 års forskning och kliniska prov var det 1965 dags att göra den första implanteringen med tandimplantat i titan, en implantering som fungerat helt problemfritt fram till patientens död förra året. 1978 godkände de svenska hälsovårdsmyndigheterna implantat i titan för kliniska ändamål och därmed kunde en industriell tillverkning inledas. Brånemark valde Bofors som industriell samarbetspartner och tillverkningen förlades till Bofors gamla tvätter, där produktionen fortfarande pågår efter



Förste chefen för tandimplantattillverkningen i Karlskoga Per-Arne Björnander och nuvarande chefen för Nobel Biocare Karlskoga Arne Lind.

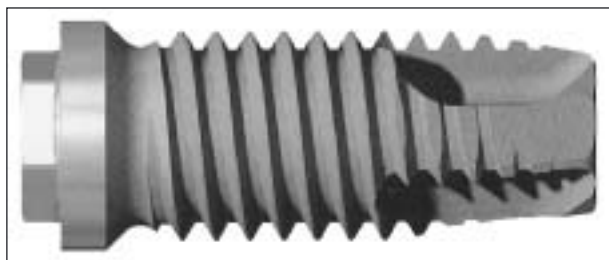
flera till- och ombyggnader. Förste chef för tillverkningen var Per-Arne Björnander, idag aktiv SPF-medlem.

År 1983 utvecklade tandläkare Matts Andersson Procera, en CAD/CAM-metod som gör det möjligt att på kort tid tillverka individanpassade tandkronor med hög precision. Procerametoden godkändes av de svenska hälsovårdsmyndigheterna 1989.

Teknik och produkter har fortsatt att utvecklas starkt under de senaste 30 åren och Nobel Biocare är idag världsledande i fråga om alla typer av tandimplantat i titan. Två stora innovationer under de senaste 15 åren är kompletteringen av titanimplantaten med avancerade keramer (zirkoniumdioxid och aluminiumoxid) respektive en ny ytbehandling (TiUnite) av titanimplantaten för att ytterligare förbättra integrationen.

I Karlskogafabriken tillverkas idag enbart standardiserade detaljer, som idag uppgår till 1200 olika.

Totalt tillverkade detaljer i Karlskoga uppgår till flera miljoner per år. Arbetsstyrkan uppgår idag till 160. Tillverkning, kontroll och dokumentation är helt digitaliserad. "Leanproduction" konceptet tillämpas för att uppnå en snabb, rationell och resurssnål tillverkning.



Exempel på TiUnitebehandlad titandetalj i ca 5 gångers förstoring.

Text och foto: Allan Hede

När var ni på Lyset sist?

Eva Dällerud från teaterföreningen Lyset gästade Träffen

Trots premiärnerver tog sig Eva Dällerud tid att komma till Lördagsträffen 10 oktober för att berätta om Teaterföreningen Lyset.

På kvällen skulle pjäsen Cilla som tystnade spelas och Eva var regissör. Pjäsen handlar om Cilla som till slut tystnar när inte föräldrarna lyssnar till hennes försök att berätta om sin situation, att hon inte trivs i skolan och att hon mobbas. Föräldrarna har nog med sina egna liv och karriärer.

Lyset hade tillfrågats om de ville göra en pjäs utifrån Barnkonventionen i samarbete med Rädda Barnen. Eva bad sin barngrupp berätta om mobbing och saker de var missnöjda med. Det visade sig att väldigt många barn upplever skoltoaletterna som skrämmande. Här skrivs fula saker om kamrater, man står utanför och hånar den som är där inne eller man kanske inte kommer ut för att några blockerat dörren.

En pjäs skrevs med utgångspunkt från vad som kom fram. Förutom familjeföreställningar skall pjäsen visas för alla mellanstadiebarn i Karlskoga och Degerfors.

Teaterföreningen startade 1986. Då höll man till på Skrantahuset. Eva lockades att spela med i Lysistrate. En numera erkänd skådespelare, Figge Norling spelade också i samma pjäs. På Skrantahuset fanns från början också dans, vävstuga, keramik m.m. Så småningom flyttade teaterföreningen till Folkets Hus 1994. När man byggde om i Folkets Hus erbjöd kommunen att Lyset skulle få flytta in i Frälsningsarméns lokaler som stod tomma men man fick lova att återställa dem om så erfordrades. Nu har man huserat här en massa år och är etablerade där.

Peter Krantz är en eldsjäl som medverkat i



Regissören Eva Dällerud.

många föreställningar och också skrivit manus till många pjäser. En rolig grej som barn gjorde tillsammans med dåvarande politiker: Marie-Louise Nauclér, Matz Ericson, Jan Hammarstedt och Janne Henriksson var BRAK (Barns Rätt Att Kämpa). Pjäsen handlade om att en lekplats skulle göras om till soptipp där politikerna spelade just politikerna Trög, Trist, Torr och Tvär. Matz Eriksson blev så intresserad att han nu är föreningens ordförande.

Ett 70-tal pjäser har spelats under åren som gått. Bl.a. har man spelat i Granbergsdals hytta. Vid pjäsen Besök av gammal dam fick åskådarna åka tåg från Bofors station till Granbergsdal. Med på tåget var "konduktören" Gösta Reinholdsson. I Karlsdal gav man Ronja Rövardotter där Eva spelade Lovis.

Birgitta Söderman som också medverkar i Lyset berättade lite om kommande program. 14 november: Groupie. 25 november: Schackspelaren med Johan Ulveson. I december ges En julsaga av Charles Dickens.

Eva uppmanade intresserade att engagera sig i Lyset.

Text och foto: Majken Lasson

Glimtar från en lång resa i österled

På månadsmötet den 6 oktober gästades vi av globetrottern Kent Lindell, som i ord och bild berättade och jämförde sina två resor på den Transsibiriska järnvägen.

Kent, som själv är järnvägstjänsteman och tågvärd, hör till dem som packar sin ryggsäck och reser ensam och utan förutbestämda uppehållsorter. Första gången han åkte Transsibiriska var 1986, under den sovjetiska tiden, och skillnaden i samhällsförhållanden var förstas stor mot den senaste gången 2007. Första gången åkte han hela sträckan till Peking på sex dagar, den senaste gången med längre avbrott på några ställen.

En skildring i ord och bild som den här blir alltid kännetecknad av berättarens personlighet och intressen. Kent är en mästare på att hamna i och berätta om episoder, där människor som han träffar spelar huvudrollen.

Vi fick börja redan i S:t Petersburg och på det berömda konstmuseet Eremitaget, på Röda torget i Moskva och vid den okände soldatens grav. Vid första resan ringlade köerna långa utanför matvarubutikerna och varuhuset GUM. Kent blev bekant med en ryss på orten, som bjöd hem honom till sig – maten han skulle laga till förvarades kallt på balkongen. Det var vad kylskåp som fanns.

Naturligtvis är förändringen av landskapet längs resvägen fascinerande. Åkrar och fält i början, sen skog som blir allt kargare och borta i Mongoliet trädlös öken. Efter passagen av Ural är husen i byarna och städerna oftast gråa, omålade. Landskapet kring Bajkalsjön, världens djupaste, är betagande. Där borta hade Kent fått bo hos en gammal gumma, som gästfritt tagit emot honom att bo en hel vecka – i samma rum som hon själv. I Mongoliet gjorde han övernattningar i jurtahyd-



Globetrottern Kent Lindell berättade om upplevelser från resor med Transsibiriska järnvägen.

dor förstås. Framme i Peking fick Kent en vän som tog honom med till Kinesiska muren, där de tältade uppe på muren.

Många varma applåder och en blomstercheck att använda hemma i Alingsås blev Kents belöning från den fulltaliga publiken på närmare 70 personer.

Glad vinnare på kaffebiljettlotteriet blev Inga-Lisa Hindersson. Vinstboken "Utrottningshotat" av Johan Tell handlar bl.a. om att runt omkring oss finns en lång rad ting som är utrottningshotade. Faxen, bidén, heltäckningsmattan, anslagstavlan, telefonkatalogen och diabilidsprojektorn är bara några exempel på allt det som snart kommer att försvinna. Vår månadsmötesansvarige Kjell Selander är en mästare på att finna trevliga lotterivinster. Kom också Du till ett månadsmöte så har Du chansen . . .

Text och foto: Jan-Erik Averås



En del av den andäktigt lyssnande publiken.

Operation av höft- och knäleder och reservdelar för dessa

Den 13 oktober gästades SPF av ortopedläkaren Mats Haglund från Karlskoga Lasarett som berättade om höft- och knäledsoperationer samtidigt som han visade exempel på olika implantat som opereras in i dessa leder. Nära 70 SPF:are hade mött upp för att lyssna på Mats, varav åtskilliga hade opererats eller kanske skulle komma att opereras av Mats.

Mats inledde med att berätta lite om sig själv och ortopedkliniken vid Karlskoga Lasarett. Född och uppvuxen i Karlskoga och så småningom utbildad till ortopedläkare kom han 2002 till ortopedkliniken vid Karlskoga Lasarett där hans specialitet blivit höft- och knäledsoperationer. Totalt görs årligen mellan 100 och 200 sådana operationer i Karlskoga. Utöver höft- och knäledsoperationer utförs även axeloperationer och vissa fot- och handoperationer vid Karlskogakliniken.

Efter denna inledning berättade Mats lite om utvecklingen av höft- och knäledsoperationerna under de senaste 100 åren. Före penicillinets införande var infektioner i samband med operationer ett mycket stort problem. Vid öppna frakturer fanns oftast ingen annan lösning än amputation. Karbolsyra var till viss hjälp för att undvika infektioner men endast ca 1 av 10 överlevde. Efter penicillinets införande överlevde ca 9 av 10 för att idag uppgå till nära 100 % överlevande. För fram-



Mats Haglund och Margit Boman i samtal.

tida operationer känner man dock viss oro för att antibiotikaresistenta bakterier ska öka infektionsrisken och därmed minska överlevnadsgraden.

Ett annat problem för 100 år sedan var att det då saknades effektiva bedövningsmedel. Eter och kloroform utnyttjades och senare även kokain. Idag finns tillgång till mycket effektiva bedövningsmedel som möjliggör även mycket komplicerade operationer.

Under de senaste 30 – 40 åren har operationsteknik, implantat och rehabilitering utvecklats starkt både i fråga om höft- och knäledsoperationer. På 1980-talet gjordes årligen ca 1000 lyckade knäledsoperationer i Sverige för att under de senaste åren ha ökat till mellan 15000 och 20000. Artros i höft- och knäleder är den viktigaste orsaken till att operationer måste göras, men även frakturer kräver ofta operation.

Mats visade åtskilliga exempel på implantat som opereras in för att reducera artrosproblemen eller förstärka leder och ben vid olika typer av frakturer.

Mats föredrag var mycket uppskattat av åhörarna vilket bl.a. de långa applåderna efter föredraget vittnade om. Ett stort antal frågor ställdes till Mats under och efter föredraget och i samband med kaffet köade många deltagare för att få en pratstund med Mats Haglund.

Text och foto: Allan Hede



Olika typer av höftledsimplantat.



*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.



Unna dig nått gott!

Te, kaffe, choklad, exklusiva
matprodukter och egen keramik.



Egen keramik

personliga beställningar vid dop, födelse-
dagar, bröllop och begravningar m.m.

Bladet & Bönan

Kyrkotorpsgatan 3, 0586 - 50480

Filial till Krukmakeri Hemjord i Nora

PRISMA 

Syateljé

**Öppet hus
med Julmarknad** 

lördagen den 21 november
kl 10.00-15.00

**Caféet öppet med hembakat bröd
Vi bjuder på glögg & pepparkaka**

Kungsvägen 34
(Ingång från centrumleden)

Tel 0586-315 90
www.prisma-kg.se

Välkommen!

Promenader och matlagningsträffar är bra medicin för kropp och själ hävdar Inga-Lill Blomberg

Idag har jag varit och gratulerat en 40-åring och hon konstaterade att tiden går så fort nu för tiden. Vi var två 65+ are som kunde tala om för henne att när hon kommer upp i vår ålder, då kan hon komma igen och tala om att tiden går fort! Och aldrig går tiden så fort, som när manusstopp för Månadsnytt närmar sig!

En underbar torsdagsmorgon bestämde jag mig för att hänga med stavgångsgänget som samlas varje torsdag vid elljusspåret i Aggerud. Solen sken och temperaturen var någon grad över noll. Vi var ett tiotal deltagare som gav oss iväg, och jag tänkte för mig själv att det är nog tur att inte Anders Borg vet hur härligt det här är, för då skulle vi väl få nöjesskatt på stavgången.

Tempot var raskt, men de som tog täten stannade till i solskenet litet då och då, så att vi andra kom ifatt. Man får ju inte gå fortare än att man hinner prata också.

Den här gången var vi enbart kvinnor som stavade oss fram, men enligt ledaren Lili-Ann Regestad, brukar det också finnas några män i gruppen. Men det finns plats för fler, både karlar och fruntimmer.

I förra numret av Månadsnytt skrev jag om planerna på att starta matlagningskurser och uppmanade intresserade att höra av sig till mig eller expeditionen. Man kan inte precis påstå att jag blivit nerringd. I det här sammanhanget har telefonen varit helt tyst, och vid en kontroll med expeditionen visade det sig att en person anmält intresse.

Kan det vara så, att TV har fått oss att bli övermätta på matlagning? Är det inte Niklas mat, så är det Tinas Cook-along, eller Per Morberg eller Nakna Kocken, ja, jag kan icke räkna dem alla . . .

Så om det inte blir någon kurs i matlagning, så kan jag kanske få ge ett tips hur man ändå kan laga mat i grupp och ha trevligt. Sex arbetskamrater på dåvarande Sparbanken i Örebro hade lagt upp det så här: Gruppen träffades en gång per månad och man träffades hemma hos varandra. Den, som skulle vara kvällens värdinna var också den, som hade bestämt kvällens meny. Hon hade handlat in vad som behövdes, och den kostnaden delade sedan deltagarna på. Småsaker, som kryddor, smör att steka i, ketchup eller något annat litet som behövdes stod "huset" för.



Gruppen delades in i förrätts- huvudrätts- och dessertlag, fick recepten och sedan var det bara att sätta igång. Under mycket prat och glada skratt lagades det mat och sedan satte man sig och njöt av måltiden vid det dukade bord, som värdinnan ordnat i förväg.

När jag hörde om det här matlagningsgänget, så hade de redan hållit på i flera år och hade absolut inga planer på att sluta. De tyckte att fördelarna var så många:

- Man tog ofta chansen att prova nya recept, och hade ingen press att man måste bjuda "fint".
- Det blir verkligen av att man träffas. Man ses på bestämda dagar och det är mycket mindre jobbigt att "bara" planera och handla än att sedan också laga hela måltiden.
- Kostnaden känns ju mindre, när man delar på inköpsnotan. Dessutom behöver man aldrig tänka att "vi fick ju sjötunga hos Stina, då kan ju inte jag bjuda på raggmunk och fläsk". Det kan man visst!
- Det blev också så i det här gänget, att man inte bara lagade maten tillsammans. Efter kaffet blev det en ny runda i köket där man hjälptes åt med disk och undanplockning innan det blev dags att tacka värdinnan för en trevlig kväll.

Det skulle vara väldigt roligt om det här uppbygget kunde inspirera någon att lyfta luren, ringa en vän och säga: Du, vi samlas ett gäng och börjar laga lite mat tillsammans!

Inga-Lill Blomberg
Friskvårdsansvarig

Britta Angenete Gillberg, ny tillgång för SPF

För många karlskogabor är kanske inte Britta Angenete Gillberg någon direkt ny bekant­skap men för andra kanske hon behöver en närmare presentation. Sedan två år tillbaka in­går Britta i Månadsnytt's redaktion, i första hand som ansvarig för annonsförsäljningen, och hon är dessutom aktiv ersättare som SPF:s represen­tant i KPR (Kommunala Pensionärsrådet).

Hennes första, något ovanliga, efternamn An­genete kanske kräver sin förklaring. Det var mam­man som under sina studier i Berlin träffade en man från Herford i Westfalen vars släktnamn var Angenete. Det resulterade i giftermål och ett stort bröllop hemma hos Brittans morfar i Nora i maj 1939.

– Tillbaka i Tyskland blev min pappa efter en tid skickad till fronten i Ryssland. Då hade jag också hunnit födas. Efter hans sista permission under jul och nyår 1941 dog han tyvärr sedan på slagfältet i Ryssland 1942. Då ville min morfar ha hem sin dotter, mig och min nyfödda bror. Trots brinnande krig tog han sig ner och lyckades ordna så att vi kunde ta oss till tryggheten i Nora.

– När kriget äntligen tog slut for vi ofta med tåg till Tyskland för att hälsa på mina farföräldrar och fastrar. Kontrasterna mellan den svenska idyl­len och det krigshärjade Tyskland var då enorm. Under en av dessa vistelser blev min mor bekant med en tysk militär som hon så småningom gifte om sig med. Det blev därefter en ny flytt till Tyskland och nu skulle jag anpassa mig till en ny skola och nya förhållanden och förstod till en bör­jan ingenting. Det tillsamman med andra saker gjorde att jag mårde psykiskt dåligt och fick bl.a. nässelfeber. Det gjorde att min morfar återigen såg till att familjen med min styvfar och min bror Karl via Nora hamnade i Karlskoga, berättar Britta.

Mycket tack vare den förstående lärarinnan Gunborg Eriksson i klass 6 på Rävåsens skola lyc­kades hon läsa ikapp och kom in på reallinjen och klarade också studentexamen. I valet av studier i Uppsala föreslogs att hon skulle bli psykolog.

Under studietiden i Uppsala träffade Britta sin blivande man och efter bröllopet blev hon med barn. Den följande graviditeten ledde till att det blev fart på studierna och hon lyckades bli klar med studierna lagom till förlossningen och Britta födde dottern Magdalena. Maken däremot tog inte lika allvarligt på juridikstudierna som på matcher-



Britta Angenete Gillberg.

na på tennisbanorna. Studentäktenskapet tog emel­lertid slut därför att studentlivet och småbarn inte gick så bra ihop. Dottern Magdalena och Britta flyttade då istället till Karlskoga där Britta kunde fullgöra en praktik på barnpsyki i Örebro. Sedan blev det en lärarvikariatjänst och ett kuratorsvika­riat på Bregårdsskolan.

– Efter det att kommunen inrättat en tjänst som skolpsykolog kunde jag efter några slitsamma år prioritera arbetet på de lägre åldrarna inom sko­lan. Det var en rolig och givande tid. Men efter 23 år lämnade jag skolarbetet för att i stället ägna mig åt att arbeta med vuxna arbetslösa på AMI i Öre­bro län. Vilket lyft det blev.

– Nu följde år av stimulerande arbete tillsam­mans med kollegor och arbetskonsulenter vilket ledde till att jag under de sista åren arbetade myc­ket med dyslexi och därmed relaterade problem som ADHD och Aspergers syndrom. De neuro­psylogiska utredningarna passade mig och jag fun­derade på att enbart få arbeta med dessa inom landstinget.

– Men landstinget ville inte anställa en ”gam­mal tant” på 60 år som hade lust att arbeta till 67! Nu kom jag att göra det ändå men inom AF Rehab, men trappade ner stegvis till halvtid för att kunna anpassa mig till en ”arbetslöshet/frihet”, samtidigt som jag började fundera på vad jag skul­le syssla med sedan. Min nyvunna frihet ägnar jag nu bl.a. åt SPF och som fritidspolitiker i SPI, av­slutar Britta sin berättelse.

Text och foto: Bengt Aldén

”Här står jag. Jag kan inte annat. Gud hjälpe mig! Amen!”

Några novembertankar sammanställda av Bertil Edling

Så lyder slutorden i ett välbekant försvarstal fällt av en tysk augustinmunk som gått till historien. De hör hemma i ett dramatiskt skede under 1500-talet, framkallat av det förfall som drabbat påvekyrkan och förstärkt av den s.k. avlatshandeln. Den innebar penninggåvor till kyrkan eller i klartext: det var påvens skändliga sätt att få in medel till fullbordandet av den nya Peterskyrkan i Rom, varigenom den syndfulla kunde köpa sig fri från skärseld och bövningar eller som det hette: ”När i kistan pengarna klinga, ur skärselden själarna springa.”



Han var *inte* en dysterkvist!

Vår tyske munk reagerade skarpt mot detta och fick många med sig, när han spikade upp sina argument mot avlaten på slottskyrkoporten i Wittenberg, de s.k. 95 teserna. Det ledde till att han bannlystes av påven, en bannbulla som han dock respektlöst lät bränna upp. Påföljden lät inte vänta på sig. Han kallades till kejsaren och riksdagen i Worms för att ta tillbaka sina teser. Han förklarade dock att det inte fanns något att återkalla och slutade sitt kända försvarstal med ovannämnda citat.

Och med detta inleddes den epok i Europas historia vi kallar religionsstridernas tid och vår tyske

munk blev banbrytare för kyrkans reformation. Med tiden blev som bekant vår munk, alias **Martin Luther**, obestridd ledare för den evangelisk-lutherska kyrkan. Hans tankar kom att forma mycket av kyrkans liv århundraden framöver, inte minst vad gällde kravet att arbeta träget, försaka och hålla på kyrkotukten (*Luthers lilla katekes*). Numera menar man dock, att detta nog är en missuppfattning som uppstått genom missstolkningar och felöversättningar. Luther var ingen dysterkvist utan tvärtom en mycket hjärtevarm och jovialisk person!

Hur som helst med detta. Däremot är det ousägligt att Martin Luther är en Novemberman född **den 10 november år 1483**. Förr firades hans födelsedag allmänt men i våra dagar går den oemärkt förbi. Dagen uppmärksammas och firas visserligen fortfarande men nu med *en helt kulinarisk profil*, nämligen som ”Mårtensafton” med svart-soppa, gås och alla de andra tillbehören. Så kan det gå!

Den 18:e november 1844 hölls i Stockholm en musikalisk aftonunderhållning som kom att bli mycket omtalad och omskriven. Alla biljetter var slutsålda. Operasångaren Olof Strandberg underhöll publiken och sjöng. På estraden längst fram satt en man effektfullt insvept i vargskinnspäls. Så påannonserades musikstycket ”Sång till Norden”. Den vargskinnsklädde reste sig då och vände sig mot publiken, kastade av sig pälsen och stod där i svart frack och lät sin stämman fylla salen, ty han var en god sångare. Det blev en omedelbar succé. Applåderorna smattrade och ”inte många ögon var torra”, som tidningarna senare rapporterade.

Vem var då denne man och vad var det för märkligt stycke han sjöng? Mannen var egentligen jurist men hans stora passion var nordisk folkmusik, särskilt svensk som han ansåg var den främsta och nu hade han hittat en melodi från Västmanland som han textsatt ”**Du gamla du friska . . .**” Mannen hette Richard Dybeck och musikstycket som senare ändrades till ”**Du gamla du fria**” *framfördes här för första gången offentligt*. Som bekant kom det att bli vår nationalsång. Så kan det också gå.

Ha en trevlig Allhelgonahelg!

Vi är din support och servicepartner!

Vi kan . . .

- Datorer • Nätverk • Service • Tillbehör

Hälscheck!

Mår din dator bra? Din dator behöver servas då och då precis som en bil. Problemen kan vara allt från damm till virus i systemet. Tjänsten gäller alla datorer även de som inte är köpta hos oss.

Alla medlemmar i SPF har **10% rabatt** på kablar, papper, bläckpatroner, toners och batterier.

Rabatten gäller ej beställningsvaror. Medlemskortet skall visas upp i samband med köpet.

ABC DATA

Telefon 0586-311 40
Bergsmansgatan 2, 69131 Karlskoga
www.abcdatanu

KONTAKTEN

– är en ideell förening som bedriver

BESÖKSVERKSAMHET

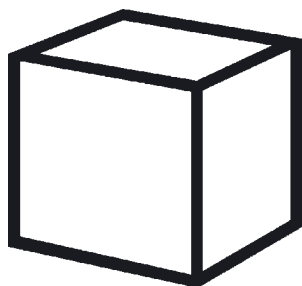
hos äldre människor och handikappade



Vill du bli volontär/besökare
eller vill du ha besök
kontakta oss:

Telefon 617 44

måndag - fredag kl. 08.00 - 12.00
kontakten@karlskogabredband.se



BEIJER

BYGGMATERIAL

**Välkommen
till oss!**

Öppet alla dagar
till kl. 21.00



KARLSKOGA & DEGERFORS

? Gåttfullt ?

av Birgitta Hede

Nu kommer några nya vattendrag, svenska och utländska. Här måste du själv lägga till slutet, floden, -ån eller -älven (t.ex. om svaret på gåtan = svart, så är det Svartälven).

1. Kan ca hälften av de nyblivna mammorna göra
2. Stor idrottstävling
3. Han är ledsen för vad han har gjort
4. Säger matkonservativ svensk i Kina?
5. Äggdel
6. Ca 13 % alkohol
7. Blir den som övar
8. Mellan bergen
9. Elakt
10. De svenska vokalererna är a, e, i, o, y, å, ä och ö.
11. Inte grumlig



Lämna svaren på SPF:s exp. senast fredag 13 november, 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 septembernumret

1. Bagare (Den glade bagaren i San Remo)
2. Kung och piga. (I kungens granna slott ..)
3. Servitris (Dagny, kom hit och spill Ö)
4. Bonde (Och bonden han körde till furuskog)
5. Fiskare (Storfiskarvalsen)
6. Kontorist (Working 9 to 5, från gammal film med Dolly Parton)
7. Vinodlare (Gubben Noa)
8. Torpare (Torparevisan)
9. Tatuerare (Tatuerarevalsen)
10. Sånglärare (Swing it magistern)

Det kom bara in 2 svar. Vinnare blev **Eivor Oscarsson**, Lötgårdarna 18, Karlskoga, som hade 9 rätt (nr 6 var nog rätt svår). Hon får hämta 2 st. Trisslotter på SPF exp.

Så var det gubben som var så trött på sin gnatiga och inte speciellt fagra fru att han tänkte som sista utväg ta livet av henne. Arsenik kom han på, varpå han begav sig till Apoteket.

– Arsenik, sa apotekaren. Har du recept?
– Nej, men jag har ett kort på kärringen.



– God dag, sa rörmokaren. Jag skulle reparera vattenledningen som ni ringt om.
– Vi har inte ringt efter någon rörmokare, sa frun.
– Är det inte hos Jacobssons?
– Nej, dom flyttade för ett halvår sedan.
– Såna människor! Först ringer de och ber en komma, sen flyttar de utan vidare.

Erik och Stina hade varit gifta i 40 år då Erik frågade sin fru lite försiktigt.

– Har du någon gång varit otrogen mot mig Stina?

– Nu när vi varit gifta i 40 år kan jag väl erkänna att jag varit otrogen tre gånger.

– Tre gånger??? När var detta?

– Första gången var för 30 år sedan när du skulle till att starta din firma men ingen bank ville ge dig något lån. Kommer du ihåg att helt plötsligt ringde bankchefen dig och erbjöd dig att få låna pengar?

– OK, Stina. Då hade du varit otrogen för min skull och det är ju inte så farligt. När var andra gången då?

– Kommer du ihåg när du för 15 år sedan fick en hjärtattack och överläkaren inte ville operera dig för risken att det gick snett och han skulle bli stämd efteråt? Helt plötsligt ringde överläkare Bengtsson och ville göra det.

– Men det är ju heller inte så farligt. Du gjorde ju det för att rädda livet på mig, men den tredje gången då?

– Kommer du ihåg för tio år sedan då du ville bli ordförande i golfklubben och du blev vald för att du fick 59 röster?

SPF:s resekommitté inbjuder till

Adventsutflykt med jullunch

Söndag 29 november. Pris 510:-

Adventsgudstjänst i Ramundeboda kyrka. Därefter julbord på Tivedstorp. Efter maten kan man handla julgåvor i IM:s hantverksbutik, man kan också köpa lokalt producerade produkter.

I priset ingår bussresa, julbord med kaffe, exkl. dryck.

Anmälan före fredag 30 oktober.

”Sista dansen” på Stockholms Stadsteater

Lördag 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.

Endast reservplatser.



Loka Brunn – Grythyttan

Torsdag 18 februari 2010. Pris 510:-

En liten tur till platser i vår närhet.

I priset ingår bussresa, lunchbuffé och kaffe på Loka Brunn.

Visning och kaffe m. bakverk på Måltidens Hus. Därefter guidning av Grythyttans vintillverkning, med vinprovning.

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



Planerad resa 16 april.

Operetten ”Läderlappen” på Kungliga Operan

I Stockholm.

Med bl.a. Loa Falkman och Jan Malmsjö.

OBS! Intresserade av operetten bör ringa Marianne Cornelid omgående. (Telefon se nedan.)

Efterfrågan på biljetter är enorm och många föreställningar är redan slutsålda

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