



Månadsnytt

Årgång 28 – Nr 3 – Mars 2012

Sveriges Pensionärsförbund – Seniororganisationen i tiden
Karlskogaföreningen



Glad Påsk!

Läs om
**Kaffe på
Löfbergs Lila**
på sidan 5

**Bridge –
en passion**
Läs om den
på sidan 11

**Vad vet du
om kon?**
Lär dig allt
på sidan 15

Almanackan

(Sparas till nästa nummer av Månadsnytt)

Manusstopp för nästa nummer av Månadsnytt tisdagen den 17 april.

Distribution fredagen den 27 april.

Torsdag 12 april kl. 14.00

Träffen. Kafferepet.

Tisdag 17 april kl. 14.00

Vetgiriga Veteraner. Missionskyrkans samlingsal **Barbro Nordenhäll** – att arbeta som läkare på norra Grönland. Se notis!

Anmälan till exp. tel. 302 40 senast måndag 16 april före kl. 11.30.

Torsdag 26 april kl. 14.00

Träffen. Kafferepet.

Ovanligt kort almanacka, delvis p.g.a påsken.



Bra att veta om "Min sida"

Användarnamn = personnummer (tio siffror utan bindestreck) Lösenordet står printat på den lilla vita lappen på utskicket med medlemskortet.

Ny mailadress

Till dig som vill skicka bidrag till Månadsnytt (t.ex. artiklar, notiser eller något annat):

Månadsnytt har nu en ny mailadress:

m-nytt@spfkarlskoga.se



Information från Förbundet om de förse-nade medlemskortet

Nu ska de nya medlemskortet samt inloggningsuppgifter till "Min sida" ha landat i alla medlemmars brevlådor. Undantag är de medlemmar som tillkommit efter den 19 januari. De kommer att få sina medlemskort i vecka 14 enligt vår leverantör. Sedan kommer regelbundna utskick att göras var 14:e dag.

Om någon akut behöver ett medlemskort kan man skriva ut "tillfälliga medlemskort" – dessa finns att hitta på SPF:s intranät under knappen "Support".

Om någon inte har fått medlemskortet

ber vi honom/henne att höra av sig till SPF expedition, tel 302 40.

Bra att veta om nya medlemskortet

På korten är ett 4-siffrigt nummer printat i högra hörnet. Detta har gjorts av tryckeriet för att säkerställa att rätt kort sitter på rätt brev.

Korten har livslång giltighetstid! Inga fler årsmärken att klistra på korten.

Det namn som är printat på kortet är det namn som var registrerat i medlemsregistret då filen togs ut och skickades till tryckeriet.

Ansvarig utgivare:
Redaktionskommitté:
Annonser:
Kansli och expedition:

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

Kajsa Werner, tel 072-277 99 39. E-post: kajsa.werner@folkbildning.net
Birgitta Hede, Roland Ekelund och Majken Lasson. E-post: m-nytt@spfkarlskoga.se
Marie-Louise Naclér, tel 545 84. E-post: naucler@surfpost.se
SPF, Solbringen 80, Loviselundsvägen 73, 691 83 Karlskoga. Tel 302 40.
E-post: spfkarlskoga@telia.com Öppen vardagar kl. 10-12.
Kajsa Werner, tel 072-277 99 39. E-post: kajsa.werner@folkbildning.net
Per Aspeli, tel 537 81. E-post: per.aspeli@hotmail.com
Leila Raudsaar, tel 181 01. E-post: leila@raudsaar.com
www.spfkarlskoga.se E-post: christer@lasson.st
94 41 25-4
5715-5640
Karlskoga Grafiska, tel 300 53. E-post: grafiska@telia.com



Ordföranden har ordet

Den 8 mars firades den internationella kvinnodagen och det som man läst mycket om i pressen och på Internet i dessa tider är att kvinnor får lägre tjänstepension än männen, även om de haft samma lön. Det ges många förklaringar till detta i me-



dierna: kvinnor lever längre och deras pension ska räcka i fler år än männens, och därför får de mindre per månad. Kvinnor utför mer oavlönat arbete, vilket ger lägre pensionsgrundande lön. Kvinnor arbetar oftare deltid, och tar ut längre föräldraledighet, och de är oftare hemma och vårdar sjuka barn. Men visst är det märkligt, i ett av världens mest jämställda länder. I synnerhet som det finns många ensamstående äldre kvinnor, som själva ska stå för hyra och elräkningar.

EU vill fira kvinnodagen genom att slå ett slag för lika lön för samma arbete. Att det inte redan är så inom EU är ju också mycket märkligt, men ändå positivt att man fortsätter att kämpa för det.

Men kvinnodagen gäller ju kvinnors villkor i hela världen, och de har blivit bättre. I många länder föder kvinnor numera 2 barn istället för 7 som tidigare. Och mikrolånen, som Grameen bank i Bangladesh startade med för några år sedan, ges i första hand till kvinnor. Percy Barnevik driver projektet "Hand in hand" i Indien, och han säger att han inte är någon feminist, men att han har erfart att det är lönsammare att satsa på kvinnors arbete och utbildning än på mäns. Och han bör ju veta. Så det våras för kvinnorna i flera fattiga länder! Frågan är vad de får i pension när de blir gamla. Mindre än männen skulle jag tro.

Kajsa Werner

Vi hälsar följande nya medlemmar välkomna

Björn Andréason, Östervik, Udden 229
Leif Brattström, Rönnbärsvägen 13 B
Britt o Olof Eriksson, Bangatan 8 A
Margita Johansson, Filipstadsvägen 19 A

Vetgiriga veteraner

Tisdagen den 17 april kl. 14.00
i Missionskyrkans samlingsal.

Program:

Barbro Nordenhäll – att arbeta som läkare i nordligaste Grönland.

Barbro, som är läkare vid Karolina vårdcentral, arbetade på en grönländsk sjukstation under tre månader sommaren 2011.

Klädd i långkalsonger och täckbyxor fick hon ta helikopter ut till folket i de fattiga byarna. Ibland isolerades hon i dagar när vädret inte tillät flygning. Man fick äta vad som bjöds, t. ex. rått valspäck.

Om detta och mycket mera kommer Barbro att berätta i ord och bild.

Därefter kaffeservering och samvaro. Anmälan till exp. tel. 302 40 senast dagen före.

Välkomna!

Kjell Selander

OBS! OBS! OBS! OBS! OBS!

PUB-afton på Woody's

Söndag 22 april kl 17.00

Mat: pyttipanna (alternativ för matallergiker)
+ 1 starköl + tilltugg.

Musik: "Double Irish"

samt musikgissning med priser.

Kostnad: 250 kronor per person.

Boka på SPF:s expedition.

Sista anmälningdag 16 april!

Ta med penna och glatt humör!

Lars Hörman

P.S. Det här blir en riktig **musikhöjdare**. D.S.

Månadsmöte april inställt

p.g.a. styrelseutbildning aktuell tisdag.

Vill istället uppmana dig att boka in maj månads möte tisdagen den 8 maj.

SPF kostar då på lite extra och vi har inbjudit vissångaren och spelmannen **Hasse Lind**. Hasse trakterar dragspel, gitarr, fiol och munspel.

Program: **Allan Edvall rakt in i hjärtat.**

Poetiska kommentarer till livet i Sverige burna av geniala melodier, humor, vemod och engagemang.

Kjell Selander

Ny chefredaktör för vår lokaltidning

I oktober 2010 fick vi möta Jonas Klint, nybliven chefredaktör för Karlskoga Tidning. Hans ersättare Catarina Forsberg var gäst hos oss på Vetgiriga Veteraner i februari 2012.

Catarina berättade hur hon som arbetslös fick ett vikariat på Nerikes Allehandas lokalredaktion i Karlskoga. Detta blev "världens längsta vikariat" enligt henne själv, eftersom hon fortfarande är kvar i vår stad. Från NA gick hon sedan vidare till olika tidningar för att till slut, via Wermlands-Tidningen, ta vid som chefredaktör på Karlskoga Tidning. Hon kom till tidningen i ett ganska turbulent skede, som så småningom resulterade i en sammanslagning av KT och Karlskoga-Kuriren. Detta skedde kort tid efter hennes tillträde och hon mötte då en tid av hopsmältning av två företagskulturer, vilka dessutom på sina ledarsidor representerar två olika politiska inriktningar.

Detta ställde naturligtvis speciella krav på tidningarna och deras chefredaktör, inte minst på grund av den monopolställning i Karlskoga som blev resultatet av sammanslagningen. Den nya konstellationen arbetar utan något som helst presstöd, vilket är något fullständigt unikt i Sverige enligt Catarina.

De två tidningarna har gemensam redaktion och tidningarna görs tillsammans, samtidigt som tidningarnas särart bibehålls. Catarina upplever sin uppgift som mycket stimulerande och ser en positiv anda genomsyra de två redaktionerna. Hennes åsikt är att det kommer att bli två tidningar som var och en för sig kommer att bli en bättre pro-



Carina i samtal med Harald Jansson.

dukt än förut. Hon berättade om några olika avdelningar i den nya KT, som personporträtt, personliga krönikor, etc.

Reaktionerna efter de första numren har varit övervägande positiva, med några få undantag, säger Catarina. Hon ställde frågan till oss om någon kunde gissa vad som var den främsta negativa reaktionen och lovade en rejäl belöning för rätt svar. En åhörare gissade att man klagade på att serien "Hälge" hade tagits bort, vilket visade sig vara rätt. Kanske var det samma åhörare som hörde av sig direkt till KT? Vi får väl se vad belöningen kommer att bestå i.

Föredraget avslutades med en kort frågestund. Då diskuterades fördelningen av innehållet i KT del 1 (nyheter, etc.) och del 2 (sport, etc.) som vissa dagar kan variera. Carina förklarade de praktiska svårigheterna med att strikt hålla sig till samma typ av innehåll i de båda delarna.

Vidare frågades om konstiga avstavningar, grammatiska fel och liknande i tidningen. Förklaringen att "korrekturläsning" numera är ett minne blott och att det är datorernas stavningsprogram som får sköta den delen (med ibland väldigt egendomligt resultat) mottogs med igenkännande leenden av publiken.

Mötet, tyvärr med en fätalig publik, följdes av en kaffestund och en kort avslutning.

Text: Roland Ekelund

Foto: Jan-Erik Averås

**Framgång är en stege som
en inte kan klättra öppför
männerna i feckera.**



Ur
Möe rart å grönne på
av Gunnel och Kjell Swärd

Studiebesök på Löfbergs Lila

Den 24 mars hade 15 personer nöjet att besöka Löfbergs Lila i Karlstad. Gruppen delades upp mellan två guider vilket medförde att alla hörde bra, såg bra och fick möjlighet att ställa frågor.

Vi lotsades genom det stora lila huset på Orrholmen. Det familjeägda företaget startade 1906. Miljö och ansvarsfrågor är angelägna frågor för Löfbergs Lila, alltifrån långsiktiga relationer med odlarna till energibesparingar på rosteriet. Endast råolja är en större exportartikel än kaffe.

Första kaffeimporten

1685 bokförde tullen i Göteborg den första införseln av ett halvt kilo kaffe till Sverige främst för medicinsk användning. Två år senare fanns det i apotekets prislista. Karl XII lär ha lärt sig dricka rent kaffe i Turkiet. Långt senare användes någon form av tilltugg.

De gröna orostade kaffebönorna importeras från Sydamerika, Centralamerika, Afrika och Asien. Det tar cirka 3-4 år innan första skörden kan bärgas. Efter 7-8 år ger växten optimal skörd. Ett träd ger 0.5 kilo kaffe per år.

Utvecklingsprojekt

Bönor från olika platser blandas efter hemliga recept före rostningen. Löfbergs Lila och fyra andra ledande företag bildade 2001 International Coffee Partners, ICP. Syftet med detta icke-vinstdrivande bolag är att finansiera och stötta utvecklingsprojekt för att förbättra livsvillkoren för små-



skaliga kaffeodlare. Projekt pågår i bland annat i Tanzania, Peru, Honduras och Guatemala. Löfbergs Lila rostar förutom sina egna produkter även åt andra företag, t.ex. COOP:s Änglamark.

Stort sortiment

I sortimentet finns 9 olika bryggssorter, 2 slags kokkaffe, 1 snabbkaffe samt 8 olika sorter med hela bönor (modernt att mala sitt eget kaffe). Av dessa är 6 kravmärkta, vilket innebär att bönorna får växa och mogna utan konstgödsel och kemiska bekämpningsmedel. 5 sorter är fairtrade-märkta, vilket innebär att barnarbete, miljöförstöring och diskriminering motverkas och odlare och arbetare får bättre betalt.

Rainforest Alliance

2 sorter stöder Rainforest Alliance, som arbetar för biologisk mångfald och bra försörjningsmöjligheter för kaffeodlarna. Löfbergs Lila har även köpt företag i Estland, Norge och Danmark. Därmed finns även andra produkter i sortimentet, t.ex. Kobbs olika tesorter. 6 olika kaffekapslar finns för Espresso och bryggkaffeautomater. Vill man hellre ha varm choklad finns 3 sorter att välja på.

Presenter: Kaffe och te

Efter visningen bjöds vi på kaffe i Rosteriet. Var och en fick även en liten kasse med 0,5 kilo kaffe och en påse Kobbs te. Nöjda och belättna med studiebesöket avslutade vi dagen med lunch på Hotell Gustav Fröding innan återfärden startades till Karlskoga.

Britt-Marie Danielsson

Allt under ett tak!

Öppet alla dagar 8-21

Telefon 676 70

MAXI
ICA STORMARKNAD
KARLSKOGA

Rapport från KPR-sammanträde 6 mars

Förvaltningschef Karin Björkman presenterade årsredovisningen för 2011. Årets viktigaste händelser inom Vård och Omsorg är avvecklingen av Geologen och Högehus. 60 nya vårdplatser skapas för att möta kommande behov och för att lämna de vårdplatser som har låg standard på Karlskoga lasarett. Rivning och nybyggnation blev alltför dyrt, därför sker ombyggnation på Skrantahöjdsvägen.

Resursfördelning

En resursfördelningsmodell för att bedöma insatser har byggts in i verksamhetssystemet "Procapita". För att mäta den faktiska tiden för insatserna och koppla den till bedömningen för att se om resurserna är "rätt" placerade infördes IT-systemet Intraphone i hela hemvården. Alla enheter har genomfört flera delar av utbildningen Karlskoga Lärande I Värdegrund (KLIVet).

Budgetförstärkning

Under året har socialförvaltningen fått budgetförstärkning. Vid årets slut återstod 5 miljoner kronor. Förvaltningen föreslår nämnden att ta beslut om fördelning av 2,95 mnkr till anhörigstöd, arbetskläder och förstärkning av personalresurser till Treklövern. 2,05 mnkr sparas tills vidare då kostnader för försörjningsstöd, vårdavgifter till barn och unga samt personalkostnader inom vård och omsorg är svårare att planera. Mer om årsredovisningen finns att läsa på nätet.

Enkätundersökning

En brukarundersökning har genomförts på kommunens servicehus och vårdboende.

Vad tycker de äldre om äldreomsorgen 2011 – äldreboende?

Statistiska centralbyrån (SCB) har på Socialstyrelsens uppdrag utformat en enkät kring 12 områden:

Trygghet i boendet, Information, Bemötandet, Inflytandet, Tryggheten, Hjälpen/omvårdnadens omfattning, Maten, Städning, tvätt dusch, Vårdinsatser, Social samvaro och aktiviteter, Hjälpen/omvårdnadens utförande samt Boendemiljön.

Index

I undersökningen har brukarna besvarat frågor

på 10-gradiga skalor (1-10). Svaren räknas om till ett index 0-100. Statistiska centralbyrån (SCB) tolkar indexet så att ett resultat under 40 klassas som "inte godkänt", gränsen för "nöjd" går vid 55 medan resultat på 75 eller högre tolkas som "mycket nöjd".

Karlskogas index

Enkäten har besvarats av 49 % av tillfrågade i Karlskoga. Karlskogas helhetsindex blev 68. Ett resultat som ligger under medelvärdet jämfört med andra kommuner. Bakgrundsfrågor, t.ex. hur män eller kvinnor har svarat, hur åldern spelar in liksom hälsotillstånd ger mer upplysningar.

Vårdinsatser har nått index **81**, *Trygghet i boendet* **77** och *boendemiljön* **76** för att nämna de bästa områdena. Utifrån resultaten på brukarundersökningen gör varje enhet i kommunen en prioritering i det fortsatta förbättringsarbetet. Ny mätning görs för 2012.

Niina Laitila informerade om budgetarbetet för 2013 som förväntas bli klart i april-maj. Med statliga medel startar ett projekt som ska stötta finsktalande äldre kommuninnevånare.

Lisa Kihl meddelade att det är brist på vårdboendeplatser för demenssjuka. Två våningsplan på Torpdalen kan göras om till gruppboende för personer med demenssjukdom.

Karin Björkman informerade om samarbetet med Hyresbostäder angående avvecklingen av Högehus och Geologen. Ny områdeschef, informator och planerare är anställda.

Jukka Tekonen redogjorde för lokalförsörjningen i nuläget. En hel del beslut är tagna men än återstår frågor att lösa. Tidplanen kan nog kortas ner med ett år.

Bostadsförsörjningsplan

En arbetsgrupp med Lisa Kihl, Patrik Jonsson, Anders Zetterblad och Bo Björk arbetar fram förslag till en Bostadsförsörjningsplan för äldre.

Planerade insatser är att Högehus och Geologen flyttar in på Skrantahöjdsvägen. 140 st Seniorbostäder för 65+ skapas i befintliga hus i kommunen. De har en egen kö.

Britt-Marie Danielsson
Ledamot i KPR

Marie-Louise Naclér – ny medarbetare i redaktionsgruppen

Äntligen har vi nu kunnat knyta en ny medarbetare, Marie-Louise Naclér, till redaktionsgruppen för att främst ta hand om anskaffning av annonser. Vi hoppas emellertid att även få se artiklar av hennes penna i vår tidning.

Marie-Louise är född 1945 i Stockholm men flyttade runt med sin familj en hel del tills man landade i Karlskoga 1950. Där blev hon sedan kvar med undantag för några små utflykter till bl.a. Uppsala och Saudiarabien.

Marie-Louise är utbildad sjuksköterska med vidareutbildning inom Hälso- och sjukvårdsadministration.

Karlskoga lasarett har haft Marie-Louise i varierande befattningar som sjuksköterska, klinikföreståndare, informationsansvarig, osv. Det var säkert denna bakgrund som så småningom förde henne till Saudiarabien.

– Jag arbetade i Saudiarabien under åren 1987-89, där jag hade en tjänst som sjukvårdsföreståndare, berättar Marie-Louise. Jag tyckte att det var jobbigt men samtidigt intressant att arbeta i detta strikt muslimska land.



En av Marie-Louises patienter i Saudiarabien.



Marie-Louise Naclér.

Man anar kanske också att en extra svårighet för henne måste ha varit den muslimska synen på kvinnans roll i samhället som säkert präglade också hennes egen verksamhet där.

Hon har också under en stor del av sitt vuxna liv varit politiskt aktiv inom moderaterna, som ledamot i Örebro läns landsting, och är i dag 1:a vice ordförande i Karlskoga Kommunfullmäktige och ledamot i Socialnämnden.

Marie-Louise har även flera andra styrelseuppdrag, inte minst i vår egen styrelse men även i andra styrelser såsom Karlskoga Konsertförening och i Saxå kammarmusikfestivals Vänförening där hon är ordförande. Marie-Louise lyssnar också gärna på klassisk musik.

– Ett uppdrag som jag mycket uppskattar är att vara borgerlig vigselförrättare, säger Marie-Louise.

– Jag har en son Carl som är gift med Catarina och de har en liten dotter, som heter Kajsa. Min mamma, Elisabet Holm, var en gång ordförande i SPF Karlskoga och min käre särbo Lennart Avesand är ju f.d. trafikansvarig i vår förening och numera glad lottförsäljare på våra månadsmöten, slutar Marie-Louise.

Det Marie-Louise berättar om sin person och sin varierande bakgrund inom yrke och fritid passar säkert väl för hennes framtida verksamhet i vår lilla redaktionsgrupp, både på annonssidan och på skrivarsidan.

Text: Roland Ekelund

Foto: Marie-Louise Naclér



Våren är här och med den SPF-golfen!

Här följer spelplanen för 2012: SPF-golfen spelas nedanstående dagar med 1:a starttid kl. 08.00, sista starttid kl. 09.51. Anmälan senast kl. 15.00 måndagen före speldagen via golf.se eller i terminalen i Klubbhuset.

Startlista finns tillgänglig från tisdag kl. 18.00. Efter- eller avanmälan speldagen på kansliet eller tfn 72 81 90.

Speldagar under våren: 25 april, 2, 9, 16, 23 och 30 maj, 13, 20 och 27 juni samt 4 juli.

Speldagar under hösten: 1, 8, 15, 22 och 29 augusti, 5, 12 och 21 september (avslutning).

Spelarna delas upp i 2 klasser: A-klass hcp 0-25,0 och B-klass hcp 25,1-54. De 10 bästa ronderna av 15 räknas i slutsammanställningen.

Startavgiften är 25:- för varje tävling. Du kan betala en engångsavgift om 250:- kr för samtliga tävlingar. Du som vill betala i förväg kan göra det till: **Clearingnr: 6581 och kontonummer: 488 111 048.** Ange namn eller golf-ID. För övriga tävlingar är startavgiften 30:- kr per startande.

Lennart Avesand



West Side Story

En råkall morgon lördagen den 18 februari stod vi, en grupp förväntansfulla, på Karlskoga busstation och väntade på bussen som skulle ta oss till Göteborg och West Side Story på Göteborgsoperan.

Det var skönt att komma på bussen och plocka fram morgontidningen som man inte hunnit läsa hemma. Vårt första stopp var i Götene där vi kunde få kaffe och något att äta. Det satt verkligen bra med fika nu. Vid tretiden var vi i Göteborg och släpptes av vid restaurangen Lilla London där lunch väntade. Därefter kördes vi till Göteborgsoperan för att uppleva resans höjdpunkt.

West Side Story är en amerikansk musical från 1957 med musik av Leonard Bernstein och kallas för världens bästa musical. Den är en fri omarbetning av Shakespeares Romeo och Julia. Musicalen utspelar sig på västra Manhattan i New York. Det är gängbråk mellan polskätade Jets och puertoricanska Sharks.



Händelseförloppet utspelar sig från sen eftermiddag till midnatt dygnet därpå. Maria tillhör Sharks och Tony Jets. Hon har kommit till New York en månad tidigare. Familjen har utsett en blivande make, nämligen Chino åt henne. Maria och Tony träffas på en fest och blir förälskade i varandra. Då utbryter fullt slagsmål mellan de två gängerna och det hela slutar med att Tony dödas.

Det finns otroligt mycket dans i denna musical. Man använder dansen i berättandet. Slagsmålen åskådliggörs genom dansen. Man slås av artisternas skicklighet både vad det gäller sång och dans. Konflikten är tidlös mellan olika människor från olika miljöer.

Vi njöt av detta skådespel i fulla drag. Vi hade dessutom fått jättebra platser mitt på åttonde raden. Toppen! Har ni möjlighet så åk och se den.

Majken Lasson

Värmland i ord och ton

Ann-Mari och Hans Jonsson underhöll på månadsmötet i mars, Ann-Mari med sång, piano och gitarr och Hans med fiol. Hans påstod sig darra på ”stråknäven” när han skulle uppträda inför publik men det märkte vi inte något av.

Värmlänningar är ett folkslag mellan Norge och Sverige påstod Hans. Bägge tillhör detta folkslag. Han är från Frykerud och hon från Filipstad.

Värmland är rikt på författare. De flesta av dem målar med ord, sa Ann-Mari och läste en beskrivning av landskapet ur Gösta Berlings saga av Selma Lagerlöf. Från Selma Lagerlöf och Mårbacka förflyttades vi sedan till Ransäter och Geijer och vi fick lyssna till Tönerna som Hans framförde på fiol.

Därefter var det Frödings tur. Hans läste *Dumt folk* (”Å i åä e ö”) och *När ja fridd te Anna Lek* på värmlandsmål.

Sedan kom turen till Ferlin och Ann-Mari läste *Syner i lövsprickningen*. Bägge spelade och sjöng ett par andra kända dikter t.ex. En Valsmelodi med de kända orden *Jag är ganska mager om bena, tillika om armar och hals . . .*

Hans målar också tavlor. För att illustrera de olika miljöerna visade han en av sina tavlor för varje ny miljö. Däremellan fick vi sjunga allsång.

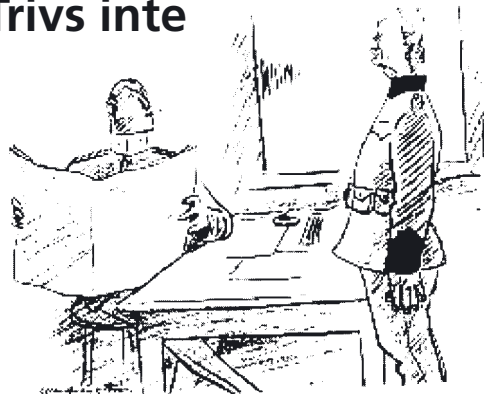


Som sista författare hade man valt Gunnar Ehne som växte upp i Ransäter. Han dog 2005 och var en mer nutida författare än de andra. Han var en av våra mest folkkära författare som skrev på mål med humor och fullaste allvar och helt utan åthävor. Hans *Kvällsböna* berör verkligen.

*Har du nön skog i din himmel, du Gud
Te gå i en finen kväll
En token där gammel skog du vet
Mä smörsöpp å kantarell . . .*

Text och foto: Majken Lasson

Trivs inte



Ur SN Strix 1927

Beväringen som för första gången går på post, har fått instruktion att om det är något så skall han anmäla det, inträder till daglöjtnanten och anmäler:

– Löjtnant, jag trivs inte.

Källa: Albert Engström sällskapet

Myndigheterna stramar nu upp körkortskraven

Nya regler gör att fler riskerar att bli av med sitt körkort. Från den första februari har kraven skärpts på att läkare ska anmäla patienter som de anser är olämpliga som bilförare.

Om en läkare drar slutsatsen att en patient är olämplig för just bilkörning – och patienten inte går med på vidare utredning – måste läkaren anmäla det till Transportstyrelsen. Förut fick läkaren göra det om han/hon ville. Samma krav gäller taxi-legitimation, som kanske dock mer sällan är aktuellt för vår läsekrets. "Olämplig" är för övrigt en skärpning från tidigare "uppenbart olämplig" och doktorn behöver inte ens undersöka patienten, det räcker med att studera journalen.

Från läkarhåll och Transportstyrelsen räknar man med att det kommer bli ett ökat antal in-dragna körkort. Doktorn har nu lite mer att sätta emot när en patient ställer sig avvisande till utredning.

Det som vållar störst problem är när patienter är dementa, har fått sämre syn, tvingas till viss medicinering och t.o.m. har alkoholproblem, enligt Lars Englund, chefsläkare vid Transportstyrelsen.

Ungefär 5000 körkort återkallas årligen i dessa sammanhang, en långsam ökning från slutet av 90-talet med 10-20% per år.

Fortfarande har läkarna kvar en "mjukare" möjlighet, nämligen att sluta en muntlig överenskommelse med patienten om att inte fortsätta köra. Om doktorn bedömer att patienten kommer att följa det muntliga körförbudet och samtidigt få behålla körkortet, kanske av känslomässiga skäl, behöver han/hon inte anmäla.

Denna möjlighet är ett vågspel och vi är inte så förtjusta i att det används av läkarna i ganska stor omfattning, säger Lars Englund.

Detta om den medicinska aspekten på fortsatt körkortsinnehav för äldre bilförare. Körskicklighet och förmågan att följa trafikregler utreds ju av Polisen om något allvarligt inträffat under körning och här kommer jag att återkomma med råd om hur viktigt det är att inte slarva med att följa regler och föreskrifter.

Vi äldre förare är även här extra bevakade . . .

Sven Dahlskog
Trafikombud

Teater Nolby ger sommaren 2012 Den Inbillningssjuka av Molière.

Det blir en föreställning med färgsprakande kostymer, härlig musik, en skruvad handling i ett lika skruvat tempo.

Vi har bokat 30 biljetter till föreställningen

lördag 4 augusti kl. 17.00.

Pris för bussresa, teaterbiljett och picknickkorg **endast 330 kr.**

Här gäller först till kvarn så skynda att boka! (allra senast 30 april)

Mer information i aprilnumret
av Månadsnytt

Lars Hörman



Loviselundsvägen 59, Karlskoga • 0586-343 43 • www.smakbiten.info

Soppor, sallader, pajer, lasagne, smörgåsar, smörgåstårter.

Allt är hemlagat!

Glutenfria/laktosfria alternativ finns.

Bridge – en passion



Korten på hand.

Jag hade kommit överens med Sven Olsson att komma till Träffen och göra referat om bridgen tisdag den 21 februari. Jag kom strax före rasten. Där rådde stor koncentration vid alla borden, så jag smög tyst in och passade på att fotografera.

Halv elva var det rast och vid kaffebordet var det god stämning med prat och skratt och en och annan historia. Sven och Kerstin berättade om SPF-bridgen. Bridge är mycket populärt bland SPF-pensionärerna i Karlskoga. Förutom bridgen på Träffen som Sven är ledare för finns det två grupper på Räknestickan och två grupper på Torpdalshemmet. Nils-Holger och Inger Adolfsson leder måndagsgruppen på Räknestickan och Sven torsdagsgruppen. På Torpdalen är det Olle och Britta Stenström som är ledare på tisdag och Ann-Louise Robertsson på torsdag.



Kaffepaus.

Bridge är ett kortspel som spelas över hela världen. Anledningen till att spelet erövrat en hel värld är förmodligen att bridge är så mångsidigt. Att lyckas i bridge kräver teknik och samarbete men även psykologi och taktik är en stor del av spelet.

På Träffen är man alltid 16 deltagare utplacerade vid 4 bord. Är någon förhindrad att vara med måste Sven få reda på det i förväg så han kan ringa in reserver. Det finns ganska många att välja på eftersom intresset är så stort. Varannan gång spelar man med sin ordinarie partner och varannan gång tas paren ut genom lottning, vilket gör det hela lite spännande. Man räknar poäng varje gång men dessa bokförs inte. Gunnel Avander säger att



Jan-Erik, Ingemar, Ulla och Sickan.

det är en väldigt trevlig grupp och ingen tar spelet på blodigt allvar.

Bridgen på Träffen startade 1995 under ledning av Göran Nordlander. Av nuvarande spelare är det fyra som var med från början: Sven Olsson, Kerstin Lindberg, Gunnel Avander och Sickan Andersson. Medelåldern i gruppen är 80 år vilket visar att bridge ger bra hjärngympa.

2005 firade man 10-årsjubileum och därför bestämde man att fira detta genom att åka på kryssning till Åland. Man spelade bridge på båtresan över, åt gott och njöt av resan. Det kändes så bra så man har fortsatt att åka varje år sedan dess och alltid i september.

Text: Majken Lasson

Foto: Jan-Erik Averås och Majken Lasson

Hushållsnära tjänster

Hem- och flyttstäd • Trädgårdsarbete • Gräsklippning
Fixarservice • Snickeri



SENIORFIXAREN

Telefon 070-496 12 40 • www.seniorfixaren.se

* HÄLSO NYPAN *

Eila Haapala

diplomerad massör

KöpCity i Sandviken, Karlskoga
Tidbokning på tel: 0760-58 53 77
www.halsonypan.com

Välkommen!

Djupgående & behandlande
MASSAGE

Finsk klassisk, avancerad &
nervbanemassage

Vetevärmekudde 249 kr

Vetevärmekatt 319 kr

Relaxant 75 ml 150 kr

(muskelrelaxsalva som varken värmer eller luktar)



*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?

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.



Vegafesterna i april år 1880

Sammanställt av Bertil Edling

1 april

Så är det åter dags för oss pensionärer att se upp så att vi inte (igen) låter oss luras av våra barnbarn, andra småtingar eller av TV och våra dagstidningar, ty nu är det tid att ”lura april” om några dagar. Det är en gammal form av ”practical joke” som är vanlig världen över och har förekommit i vårt land sedan mitten av 1600-talet. Ett lyckat och omtalat sådant i vår tid var i TV 1962 då Kjell Stensson på sitt förnumstiga sätt lurade oss att förvandla vår svartvita TV till en färg-TV genom att trä en nylonstrumpa över apparaten. Men nu är ni varnade och kan vara på er vakt!

April i de gamla skrifterna

Ordet april kommer från latinets och betyder ”öppna” och härmed avsåg man att jorden öppnade sig för växtligheten. Det gamla svenska namnet var från början ”grödemånad” vilket sedan i Bondepraktikan blev ”gräsmånad”. Linné som skapade en egen fyndig namnlista på månaderna döpte april till ”lövsprickningsmånad”. Bondepraktikan har flera ”väderdagar” som talar om kommande väder i månaden. Tillförlitligheten är dock lika ringa som horoskoperna i dagens dags- och veckotidningar. Sanningen är att månaden vädermässigt är opålitlig med snabba och påtagliga väderväxlingar – det vi till vardags kallar ”aprilväder”.

Kyrkokalendern i år visar att april börjar i slutet av fastan med *Stilla veckan*. Ibland kallades denna vecka i folkmun också för **dymmelveckan**. Då fick en träklubba (*dymmeln*) ersätta kyrkklockans metallkläpp. Det gav en dämpad klockklang, som skulle mana oss till lugn och eftertanke inför Jesu lidande och korsfästelse. Dymmeln började ljuda på onsdagen, som fick namnet *dymmelonsdag*. Den markerade dessutom att då började fastans strängaste och allvarligaste tid. Man skulle hålla sig stilla, och undvika arbeten som innebar att någonting fördes runt, t.ex. spinna, nysta garn eller mala mjöl. Den gamla folktron menade nämligen, att allt som fördes runt skulle öka Jesu pina.

Vegafesterna

Den aprilhändelse som detta nummer knyter an till är de s.k. **Vegafesterna** i april år 1880. De startade i Stockholm kvällen den 24:e, när de länge efterlängta gästerna dök upp. De kom sjövägen



Vegafestligheterna på Strömmen 24 april 1880.

och då deras skepp på kvällen ankrade upp på Strömmen framför det till deras ära illuminerade slottet, sköt batterierna på Kastell- och Skeppsholmen dånande salut, talrika fyrverkerier sprakade loss och stora folkmassor längs kajerna jublade och hurrade när fartyget så belystes med speciellt för tillfället uppmonterade *elektriska* strålkastare. Det var något nytt i det då gasupplysta Stockholm. Oscar II kom sedan själv sina hedersgäster tillmötes på en speciellt uppbyggd brygga från Slottet och följde dem därpå upp till residenset, där sedan pampiga välkomsttal hölls ”för att ära de män som *så* hedrat sitt fosterland” och adelskap, ordnar och titlar delades ut och så småningom övergick allt på övligt svenskt sätt i en stor gemensam festmåltid med mycket gott att äta och dricka. Och det var inte bara på slottet man festade utan överallt, både på hotell, restauranger och privat. Alla ville vara med och fira hemkomsten. Det blev en länge omtalad festkväll i vår huvudstad, en festkväll som sedan kopierades ute i landsbygden.

Vilka var då de män som fick ett sådant triumfartat mottagande? Jo, de deltog i en arktisk expedition som under forskningsresanden m.m. Adolf Erik **Nordenskiöld** på ångfartyget ”**Vega**” sjöledes lyckades ta sig fram efter Sibiriens nordkust och genom Berings sund till Stilla havet, den s.k. *Nordostpassagen*. Det var en bragd som väckte ett enormt uppseende och hemresan blev en enda triumffärd som kulminerade i det festliga mottagandet på Stockholms ström. Av allt detta har vi väl idag bara kvar ”vegamössan”, det huvudplagg som besättningen bar och namnsdagsnamnet för 24 april. Men på Nationalmuseum kan du fortfarande beskåda en pampig och storsvensk Nordenskiöld blickande ut över Norra ishavets isvidder.

Bilar och människor är ungefär lika: Båda behöver omsorg och reservdelar

Jag satt häromdagen och småfilosoferade lite för mig själv (som så ofta) och plötsligt kom jag på mig med att jämföra människan med en bil.

Nu har hon väl blivit skvatt galen tänker ni. Ja, må så vara, men så här tänkte jag:

Många av oss har nog upplevt hur det är den där dagen vi hämtar ut en sprillans ny bil. Vi har kanske fått vänta en tid, men så en dag är den klar för leverans. Oh, så fin den är, och vad den doftar gott, hela ens kropp bubblar av glädje!

En del av oss har också fått lyckan att gå och vänta på en ny liten egen världsmedborgare, det har tagit sin tid, men så en dag är det dags – han eller hon) är där och man svämmar nästan över av en lycka, som inte kan jämföras med något annat!

Den nya bilen blir naturligtvis föremål för oändlig omsorg – tvättas och putsas i all oändlighet. Leverantörer kallar till täta kontroller den första tiden, 100-milaserice o.s.v.

Det nya lilla barnet omges också – i den bästa av världar – av all sorts omsorg och ömhet. BVC (Barnvårdscentralen) gör till att börja med regelbundna kontroller, mått, vikt, mental utveckling m.m. för att vi skall känna oss säkra på att vårt barn mår bra!

Åren går, den där älskade bilen byts ut mot någon ny skönhet och får förmodligen nya ägare.

Barnet byts **inte** ut, men får kanske nya familjer. Idag finns ju så många olika familjekonstellationer. Ett barn kan få en ny pappa eller mamma, hel- och halvsyskon, vistas t.ex. en vecka hos biologiska mamman, nästa hos ”riktiga” pappan, ja, det är ingen hejd på hur en del barn idag bollas runt!

Livet lunkar på: den där gamla bilen, som en gång var ett glänsande under av skönhet, stretar vidare nu något bedagad. Den har uppnått reparations- och reservdelsåldern. Allt går ju att byta ut inte bara när det gäller gamla bilar.

Reservdelsmänniskan är numera till stora delar utbytbar. Med den medicinska utvecklingens hjälp kan vi få nya hjärtan, lungor, lever, njurar. På bilen byter man helt sonika hela motorn! Reporna i



billacken – en bagatell, kostar pengar att åtgärda, javisst, men en spottstyver jämfört med vad rynkorna i det mänskliga fodralet kostar att åtgärda. Lite

Botox här och där, ett och annat lyft i slappa hudveck, fettsugning för att dölja åren av vällevnad – ja, allt är möjligt att fixa!

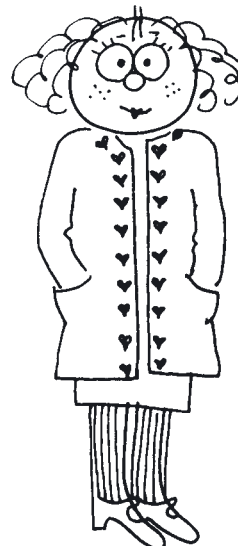
Men det kommer en dag, när naturen, som är oövervinnerlig, tar ut sin rätt. Den där fina blanka bilen går obönhörligen till skroten och vi människor börjar väl också inse att vi går något slutgiltigt till mötes. Det är faktiskt lite sorgligt, men optimist som jag är släpper jag den tanken och ser istället just nu bara mötet med en annalkande vår och sommar som det allra viktigaste. Låt oss tänka på det i första hand!

Den 23 februari fick vi en ny liten prinsessa och dagen därpå damp Månadsnytt med en ny Lathund ner i min brevlåda. Årets upplaga hade det mest flickbabyrosa omslag man kan tänka. Det kallar jag timing (eller tajming som det stavas numera)!

Ha det bra!

Ulla

Kvinnor förväntas alltid köra små, snälla, färgglada bilar. Jag vill ha en svart Alfa Romeo.



Ur
Gunilla Dahlgrens
Lilla fruntimret
50+

? Gåttfullt ?

av Birgitta Hede

Några nya öar kommer här. Alla är välkända och de kan finnas var som helst i världen.

1. Tälja
2. Fiskfågel
3. Nämn kattdjuret
4. Dansvokal
5. Brodera en förkortad Pelle Nilsson
6. Himmelsk tredje ton
7. Finare trikå
8. Har både sto och fru



Lämna svaren på SPF:s exp. senast fredag 13 april även om Du inte löst allt. Du kan också skicka mail till: birgitta.hede@bahnhof.se (OBS! Ny mailadress)

Vinsten lottas ut bland alla som har 5 rätt eller mer.

Svar och vinnare i nästa nummer.

Svar på gåtor i februarinumret

1. Gåta om lukt från matlagning (svårbemästrad?) **Kokosnöt**
2. Titta bakom ström **Bakelse**
3. Tallens fäste på växtplatsen **Morot**
4. Stjäl en grekisk ö! **Tacos**
5. Legering med polonium, tantal, titan och svavel **Potatis**
6. Atoll **Öring**
7. Extra fet fågel **Smörgås**
8. Ramla galet **Falafel**

Kokosnöten var tydligen svårast. Tillägget ”svårbemästrad” syftade förstås på Povel Ramels visa om kokosnöten.

Vinsten lottades på **Gunilla Grafström** (en av de allra flitigaste lösarna), som får hämta 2 st. Trisslotter på SPF:s exp.

Bara barn har sådana hjärnor . . .

Om ni inte redan har hört eller läst den, måste ni läsa nedanstående text. Det är en uppsats skriven av en mellanstadieelev.

Nyttan med Kon

Kon är ett husdjur. Men den finns också utanför huset. Och den lever ofta på landet, men den kommer också in till staden, men bara när den skall dö. Men det bestämmer den inte själv.

Kon har sju sidor: Den översida sidan - den nedersta sidan - den främre sidan - den bakre sidan - den ena sidan - den andra sidan - och den invändiga sidan.



På den främsta sidan sitter huvudet. Och det är för att hornen skall ha något att sitta fast på. Hornen är av horn och är bara till prydnad. Dom kan inte röra på sig, men det kan öronen. Dom sitter på sidan av hornen. Kon har två hål i huvudet. Dom kallas koögon. Kons mun kallas mule. Det är nog för att den säger mu.

På den bakersta sidan sitter svansen. Den använder den för att jaga bort flugor med, så att dom inte ramlar ner i mjölken och drunknar.

På den översta sidan - och den ena sidan - och den andra sidan, är det bara hår. Det heter kohår

och har alltid samma färg som kon. Färgen på kon heter kulör.

Den nedersta sidan är den viktigaste för där hänger mjölken. Och när mjölkerskan öppnar krannarna så rinner mjölken ut. När det åskar så blir mjölken sur, men hur den blir det har jag inte lärt mig ännu.

Kon har fyra ben. Dom heter koben. Dom kan också användas till att dra ut spikar med.

Kon äter inte så mycket, men den äter alltid två gånger. Feta kor ger helmjolk. När kon är dålig i magen ger den ost. I osten är det hål. Men hur den gör hålen har jag inte heller lärt mig än.

Kon har gott luktsinne. Vi kan känna lukten av den på långt håll.

Kons valpar heter kalvar. Kalvens pappa heter tjur, och det gör kons man också. Tjuren ger inte mjölk och är därför inte ett däggdjur.

Den som kommer och hämtar kon när den blir gammal heter kofångare. Den sitter ofta framme på bilar. Så blir kon slaktad, man håller mjölken i tetror som vi kan köpa i affären. Kons fyra ben skickas till snickaren. Det kallas återanvändning.

Som man kan se är kon ett nyttigt djur. Och därför gillar jag kon väldigt mycket.

Lärarens kommentar: *Jag har aldrig läst någonting liknande!*

SPF:s resekommitté inbjuder till Stockholms Stadsteater

Söndag 22 april. Pris: 875:-

Noël Cowards mästerverk "Kort Möte" med bl.a. Helena Bergström, Jakob Eklund och Brasse Brännström. Regissören Colin Nutley säger om Kort möte: Det är en underbar kärlekshistoria som följt mig genom livet. I priset ingår: Bussresa, tvårättersmiddag inkl. lättöl/läsk/vatten samt teaterbiljett. (Kan ev. skaffa några biljetter).



"Ut i det blå"

Torsdag 24 maj. Pris: 610:-

Det här är allt ni behöver veta om resan! Ta med ett gott humör så kommer vi att få en härlig dag.

Dalhalla och Malena Ernman

Lördag-söndag 7-8 juli. Pris: 2.075:-

Dag 1: Eftersom föreställningen börjar kl. 20.00 har jag ordnat med boende för natten. Vi kommer att starta på morgonen den 7 juli och gör stopp för kaffe/lunch på vägen upp. Inkvartering på Gärdebyhotellen Dala Wårdshus samt middag på hotellet. Därefter åker vi till Dalhalla.

Dag 2: Frukost på hotellet. Förmiddagen på egen hand i Rättvik, kanske shopping i hantverksbodarna eller Vika Bröd. Eftermiddagen börjar vi med "Båtresa med Gustaf Wasa på Siljan" från/till Leksand.

På båten får vi lunch och guidning. Därefter hemresa med stopp för kaffe på egen hand.

I priset ingår: Buss från Karlskoga, 1 natt i dubbelrum med frukost och en middag exkl. dricka, biljett till Dalhalla, båtresa inkl. guidning, lunch med måltidsdryck och kaffe.

Resa till Kroatien, Hercegovina och Montenegro

1-8 september. Pris: 9.875:-

Följ med på en intressant resa till det forna Jugoslavien! Vi flyger från Arlanda direkt till Dubrovnik i sydligaste Kroatien. Där bor vi på ett 4-stjärnigt hotell alldeles vid havet. Förutom sköna bad gör vi tre heldagsutflykter, varav en med båt. Dubrovnik är en underbar mycket gammal stad som man aldrig blir mätt på. Resan inkluderar bussresa t.o.r. Arlanda, flyg t.o.r. Dubrovnik, 3 heldagsutflykter, boende på 4-stjärnigt hotell i dubbelrum med balkong och havsutsikt, halvpension, guider, reseledare.

Vid tillräckligt med deltagare kommer jag att anordna en reseträff.

Anmälan snarast då efterfrågan är stor på denna resa!



Säffleoperan: "Annie Get Your Gun"

Söndag 14 oktober kl. 15.00. Pris: 680:-

Resan inkluderar bussresa, lunchbuffé samt teaterbiljett.

Mer information i nästa nummer av Månadsnytt!

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. E-post: maricorn5566@msn.com

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

Resekommitténs bankgiro: 885-2634