



Månadsnytt

Årgång 27 – Nr 3 – Mars 2011

Sveriges Pensionärsförbund – Seniororganisationen i tiden
Karlskogaföreningen



Åhej åhå! Full fart på pensionärer som också är motionärer, är det varje onsdag på Träningslagret. Vill Du också vara med? Läs om detta på sidan 11. Foto: Jan-Erik Averås.

Britt Strinnholm
berättade om
Kambodja och
fadderbarnen där.
Läs mer på sidorna
6 och 7.

Lördagsträffen:
Ulla Jansson
berättade bl.a. om
kvinnor som
präglat Karlskoga
Läs mer på sid. 8

Bertil Edling berättar
att Odyssevs kom
hem till Itaka den
16 april 1178 f.Kr.
Hur vet han det?
Läs på sid. 13

Almanackan

(Sparas lämpligen till nästa nummer av Månadsnytt)

Manusstopp för nästa nummer av Månadsnytt fredagen den 15 april.

Distribution fredagen den 29 april.

Måndag 28 mars kl. 14.00

Träffen. Anders Elfvik visar Karlskogabilder.

Torsdag 31 mars kl. 14.00

Träffen. Kafferepet.

Lördag 2 april kl. 10.00-12.30

Lördagsträffen. Träffen. Gunnar Regestad berättar och visar bilder från Hurtigrutten. Kaffeservering.

Tisdag 5 april kl. 14.00

Månadsmöte. Missionskyrkans samlingsal. Gunnel Lindgren – ”Har du koll på dina läkemedel”. Se notis! Anmälan exp. tel. 302 40 senast måndag 4 april före kl. 11.30.

Fredag 8 april kl. 15.00

Club Solbringan. Wienerafton med Affes pianotrio. Anmälan till exp. tel. 302 40 senast torsdag 7 april före kl. 11.30.

Måndag 11 april kl. 14.00

Träffen. Anders Elfvik visar Karlskogabilder.

Torsdag 14 april kl. 14.00

Träffen. Kafferepet.



Vi hälsar följande nya medlemmar välkomna

Anders Bill, Rönnbärsvägen 21 A
Ulla o Sören Nilsson, Skrågatan 4

Lördag 16 april kl. 10.00-12.30

Lördagsträffen. Träffen. Utställning med Marianne Weiner. Kaffeservering.

Tisdag 19 april kl. 14.00

Vetgiriga Veteraner. Missionskyrkans samlingsal. Per-Arne Skansen – Att arbeta som dubbelagent. Se notis! Anmälan till exp. tel. 302 40 senast måndag 18 april före kl. 11.30.

Torsdag 28 april kl. 14.00

80+ träff. Missionskyrkans samlingsal. Sif Eklund berättar under rubriken ”Gammalt och nytt”. Kaffe och smörgås. Anmälan till exp. tel. 302 40 senast onsdag 27 april före kl. 11.30.

Torsdag 28 april kl. 14.00

Träffen. Kafferepet.



Välkommen som utställare/säljare på Vårmarknaden

**Karlskoga lasarett i entréhallen
onsdagen den 18 maj kl. 9-14**

Anmälan senast 23 april.

För mer information kontakta SPF:s
Curt Konradsson, tel 389 30 eller
curt.konradsson@telia.com

Ansvarig utgivare:
Redaktionskommitté:
Annonser:
Kansli och expedition:

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

Kajsa Werner, tel 541 63. E-post: kajsa.werner@folkbildning.net
Birgitta Hede, Jan-Erik Averås och Roland Ekelund. E-post: m-nytt@blixtrail.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.
Kajsa Werner, tel 541 63. E-post: kajsa.werner@folkbildning.net
Birgitta Hede, tel 536 02. E-post: hede.birgitta@telia.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

Fortfarande är vi omgivna av stora snöhögar, och tövädret har dessutom skapat stora vattenpölar här och var. Nu är det bråttom för våren! Visserligen är det mindre halkigt på en del ställen, och det är en lättnad för många - särskilt för dem med rullator. Men det ska bli skönt när man kan titta på människor igen och inte bara stirra ner i marken på grund av halkan.



Jag skrev förra månaden om arbetet och förberedelserna för en eventuell sammanslagning av SPF och SPRF, de som informellt brukar kallas "Statspensionärerna". Efter en omfattande utredning och ett remissförfarande, lades projektet ner, som ni kanske sett i Veteranen. 20 distrikt av 27 sade nej till sammanslagning. Däremot välkomnar vi förstås alla SPRF:are som vill bli medlemmar i SPF.

Den 14 april kommer Örebrodistriktets årsstämma att hållas i Karlskoga. Förra året var den förlagd till Kumla, och så ska det kanske bli i fortsättningen: att olika föreningar i distriktet ansvarar för värdskapet vid stämmorna. En bra idé tycker vi, för då får man se och informeras om andra platser i länet. Vad vi tänker erbjuda deltagarna ser ni på annan plats i denna tidning!

Kajsa Werner

Örebrodistriktets årsstämma

14 april kl. 9.00-16.00
på Karlskoga folkhögskola

Välkomsthälsning:

Inga Davidsson Friberg, ordförande
och **Elaine Lindblom**, rektor

Lars Nilsson: Om läkemedel

Edith Oldenburg: Om Alfred Nobel

Ewa Holmström: Klockspel

Årsstämma

De 9 ombuden från SPF Karlskoga
är redan utsedda av styrelsen.

Välkommen till en trevlig och lärorik 80+ träff

**Torsdagen den 28 april kl 14
i Missionskyrkans samlingsal**

Inbjuden gäst är **Sif Eklund**, stadsträdgårdsmästare tillika ordförande i Hembygdsföreningen.

Hon berättar under rubriken

"Gammalt och nytt".

Kaffe och smörgås. Anmälan till expeditionen tel. 302 40, senast dagen före.

Varmt välkomna!

OBS! Meddelas endast på detta sätt.

Månadsmöte

**Tisdagen den 5 april kl. 14
i Missionskyrkans samlingsal
Program, Gunnel Lindgren:**

"Har du koll på dina läkemedel?"

Gunnel, som är distriktsansvarig för ämnet läkemedel, besöker Karlskoga denna tisdag.

Hon kommer att prata om olika perspektiv på läkemedelsförbrukning. För lite medicin, för mycket, läkemedel som inte passar ihop o.s.v.

Kaffe, smörgås och kaka + lotterier. Sedvanlig trevlig samvaro.

Anmälan till exp. tel. 302 40 senast dagen före.
Välkomna!

Kjell Selander

Boka in den 19 maj för Årets Vårutflykt som går till Loka

Mer information kommer i Aprilnumret.
Du kan boka redan nu på exp. tel 302 40.

Välkomna!

Lars Hörman
tel 535 21

Rapport från KPR-sammanträdet 17 februari 2011

Kommunens pensionärsråd är hela kommunens referensorgan men är organisatoriskt knutet till socialnämnden. De olika pensionärsföreningarna nominerar sina ledamöter och ersättare. Socialnämnden utser därefter rådets ledamöter. Mandattiden är 4 år. Vid SPF:s årsmöte utsågs Britt-Marie Danielsson och Berit Greek till ordinarie ledamöter. Jan-Olof Forsling och Marie-Louise Nauclér är ersättare. Alla fyra får delta på de fyra sammanträdena under året. SPF och PRO har även varsin representant i arbetsutskottet inför varje sammanträde i rådet. En rapport från varje KPR-sammanträde finns att läsa i Månadsnytt.

Kommunens pensionärsråd ska vara ett samråds-, informations- och referensorgan avseende övergripande planeringsfrågor samt behandla frågor angående budget, bokslut och verksamhetsplanering som har aktualitet för ålders- och förtidspensionärer. Frågorna ska behandlas på planeringsstadiet.

Årets första KPR-sammanträde i februari blev ett upptaktsmöte med presentationer och genomgång av stadgarna. Jukka Tekonen redogjorde därefter för den omtalade lokalutredningen. Han är utsedd av kommunledningen att arbeta fram en bostads- och lokalförsörjningsplan, tidplan samt beslutsunderlag till oktober. Hela 27 000 kvadratmeter ska förvaltningarna lämna. 7 000 kvadratmeter är redan klara för försäljning eller rivning men mycket återstår. Mars – juni är en dialogfas. Efter sommaren återstår remissyttrande från förvaltningarna innan beslut kan tas.

Socialchefen Karin Björkman kunde nöjd rapportera att budgetperioden 2008 – 2010 gav ett litet plus i bokslutet. Svårt att sja om perioden 2011

– 2013. Sparpaket ska genomföras. Försörjningsstödet är stort.

Verksamheten för vård och omsorg styrs av socialtjänstlagen, hälso- och sjukvårdslagen samt kommunala mål och riktlinjer. Uppfylls inte fastställda krav hotar vitesförelägganden. Personalen får lovord av socialchefen. Deras arbetsinsats är värd beundran. 750 personer arbetar inom vård och omsorg.

En glädjande information – skatteintäkterna ökar i kommunen!

SPF kommer att finnas med i referensgruppen ”Boende för äldre” (Hyresbostäder). Mer om detta kommer i vår.

Ledamöterna i kommunens matråd informerade om arbetet och sina erfarenheter beträffande matlådor. I februarinumret av Månadsnytt fanns mer att läsa om matrådet.

Britt-Marie Danielsson

Ledamot i KPR

Vetgiriga Veteraner

Tisdagen den 19 april kl. 14.00

i Missionskyrkans samlingssal

Program, Per-Arne Skansen:

Att arbeta som dubbelagent

Per-Arne arbetade på 80-talet i en bokhandel i Stockholm. En dag blev han kontaktad av en man från Sovjetiska ambassaden. Per-Arne förstod snart att han var utsatt för ett värvningsförsök och tog därför kontakt med svenska säkerhetspolisen. Där fick han uppdraget att ”spela med” och var därefter dubbelagent i fem år . . .

Han har även skrivit en bok om tiden – **Lösenord: buss 311.**

Så välkomna till en intressant eftermiddag. Eftersom SPF kostar på lite extra denna gång önskar vi många deltagare!

Kaffeservering plus samvaro.

Viktigt att du anmäler dig till exp. tel. 302 40 senast dagen före.

Välkomna.

Kjell Selander

Månadsmöte

Tisdagen den 3 maj kl. 14

i Missionskyrkans samlingssal

Vi får besök av en jurist. Mer information i nästa nr av Månadsnytt.



Det våras för cyklisten

Att cykla är ett nöje och en njutning. Det är dessutom både praktiskt och ekonomiskt. Men det finns saker som bör åtgärdas före premiärturen som gör cyklandet ännu roligare och framförallt säkrare.

Pumpa däcken

Rätt ringtryck gör att cykeln rullar bättre. Ju smalare däck, desto högre tryck.

Spänn kedjan

En kedja måste vara välspänd, annars är den farlig. Kedjan ska inte gå att flytta mer än 1 cm ”upp eller ner”. På standardcyklar spänns kedjan genom att lätta muttrarna på bakhjulet. Det senare dras sedan bakåt så att kedjan blir lagom spänd. Dra åt muttrarna och se till att hjulet hamnar rakt. Kontrollera att hjulet sitter fast ordentligt.

Rengör och smörj mekaniska delar. Smörj rörliga delar. Vräk inte på olja, det gör att det samlas en massa onödig smuts. Rengör cykeln regelbundet och tänk på att torka reflexerna rena.

Ställ in sadeln

Det är för din egen skull. Benen ska bara vara lätt böjda när du sitter och har foten på pedalen ”kl.18”. Det ger bra trampkraft. Se till att sadeln är ordentligt fastsatt efter att du gjort inställningen.

Vid mer komplicerade arbeten kan man vända sig till sin cykelhandlare som t.ex. byte av kedja/drev, rikta hjul, byta ut trasiga ekrar, spanna ekrar, justera växlar och handbromsar.

Förvaring

Se till att din cykel står parkerad under tak, allra helst inomhus i cykelstall, garage etc. En cykel som står utomhus i ur och skur får en ganska kort livslängd.

Personlig utrustning

Naturligtvis sätter vi på oss cykelhjälm och gärna reflexväst innan vi ger oss ut i trafiken.

God tur!

*Per-Olov Backman
Trafikombud*

Vår hemsida

Alla vet förstås att vår hemsida har adress www.SPFKarlskoga.se (man kan lika gärna skriva www.spfkarlskoga.se) och ganska många tittar in på den. Det är numera i genomsnitt 5 om dagen eller 105 per månad, räknat som unika besökare. Där hittar man uppgifter om alla arrangemang som SPF Karlskoga ordnar, men kan också läsa Lat-hunden, Månadsnytt, mötesprotokollen och annat och inte minst titta på bilder från begivenheter och bildspel från våra resor. Det senare är ganska nytt och lite spännande. Vill du visa andra vad vi håller på med är det en utmärkt idé att hänvisa dem till hemsidan.

*Christer Lasson
hemsidesredaktör*

SPF-golf 2011

Spelprogram

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 terminalen i Klubbhuset.

För våren gäller följande datum: 27 april, 4, 11, 18 och 23 maj, 1, 8, 15, 22 och 29 juni.

För hösten gäller: 3, 10, 17, 22 och 31 augusti, 7, 14 och 23 september (avslutning).

OBS! För 23 maj resp. 22 augusti måste anmälan ske senast lördagen kl 15.00.

De 10 bästa ronderna av 15 räknas i slutsammanställningen. I resultatsammanställningen delas spelarna upp i 2 klasser: A-klass hcp 0-25,0. B-klass hcp 25,1-36.

Startavgift är 25:- kr för varje tävling (15 st), som räknas in i slutsammanställningen. Man kan betala en engångsavgift om 250:- kr för dessa tävlingar. Du som vill betala i förväg, kan göra det genom att överföra 250:- kr till: **Clearingnr: 6581, Kontonr: 488 111 048**. Glöm inte att ange namn eller golf-ID. För övriga tävlingar är startavgiften 30:- kr per startande.

Kambodja – fattigt land som berikar besökarna

Britt Strinnholm, nybliven SPF-are, har besökt Kambodja 7 gånger under ca 4 års tid. "Första gången blev vi förlovade, och redan gången därpå blev jag gift med Kambodja", var hennes egna ord.

Kort bakgrund

Kambodja är i storlek ungefär som halva Sverige och har ca 14 miljoner invånare. Landet är omgivet av Thailand, Vietnam och Laos. Tvärs igenom landet rinner Mekong-floden. Huvudstaden är Phnom Penh. De flesta invånarna är khmerer (språket heter också khmer) och även buddister.

Landet har en gammal kultur och var under ca 800 – 1200-talet mycket större, då stora delar av nuvarande Thailand och Vietnam hörde dit. Riktigt gammal kultur får man se vid det berömda templet Angkor Wat (den glömda staden), det mest kända templet i den gamla staden Angkor. Här finns landets hela historia på sandstensreliefer.

Efter 1400-talet hörde Kambodja ibland till Thailand och ibland till Vietnam för att på 1800-talet bli franskt (en del av Franska Indokina). På



Britt var en mycket engagerad berättare. Foto: Birgitta Hede

1970-talet drogs landet in i Vietnamkriget utan att egentligen alls vara med. Landet bombades och det anses att det fälldes fler bomber där än över Tyskland under andra världskriget.

Detta kan vara en orsak till att Pol Pot och de röda khmererna lyckades kuva folket så totalt. 1975 mer eller mindre skrämde alla ut på landsbygden och det började som ett slags bondkommunism. Det blev ett grymt välde och flera miljoner människor dödades. Britt ville inte gå in på detaljer, och hon bekände att hon hade stannat utanför vid besök på museer som visar hur det verkligen var.

1979 fördrev vietnameserna äntligen de Röda Khmererna. Som en sista åtgärd brände Pol Pots soldater då alla risförråd, och vad skulle folk sedan äta? Vietnameserna var tyvärr inte heller direkt snälla. Först 1989 blev man av med det vietnamesiska styret med hjälp av USA och FN.

Varför blev det fadderbarn?

Av detta kan vi förstå att Kambodja är ett fattigt land. Man har bara ris att exportera och det behöver man själv. De flesta vuxna är analfabeter, och man behöver de ganska få turisterna. Första gången Britt besökte landet var det en charterresa, men de finns inte nu. Det finns fantastiska stränder, havet är ganska lugnt, aldrig jättestora vågor, men det är gott om plats på stränderna. När man kommer som turist är folk nyfikna och trevliga och man tas emot med stor omsorg.

Första gången kom Britt i kontakt med en man som kallas Mr An. Det var han som undrade om hon skulle kunna bekosta skolgång för ett barn. När hon fick träffa barnet var två syskon med och "då kunde jag ju inte låta en få gå i skola och inte de andra, så det fick bli tre".

Det var så det började. Det har blivit fler och fler barn, ca 35 familjer i Karlskoga har fadderbarn genom Britts engagemang. De är nu 42 stycken och hon tycker det räcker för att kunna hålla reda på dem.

Britt brukar besöka skolan och prata engelska med barnen. De går i Kambodjansk skola halva dagen och engelsk skola andra halvan. De växlar om efter ett visst schema. Tyvärr tycks undervis-

ningen vara ganska stereotyp: man säger efter och lär sig utantill, ett slags ”papegoj-engelska”.

Därför är det extra värdefullt att det kommer någon som kan prata engelska med dem, och det är ingen nackdel att inte vara så perfekt själv, för de behöver någon som pratar ganska långsamt och med enkla ord.

Att sjunga med barnen är populärt. Britt påstår att hon inte sjunger något vidare, men i Kambodja sjunger hon, gärna sånger med rörelser: ”Det som ska in i knoppen, ska läras med kroppen!” Skolbarnen är helt ovana vid sådant och tycker det är jätteroligt!

Naturligtvis har man inte mycket pengar till utrustning. Det fanns en rutschkana vid en skola (en gåva från Japan). Den var trasig och Britt blev tillfrågad om pengar att renovera den. Hon berättade stolt att ”nu är den rutschkanan min med mitt namn på”.

Ofta måste skolbarnen betala lite extra till läraren, vilket är lätt att förstå när lärarlönen är ca 40 – 50 dollar/månad. För att försörja en familj behövs ca 100 dollar/månad. Utan extra betalning klarar de sig inte. Några äldre barn går i en typ av high school och de får då för sin avgift både skoluniform och böcker.



En del av fadderbarnen i Kambodja.

Någon undrade vad ett fadderbarn kostar. För en 6-åring kostar det 100 dollar per år och för de större i high school 180 dollar.

Vi fick också se några exempel på vanlig bostadsstandard. Man sover ofta på mattor på golvet. Maten lagas ute utom när det regnar, då man måste ha någon kokmöjlighet inne. De få kläder familjerna har får oftast ligga framme. Kyl och frys har man inte.

Ett par av fadderbarnen som har ganska långt till skolan, har fått varsin cykel av fadderföräldrarna. Vilken lycka! Ett företag skickade med bomullströjor, med prislappar kvar och allt, så barnen förstod att de var helt nya. Ofattbart att få något helt nytt!

Vid det senaste besöket hade Britt fått med ca 100 tandborstar och även tandkräm. Vilken present!

Ett annat exempel: de här barnen bor i en kuststad, men ingen har råd att åka och bada med dem. När alla barnen fick åka iväg i minibussar för en dag på stranden, så var det en oerhörd upplevelse för dem.

Vi fick en intressant och livlig framställning av hur Britts alla barn i Kambodja lever. När en föredragshållare verkligen är engagerad, då går det rätt in i åhörarna, som tyvärr var alldeles för få!



Bostadsstandarden är inte direkt vad vi är vana vid.

Birgitta Hede

Två kvinnor som präglat Karlskoga

På allmän begäran kom Ulla Jansson till Lördagsträffen den 19 februari och berättade om fler personer som gett namn åt gator i Karlskoga. Hon började och slutade med två kvinnor som haft stor betydelse.

Boåsbeata

Den första var Sigrid Ekehjelm, även kallad Boåsbeata. Hon levde på 1600-talet, var gift och änka tre gånger på tio år och för varje gifte blev hon allt rikare. Med sin andre man fick Sigrid en son, men denne föddes sju månader efter mannens död. Mannens släktingar misstänkte att han inte var far till barnet och försökte skilja fru Sigrid och sonen från arvet. Man lyckades hitta en kvinna som sade sig ha sålt sitt barn till Sigrid, men hon blev inte trodd och Sigrid vann. Men hon var inte nöjd. Hon försökte med all makt utvidga sina gårdar. Bönderna på gårdarna runt Backa och Bo var skatteskyldiga till fru Sigrid och skatten utgick i kol och tackjärn. Fru Sigrid bestämde ”skäligt pris”. Om bönderna trilskades, kunde hon ta ifrån dem deras gårdar.

Trots sin rikedom var hon avundsjuk på bonden som ägde Sandängen. Här var jorden till skillnad från jorden på Backa lätt sandjord som var lättbrukad och gav bonden i Sandtorpet goda skördar. Fru Sigrid lyckades, oklart hur, få äganderättshandlingar på ängen och körde bort bonden därifrån. Bonden stämde henne men hon svor falskt och fick behålla ängen.

Men den gudomliga rätten kom hon inte undan. Kort tid efteråt dog hennes lille son och på hennes gårdar kom olyckorna slag i slag. Skördarna blev sämre, kor och hästar sjuknade och dog, järnet vid hennes bruk blev dåligt och nästan osäljbart och välfyllda kolhus brann ner.

Nu var fru Sigrid inte längre den rikaste frun i Värmland. Så dog fru Sigrid men någon ro i graven fick hon inte på grund av den

falsa eden. Hon går igen, och den som har ögonen med sig kan under skumma höstkvällar se henne vandra omkring ute vid Sandängen eller uppe på Boåsen, där hon tycks vakta sin skog.

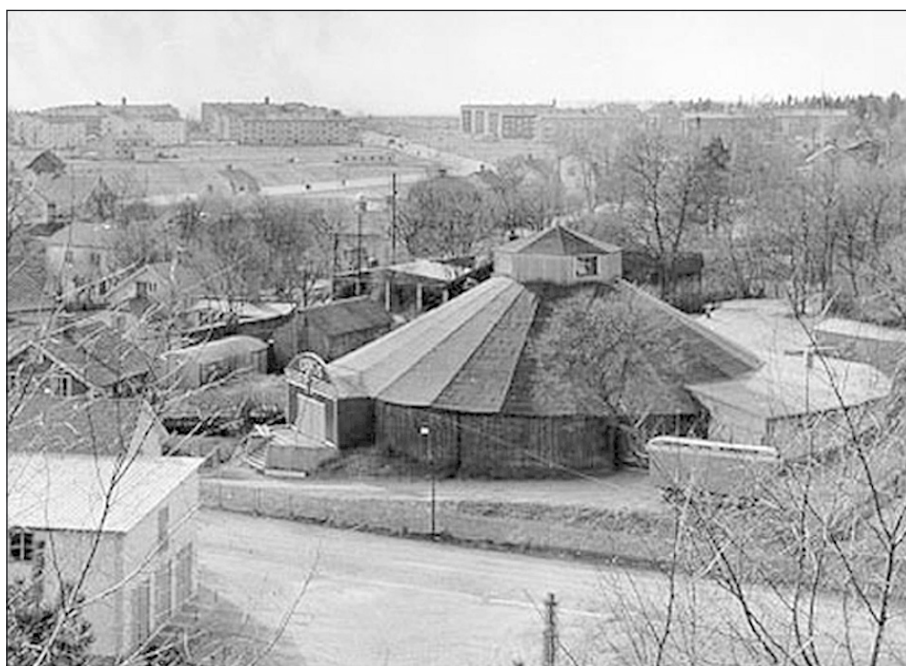
Baptista Schreiber

Cirkusrondellen i Karlskoga är en hyllning till Baptista Schreiber och hennes häst Menelik och är skapad av konstnären Göran Persson. Den är av rostfri plåt och står på ett 16 ton tungt fundament. Baptista Schreiber var dotter till den belgiske konstberidaren och cirkusdirektören Baptiste Schreiber och svenska skådespelerskan Bertha Lindberg. Hösten 1929 slog sig Baptista ner i Karlskoga tillsammans med sin man Chuy och svågern Manuel Mijares, eftersom de tyckte om staden och hade stor publik här. De hade då startat Cirkus Mijares som blev en populär kringresande cirkus. Cirkusen hade länge sitt vinterboende i Karlskoga. Där fanns till och med en cirkusbyggnad som revs 1958.

Baptistas häst blev förmodligen förgiftad och hon fick en ny av engelska drottningen. När så denna häst dog ville Baptista få den begravd på Skogskyrkogården men det blev nej. Menelik fick istället sin grav alldeles utanför kyrkogårdsmuren. Ofta kan man se att någon lagt blommor på graven.

Ullas föredrag blev mycket uppskattat och hon fick varma applåder.

Text: Majken Lasson



Cirkusbyggnaden (låg i södra delen av det som nu är parkering vid Folkets park).

Månadsmötet – roligt och tänkvärt med trubadur

Rune Blidh från Kristinehamn visade sig vara en angenäm bekantskap. Han var suverän på gitarren, sjöng bra och berättade roligt.

Egna visor

Rune delade upp sitt program i två delar där kaffepausen kom som en naturlig mellanakt. I första delen sjöng han flera egna visor, som var både roliga och tänkvärda.

I ”Nidvisa för tidvisa” berättar sångaren om hur han hela tiden ägnar sig åt att spara tid – en tid som naturligtvis inte finns kvar, när han vill använda den.

En visa såg livet som ett blåbärris gör. Som en liten extra knorr hade Rune där lånat melodin ”Blueberry hill”. I den ”vegetariska” genren var också en visa om hur en potatis tänker, där den ligger i jorden och väntar på att grävas upp. Potatisens innerliga önskan är ”Måtte jag inte behöva sluta i en påse chips”!

I ”När jag får pension” hade Rune påpassligt lånat melodin från Beatles ”When I’m 64”. Vi kände nog alla igen oss i det där om allt vi ska göra då. Men hur blir det?

Historier och andra ”mellanspel”

Efter en visa om glömska var steget inte långt till ålderskrämporna: ”När man böjer sig ner för att knyta skorna måste man fundera på om det är nåt mer man ska göra när man ändå är där nere.”

Vi fick en hel del vitsar och historier, de flesta fullt tryckbara, som den här om det lantliga paret som har varit gifta i 50 år. Inför guldröloppet hörs följande dialog:

Gumman: Nu måste vi ju ställa till kalas och fira! Jag tycker vi tar och slaktar grisen!

Gubben: Är du alldeles från vettet? Ska grisen få skulden för nåt som hände för 50 år sen?!

Vi kan också ta den där om mannen som tyckte hans fru började höra så dåligt. Hon svarade ju sällan på det han sa. Doktorn gav honom rådet att ställa sig 15 m bort och fråga något. Han gjorde så och frågade: Vad ska vi äta i dag? Inget svar. Samma fråga på 10 meters avstånd och på 5 meter. Inget svar. Till sist ställde han sig alldeles intill och hojtade: Vad ska vi äta i dag? Äntligen fick han



Rune Blidh var en utmärkt underhållare.

svar: Nu säger jag det för fjärde gången, grönsaks-soppa!

Ja, så kan det också vara med dålig hörsel.

Andras visor

Som alla vet har vi i vårt land en fantastisk viskatt och Rune gav oss några exempel. En dikt av Dan Andersson hade han själv tonsatt och dessutom fick vi höra en hyllningssång till Dan Andersson, vemodig och gripande.

Nils Ferlins På Arendorffs tid är en visa som känns helt tidlös och när Ferlin talar om hur det var då och skriver att ”nu är tillvaron platt”, kan man börja undra vad Ferlin skulle skriva om han var med nu.

Från Evert Taubes enorma produktion valde Rune ”Calle Schewens vals”, där många av oss sjöng med. Hur många gånger man än har hört och sjungit den visan, så blir den aldrig uttjatad. Lyssna bara på ett sådant ord som ”juninattsskymningen”!

Det här var några exempel på de många visor vi fick höra, och det blev glada skratt och mycket applåder från den fåtaliga publiken. Kjell Selander som jobbar hårt för att få till intressanta och omväxlande månadsmöten har all anledning att vara besviken. Vi borde ha varit åtminstone dubbelt så många!

Text och foto: Birgitta Hede

Välkommen till oss!
Butiken med kläder för mogen tjej och kvinna

Larssons Mode

Sandviksvägen 10, KARLSKOGA
TEL 40377

Allt under
ett tak!

Öppet alla
dagar 8-21

Telefon 676 70

MAXI
ICA STORMARKNAD
KARLSKOGA

Ont i rygg och nacke?

Välj en legitimerad naprapat



Pia Johnsen

Centralplan 2, 691 32 Karlskoga • Telefon 0586-575 95
E-post naprapat.pia@telia.com

Vårdavtal
med
Örebro
Läns
Landsting

 *SmakBiten* 

Torget 4, Karlskoga. 0586-343 43 www.smakbiten.info

*Vi har alternativen för Dig som är allergiker.
Smörgåstårter • Soppor & Smörgåsar finns glutenfria.
Alternativ för laktos finns också.*

VÄLKOMNA!

Succé för Lätta linjen på Träningslagret



Svettiga men glada samlades de flesta av deltagarna efter motionspasset "Lätta linjen" på Träningslagret. Främst sitter ledaren och coachen Susan Jansson.

När värmlänningar kommer ihop, då blir det roligt! Roligt blir det alltså när våra värmländska SPF-are under ledning av Susan Jansson kommer samman på Träningslagret i Karlskoga. Där genomförs varje onsdagseftermiddag ett motionspass i grupp kallat Easy Line på svenska döpt av undertecknad till Lätta linjen.

Arrangemanget som startades av vår friskvårdsansvarige Jan-Olof Forsling och Ingalill Ericson i samråd med Träningslagret har blivit en stor succé. Snabbt fylldes deltagarantalet till 32; det finns plats för några till upp till 36.

Lätta linjen är en cirkelträning som passar alla, unga och äldre, vältränade och otränade. Den genomförs i nio olika fasta maskiner och nio step-lådor ordnade i en cirkel (Träningslagret har dubbel uppsättning). Man får styrketräning för hela

kroppen och pulsträning med step-lådorna. Var och en arbetar efter egen förmåga. Även Du med viss nedsatt rörlighet kan efter bedömning vara med. I första cirkeletappen av träningspasset har man 30 sekunder på varje ställe och i andra etappen 45 sekunder. Allt sker till musik och under ledning av coachen och allt i allon Susan Jansson på Träningslagret.

Under mitt besök var entusiasmen och glädjen inte att ta fel på. Det är bara att önska att fler kommer med. Nuvarande gäng har haft fyra gånger och har för tio gånger sammanlagt betalat 410 kr.

Alla intresserade nu eller för hösten kan meddela sig till Ingalill Ericson tel. 374 82 eller Jan-Olof Forsling tel. 549 23 eller ring till expeditionen tel. 302 40. För närvarande är det onsdagar kl. 14.30 – 15.15 som gäller.

Text och bild: Jan-Erik Averås



Ulla Forsling och Margareta Henriksson tränar glatt i Lätta linjen på Träningslagret, dit ett trettiotal SPF-are kommer varje onsdag för att bättra på sin hälsa.



Ingalill Ericson (t.v.), SPF:s organisatör, och Susan Jansson, träningsledare, är mycket nöjda med deltagarnas insatser.

Bondens egen butik

Ägg • Kött • Ost
från Granhammar

*Te och kryddor
Bröd • Saft, must
Honung från Rådehult
Marmelader • Årekonfekt
Venus choklad*

**Massor med garner från
Marks & Kattens,
SandnesGarn**

Stickcafé

Mån 10-13 och 18-21, tis 13-16



Mån-fre 10-18, lör 10-14

Bidrag efterlyses!

Hur många i SPF skriver för byrålådan? Skicka i stället gärna in din text till Månadsnyttets redaktion. Det kan t.ex. vara ett kåseri, en reseberättelse, rolig historia eller kanske rent av en dikt.

Om ditt bidrag mer har karaktär av in-sändare (kanske arg på allting?) kan vi ta in det under rubriken Fria Ord.

Om du har mail: skicka till följande adress:

hede.birgitta@telia.com

Gärna också till Roland Ekelund och Jan-Erik Averås, roland.ekelund@tele2.se och jan-erik@averas.se

Det går också bra att lämna eller skicka en handskriven text till SPF:s expedition.

Du får skriva under signatur, men redaktionen måste få namn och adress.



*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.



Familjensjurist

www.familjensjurist.se

Odyssevs hemkomst äntligen kalenderbestämd – eller?

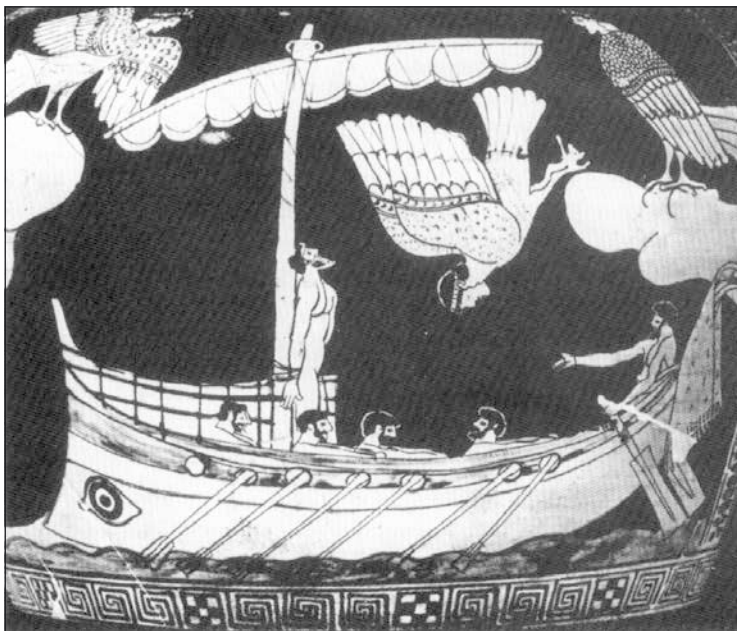
Sammanställt av Bertil Edling

Till den äldsta bevarade europeiska litteraturens portalverk hör som bekant Iliaden och Odysseen. Det första diktverket handlar om grekernas tioåriga kamp om Troja (= Ilion), det andra om "den mångförslagne" Odyssevs hemresa efter kriget.

Det blir en seglats som tar tio år och är fullkryddad av otroliga äventyr och fantastiska vidunder, innan han till slut kan landstiga på sin hemö Itaka och möta sin hustru Penelope. Att hemresan tog tio år berodde på att han blev ovän med havsguden efter att ha genomborrat hans son cyklopen Polyfemos öga med ett spjut. Här finns inte plats att redogöra för alla de välkända berättelserna från våra ungdomsböcker och skolans historietimmar om hur Odyssevs klarade av de vackra men blodtörstiga sirenerna, togs om hand av prinsessan Nausikaa på faiakernas ö, klarade av den sköna trollkvinnan Kirke liksom havsvidundren Skylla och Charybdis osv. osv.

Men den **16:e april vid middagstid år 1178 f.Kr.** landsteg så äntligen Odyssevs på Itaka, där han var kung. Han hade då varit borta så länge att de flesta antog att han omkommit under hemfärden från Troja och följaktligen uppvaktades hans vackra maka Penelope av efterhängsna friare som aspirerade på att ta över kungavärdigheten över ön. Hon hade dock skjutit upp sitt avgörande genom att säga att hon först ville göra färdig en väv som hon höll på med – men på nätterna rev hon upp vad hon vävt på dagarna!

Nu kungjorde hon dock att hon var beredd att gifta sig med den av friarna som kunde spanna Odyssevs kvarlämnade stora pilbåge och skjuta en pil genom uppställda tolv järnyxors öglor. Friare efter friare försökte – men ingen orkade ens spanna bågen. Då bad en tiggargestalt nere vid dörren – det var den förklädde Odyssevs – att få försöka. Han tog den välbekanta bågen i sina väldiga nä-



Odysseus lyssnar på sirenerna, fastbunden vid skeppsmasten. Grekisk vas-målning från 400-talet f.Kr.

var, spände den med lätthet och sköt pilen med vinande fart genom alla de tolv öglorna. Sedan kastade han av sig sin tiggardrätt och gjorde processen kort med de övermodiga friarna.

Penelope fattade först inte att det var Odyssevs, men blev övertygad när han påminde henne om den hemliga konstruktionen med deras äkta säng! Och sedan levde de länge och lyckliga i många år – som det heter i sagorna.

Hur kan vi då verkligen veta att hemkomsten skedde på eftermiddagen 16:e april för mer än 3000 år sedan? Jo, det hävdar bestämt två forskare vid Rockefeller University i New York. De har nämligen finkammat Odysseen på astronomiska beskrivningar och lagt in dem i datorn. Därefter har de simulerat himlen över Grekland natt för natt under en 135-årsperiod vid tiden för trojanska kriget. Genom att sedan jämföra datainformationerna med berättelsen har de kunnat sammanställa en tidplan för Odyssevs resa.

För en amatörhistoriker verkar allt detta otroligt knäppt men samtidigt passar det bra att ta upp i detta nummer av vår tidning, ty nu kommer april som ju inte bara är **Gräsmånadens tid** utan även **aprilskämtens tid**. Ha en trevlig påsk!

Vi kvinnor har en egen dag. Hur många har männen?

Den 8 mars "firades" internationella kvinnodagen återigen med diverse demonstrationer här och var och ett och annat politikertal.

Kraven i år gällde bland annat högre kvinnorepresentation i storbolagens styrelser och företagsledning. Osökt kommer jag att tänka på kvinnor i min närhet, som utan större åthävor eller jämlikhetskrav kom att framstå som kraftfulla representanter för kvinnokönet.

En faster blev Sveriges första kvinnliga bankchef. Hennes företrädare kallades bankdirektör, hon fick titeln bankkamrer och som sådan styrde hon banken i över 30 år med den äran. Fortfarande efter hennes pensionering kom kunder med sina problem till henne för att få goda råd.

En annan stark kvinnogestalt i slakten var faster Astrid, "Tatti" kallad av alla oss yngre släktingar, som särskilt under sommartid samlades hos henne och hennes man, "onkel", på den gamla släktgården.

Under krigsåren, när alla manfolk låg inkallade, tog hon över åkerisyrslorna, körde taxi och lastbil, skötte hushåll med make och barn, satt som nämndeman vid tinget, var ivrigt verksam inom Röda korset och andra sociala åtaganden. Allt hann hon med!

Många år senare – hon var över 90 vid det laget, ringde jag henne (vi talades vid varje vecka) och fick till svar: 'Ulla, jag har tyvärr inte tid att prata just nu, är på väg till mina "gamlingar" som väntar'. En gång i veckan åkte hon till ett äldreboende, medförande hembakt kaffebröd, och läste lite för de boende och småpratade. Och då var hon själv över 90 – hon blev för övrigt över 100!

Varför är det bara s.k. yrkeskarriärer som uppmärksammas då det gäller kvinnors insatser? Hur många stora män tror ni skulle ha nått sina positioner, om det inte hade funnits en tålmodig och klok kvinna i bakgrunden, som skötte den s.k. marktjänsten med allt vad den innebär? Ja, man kan undra.

Nu till något helt annat – som ni alla vet vid det här laget är jag otroligt intresserad av språk – inte minst vårt eget. Jag kan sitta och "smaka" på ett ord eller uttryck, som verkar lockande att leta vidare på – ursprung, utveckling o.s.v. Det var den

där latinlektorn jag hade, som väckte det intresset hos mig. Honom har jag berättat om i ett tidigare kåseri. Just nu har jag börjat fundera på hur lättvindigt vi i dagligt språk använder totalt felaktiga motsatser. Vi säger t.ex. jätteliten, hemskt gott, skitläckert (hemska ord) o.s.v. Listan kan göras lång.

Men sedan ett antal år tillbaka har ännu ett nytt ord smugit in – ett fasansfullt ord – hedersmord. Ordet **heder** är för mig ett uttryck för hög moralisk integritet, något man aldrig rubbar på, om man vill följa sina ideal.

Mord är det värsta brott en människa kan begå. Kombinationen är omöjlig. Nu blir det svårt. Framför mig har jag Expressen av den 26/2. På ett uppslag visas 2 foton: det ena en ung oerhört vacker, leende kvinna, 21-årig småbarnsmor, det andra en likaledes leende 63-årig man. Rubrik: Han högg ihjäl dottern med 48 knivhugg, säger sig nu ha fått sin heder tillbaka!

Hur kan något sådant här tolereras i vårt land, att främmande element tränger in i vårt samhälle med värderingar som är oss inte bara främmande utan helt oacceptabla? Det är sannerligen något att demonstrera mot på internationella kvinnodagen!

Uti vårsolen nu, ni som kan!

Ulla

Det är tur att vi har karlar!
Jag skulle aldrig klättra
upp på Mount Everest och
sätta upp en flagga.



Ur
Gunilla Dahlgrens
Gunillas bästa

? Gåttfullt ?

av Birgitta Hede

Nu kommer några nya pojknamn.

1. Huvudjobb
2. Han är inte den förste
3. Han rattar nalle
4. Enkel boning
5. Är maten han har i munnen
6. Skedde första långfredagen?
7. Medeltida ledare
8. Uppmaning till sökare
9. Den nya gemenskapens arv
10. Det som inte är hav



Lämna svaren på SPF:s exp. senast onsdag 13 april även om Du inte löst allt. Du kan också skicka mail till: hede.birgitta@telia.com.

Vinsten lottas ut bland alla som har 7 rätt eller mer.

Svar och vinnare i nästa nummer.

Svar på gåtor i februarinumret

1. Säg inte femte bokstaven **Kväve**
2. Insekter utan g **Fluor**
3. Träd med kottar **Al (= aluminium)**
4. Två prepositioner **Uran**
5. Gömmer ulven i fårakläder? **Klor**
6. Sägs ibland den som jobbar vara i **Selen**
7. Prata **Silver**
8. Tio? **Tenn**
9. Grejer som Heyerdahl hade på sin vassbåt **Radon**
10. Kan man sätta P för **Fosfor**
11. Du kan väl pröjsa? Nej, jag har inte ett . . . **Nickel**

Förslaget wolfram på nr 5 var på ett sätt fyndigt, men det är väl ändå björnen, inte vargen, som har ramar? Nr 7 syftar förstås på ordspråket Tala är silver o.s.v.

Vinsten lottades på **Inga-Lisa Hindersson**, Mekanikergatan 4B, Karlskoga, som får hämta 2 st. Trisslotter på SPF exp.

Supportens vardag eller oss icke-datanördar emellan

Några samtal mellan kund och datorsupport: (S = Supporten, K = Kunden)

S: Vad kan jag hjälpa till med?
K: Jag håller på att skriva mitt första mail och jag har skrivit bokstaven a men hur skall jag göra för att få till den lilla cirkeln runt omkring?

S: Är markören fortfarande där?

K: Nej, jag är ensam här.

Och nästa kund kunde inte koppla upp sig.

S: Är du säker på att du använt rätt lösenord?

K: Ja jag såg när min arbetskamrat skrev det.

S: Kan du säga mig lösenordet?

K: Ja, det var fem små stjärnor.

S: Nu skall vi se hur ditt system ser ut, klicka på ”den här datorn”.

K: Men hur skall jag kunna göra det härifrån?

K: Min laserskrivare är trasig.

S: Vilken modell har du?

K: Det är en Hewlett Packard.

S: Är det en svartvit skrivare?

K: Nej, den är beige.

K: Jag har köpt internet och vill ha hjälp.

S: OK, hur långt har du kommit i installationen?

K: Jag har packat upp lådan med internetet i.

S: Ok, har du anslutit alla sladdar och slagit på datorn?

K: Slagit på datorn? Jag har ingen dator, jag har köpt internet.

K: Datorn hänger sig hela tiden.

S: Har du många fönster öppna?

K: Nej, men dörren står lite på glänt . . .

SPF:s resekommitté inbjuder till

”Les Miserables”, 4-dagarsresa till Åbo och Helsingfors

26 – 29 april. Pris: 3.775:-

En härlig vårresa, där vi besöker både Åbo och Helsingfors. På vägen till Helsingfors gör vi också stopp vid ett glasbruk. I priset ingår: Bussresa, båtresa t/r i 2-bäddshytt, logi 1 natt i d-rum hotell Hamburger Börs, Åbo, 3 frukost, 2 buffémiddagar inkl. dryck, 1 3-rättersmiddag exkl. dryck, 1 lunch, musikalbiljett, guidningar och besök enl. program.

Teaterresa till Lerbäck - ”Noll Koll”

Fredag 6 maj. Pris: 700:-

Ny fars på Lerbäckes teater! Förväxlingar, snurrigheter och fullständigt kaos emellanåt. Mitt i detta står frisörpsykologen Anders Unge och försöker hålla koll på läget. En hejdlös kväll med nyskriven komedi och utsökt trerättersmiddag. Priset inkluderar teaterbiljett, trerättersmiddag och kaffe samt bussresa. Anmälningar senast 10 april.

”Ut i det blå”

Fredag 27 maj. Pris: 535:-

Det här är allt du behöver veta för att följa med på en härlig tur ut i det blå!



Jylland med Skagen, Limfjorden med ön Fur, blomsterparken Jespershus med Nordens största fjärlshus m.m.

30 juni – 3 juli. Pris: 2.975:-

Under denna korta men mycket innehållsrika resa längs Limfjorden, sundet på Jylland som förbinder Nordsjön med Kattegatt, väntar många trevliga upplevelser. I priset ingår: Färjan Göteborg-Fredrikshamn t/r, 3 övernattn. Inkl. halvpension på bra hotell, besök och provsmakning på Blomsterverkstedet/Viskum Snaps, besök på bärnstenssliperiet Hjarbaek Ravsliberi inkl. kaffe, entré till Jesperhus blomsterpark, färja Branden – Fur, lokalguide på ön Fur, ca. 2 tim., lunch och ölprovning på Fur Bryghus.

”Opera på Skäret”

31 juli. Pris: 1.250:-

Huvudattraktionen i sommar är uppsättningen av Bizets opera Carmen, ett av operahistoriens mest älskade verk. I priset ingår: Bussresa, 2-rätterslunch och kaffe på Bångbro Herrgård samt operabiljett.



Resa till Toscana med bl.a. Puccinifestivalen och operan ”Madame Butterfly”

15 – 20 augusti. Pris: 8.970:-

Var i världen finner man så mycket som sätter krydda på tillvaron? Historiska byggnader, underbar natur, utsökt kök, praktfulla viner och därtill en fantastisk operafestival. I resans pris ingår: Bussanslutning Karlskoga – Arlanda t/r, flygresan inkl. bagage och kända skatter, 5 nätter del i dubbelrum på 4-stjärnigt hotell, 5 frukostar och 5 middagar. Utflykter och entréer enl. program samt operabiljett.

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