



# Månadsnytt

Årgång 27 – Nr 6 – September 2011

Sveriges Pensionärsförbund – Seniororganisationen i tiden  
Karlskogaföreningen

---



*Sommar i Tyrolen. Foto: Roland Ekelund.*

**Funktionärsträffen**  
**Information och**  
**underhållning**  
**Läs på sid. 4 - 5**

**Viktig information**  
**om stroke på sid. 13**  
**AKUT-kortet finns**  
**på sid. 3**

**Bertil Edling**  
**berättar om den**  
**heliga Birgitta**  
**på sid. 11**

# Almanackan

(Sparas lämpligen till nästa nummer av Månadsnytt)

**Manusstopp för nästa nummer av Månadsnytt tisdagen den 18 oktober.**

**Distribution fredagen den 28 oktober.**

**Tisdag 4 oktober kl. 14.00**

**Månadsmöte.** Missionskyrkans samlingssal.  
**Marian Väpnargård** – prästgårdens betydelse  
förr och nu. Se notis! Anmälan exp. tel. 302 40  
senast måndag 3 oktober före kl. 11.30.

**Torsdag 6 oktober kl. 14.00**

**Träffen.** Kafferepet.

**Fredag 7 oktober kl. 15.00**

**Club Solbringen.** Underhållning av **Lennart  
Erlandsson.** Anmälan till exp. tel. 302 40  
senast onsdag 5 oktober före kl. 11.30.

**Lördag 8 oktober kl. 10.00-12.30**

**Lördagsträffen.** Träffen. **Eva Dällerud** berättar  
om "Kulturkul". Se notis! Kaffeservering.

**Måndag 10 oktober kl. 14.00**

**Träffen.** Stickkafé.

**Tisdag 18 oktober kl. 14.00**

**Vetgiriga Veteraner.** Missionskyrkans samlings-  
sal. **Allan Hede** – Sällsynta jordartsmetaller.  
Se notis! Anmälan till exp. tel. 302 40 senast  
måndag 17 oktober före kl. 11.30.

**Torsdag 20 oktober kl. 14.00**

**Träffen.** Kafferepet.

**Måndag 24 oktober kl. 14.00**

**Träffen.** Stickkafé.

**Torsdag 3 november kl. 14.00**

**Träffen.** Kafferepet.



## Anhörig- och äldredagen Torsdag 6 oktober

**Program:**

- 12.45 **Inledning** Ingegerd Bennysson  
socialnämndens ordförande
- 13.00 **Konsten att se hela människan**  
Lasse Gustavsson
- 15.00 **Ljuva 60-tal**  
Wermland opera
- 17.00 **Konsten att se hela människan**  
Lasse Gustavsson

"Brandmannen" Lasse delar med sig av sina  
tankar och erfarenheter efter en hemsk  
explosionsolycka i arbetet. Vi får ta del av  
vägen tillbaka – som inte har varit lätt.

**Massor av utställare på plats  
i Nya Folkets Hus.**

Läs mer på [www.karlskoga.se](http://www.karlskoga.se)  
och annons i dagspressen.

**Fri entré.**

**Välkommen!**

## Vi hälsar följande nya medlemmar välkomna

Margareta Lennkvist, Kilstavägen 12 D  
Bengt Nordell, Skolgatan 21  
Ing-Marie Vestin, Blåklintsvägen 7  
Jan Wikström, Blåklintsvägen 7

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](mailto:kajsa.werner@folkbildning.net)  
**Birgitta Hede**, **Jan-Erik Averås** och **Roland Ekelund**. E-post: [m-nytt@blixtnet.se](mailto:m-nytt@blixtnet.se)  
**Vakant**  
**SPF, Solbringen 80, Loviselundsvägen 73, 691 83 Karlskoga.** Tel 302 40.  
E-post: [0586-30240@telia.com](mailto:0586-30240@telia.com) Öppen vardagar kl. 10-12.  
**Kajsa Werner**, tel 541 63. E-post: [kajsa.werner@folkbildning.net](mailto:kajsa.werner@folkbildning.net)  
**Birgitta Hede**, tel 536 02. E-post: [hede.birgitta@telia.com](mailto:hede.birgitta@telia.com)  
**Leila Raudsaar**, tel 181 01. E-post: [leila@raudsaar.com](mailto:leila@raudsaar.com)  
[www.spfkarlskoga.se](http://www.spfkarlskoga.se) E-post: [christer@lasson.st](mailto:christer@lasson.st)  
94 41 25-4  
5715-5640  
**Karlskoga Grafiska**, tel 300 53. E-post: [grafiska@telia.com](mailto:grafiska@telia.com)



# Ordföranden har ordet

Med detta nummer av Månadsnytt följer ett AKUT-kort, som du lätt tar loss från tidningen (se nedan). Kortet lär dig känna igen stroke och det lär dig att göra AKUT-testet, som identifierar strokesymptom. Det är mycket bråttom om en person har dessa symptom - det gäller minuter. Man ska ringa 112 vid minsta misstanke om stroke, ju förr man kommer till sjukhus, desto större chans att livet kan räddas och följderna kan lindras. Jag har själv satt in kortet i min plånbok väl synligt. Om jag faller kan personer, som inte känner mig hitta min identitet där samt AKUT-kortet, som visar hur man upptäcker om det är stroke/slaganfall jag drabbats av.

Orsaken till att Örebro läns SPF-distrikt tagit fram korten är att Örebro län ligger ganska högt när det gäller strokefall - 314 per 100 000 personer att jämföra med Malmö, där siffran är 225 per 100 000.

Detta kanske låter dystert, men i takt med att kunskapen om slaganfall ökat, har antalet personer, som överlever och får lindrigare följder blivit fler. Och det är ju inte dystert, utan positivt!

Men jag vill inte bara tala om sjukdom i min spalt, det gäller ju att njuta av livet också - läs vår

klubbmästares förslag till njutningar som också finns i detta nummer! Lars Hörman har många idéer: från pralintillverkning till vin- och whiskyprovning, allt efter tycke och smak. Att tillverka praliner mellan Lucia och jul låter väl inte så dumt? Och hur vore det med dans till "stenkakor" med Lars som discjockey? Vi går mot mörka tider och då ska vi se till att ha litet roligt! Vi behöver nog litet mer fest i SPF!



*Kajsa Werner*

## Viktigt meddelande till alla funktionärer!

I juni skickades brev till alla funktionärer med inbjudan till funktionärsträffen. Där fanns också som alltid ett papper att fylla i till valberedningen om det fortsatta engagemanget.

Av någon anledning, som ingen ännu kan förklara, har många funktionärer inte fått detta brev. (Har posten tappat bort dem?)

Om du hör till dem som inte fick brevet och därmed inte heller bladet från valberedningen, **hör av dig till expeditionen så snart som möjligt** (tel. 302 40) och berätta om du vill fortsätta med din nuvarande uppgift, eller om du kanske vill pröva på något annat. Du kan förstås också kontakta den som ansvarar för ditt område.

Valberedningen har som alltid ett stort jobb med att få alla funktioner besatta, och vi andra måste göra vad vi kan för att hjälpa till.

Du som ser detta och ännu inte har någon uppgift, tänk efter vad **just du** kan göra för nytta och hör gärna av dig till expeditionen eller till någon i styrelsen!

Det är faktiskt roligt att känna att man behövs. Till exempel: Att koka kaffe och duka, att fatta beslut i styrelsen, att sätta ihop en tidning eller att dela ut tidningen som brevduva, alla funktioner är lika viktiga om det ska bli något resultat!

## Ta loss kortet nedan och förvara i din plånbok!

Om ni behöver **mer än ett kort**, så finns det fler att hämta på exp. Ring dit, tel 302 40 om du inte har möjlighet att själv hämta ett kort.

På sid. 13 finns en artikel från distriktet som informerar mer ingående om stroke. Läs den!



# Funktionärsträff med underhållning och information

Årets funktionärsträff hölls den 30 augusti, som vanligt (på senare år) på Folkhögskolan.

## Musikunderhållning

Efter en välsmakande lunch samlades de ca 65 deltagarna i aulan och vår ordförande, Kajsa Werner hälsade deltagarna välkomna.



*Kajsa Werner.*

Den första programpunkten var underhållning och för den stod två duktiga musiker, Lars-Erik Paulsson från Karlskoga och Göran Arnelid från



*Göran och Lars-Erik, ett par samspelta musiker.*



*Lars-Erik i högform med saxofonen.*

Degerfors. Lars-Erik är mycket mångsidig och spelade mandolin och saxofon (mest alt men även baryton). Han visade också att han sjunger bra, och Göran ackompanjerade utmärkt på gitarr.

Vi fick vara med om en musikalisk resa i både tid och rum. Lars-Erik inledde med "En liten gåsapåg från Skåne" (han kommer från Hälsingborg).

Mellan sång- och musiknumren berättade han mycket underhållande från sin egen musikaliska bana och en hel del om jazzmusik. Några milstolpar var 1950, då han fick sin första mandolin och 1955, då han köpte en altsaxofon av en italienare som också lärde honom spela. Vi fick höra många av de kända jazznamnen: Bill Haley, Miles Davis, Dizzy Gillespie och Charlie Parker, för att nämna några.

Som de flesta av oss minns, så var dansmusiken jazz på den här tiden. Jazzen utvecklades sedan så

att den inte längre var dansbandsmusik. Sten & Stanley var till exempel först jazzorkester och blev så småningom ett dansband av annan karaktär och flera andra gick samma väg.

I Lund var Lars-Erik med i en grupp som spelade 20-talsjazz. Som exempel fick vi höra den välkända Dinah.

Den allra sista låten var Novelty Accordion som Lars-Erik spelade med bravur på mandolin. Det var till Per-Olov Backmans ära, för han hade mycket bestämt önskat den låten.

## Information från olika verksamheter

**Christer Lasson** informerade om vad som finns på vår hemsida.

**Kjell Selander** berättade om kommande Månadsmöten, där ett besök av Marian Väpnargård står närmast på tur. Hon kommer att berätta om prästgårdar. För alla Vetgiriga Veteraner kommer i oktober information om sällsynta jordartsmetaller som vi har tillfälle att läsa om i detta nummer av Månadsnytt.

**Majken Lasson** berättade om kommande aktiviteter på lördagsträffen. Den 8 oktober får vi besök av Eva Dällerud.



*Britt-Marie Danielsson.*

**Britt-Marie Danielsson** berättade om KPR där vårt deltagande innebär en länk till kommunens nämnder och förvaltningar. KPR har två möten på våren och två på hösten. Det finns tillfälle till samråd och det ges information, som rapporteras i Månadsnytt.

**Berit Greek** var fram till denna dag den enda som fanns kvar i valberedningen, och hon var i stort sett beredd att ge upp det hela om inga flera ställer upp. Efter ett kraftigt upprop om hjälp anmälde sig Gunnel Carlstedt som villig att delta. De tidigare deltagarna i valberedningen, Lennart Avesand och Anders Jones lovade också att ställa upp.



*Jan-Olof Forsling.*

**Jan-Olof Forsling** är samordnare för Friskvården och berättade om projektet Passion för livet. Det har också bildats en vattengympagrupp, och projektet Easyline som startade i våras, kommer att ha 2 grupper i höst.

**Marianne Cornelid** berättade om kommande resor. En tur till Värmlandsoperan i Karlstad i oktober och en julmarknadsresa i november står på programmet. Det kom under denna punkt fram önskemål och flera dagsutflykter, som inte är alltför ansträngande.

**Curt Konradsson** informerade om vår utställning som vi bland annat har haft på flera platser i Karlskoga under den s.k. SPF-veckan.

## Frågor och diskussion

Efter dessa programpunkter fanns tillfälle till frågor och diskussion. Det hade till stor del klarats av under de olika punkterna och träffen avslutades programenligt vid 16-tiden.

*Text: Birgitta Hede*

*Foto: Allan Hede*

# Trubaduren Rune Blidh var här igen

Vi som inte såg och hörde Rune Blidh i mars fick på Månadsmötet i september en andra chans. Uppslutningen från oss SPF-are var betydligt bättre denna gång och Runes uppläggning av programmet var ungefär lika som förra gången. Före kaffet var det egna visor med gitarr, munspel och sång (allt framfört av Rune själv), samt dikter och historier och efter kaffepausen kom ett kollage av visor av våra främsta diktare och sångare. Rune skämtade även om de moderna tingen, som t ex mobiltelefonen, internet etc. Sedan förra besöket har Rune också kommit ut med en ny bok, "Det kommer alltid en vår", ur vilken han läste några roliga verser och historier.



*Rune Blidh i full aktion.*

Här följer inte något referat, utan i stället hänvisas till Månadsnytt nr 3, där Birgitta Hede ger en fullödig beskrivning av Runes framträdande. Man håller gärna med henne om att hans framträdande var väl värt ett besök.

När man lyssnade till hans kluriga visor och underfundiga verser om vardagens små förtretligheter och andra händelser, så kände man verkligen igen sig. Man kommer också osökt att tänka på Gunde Johansson med sina visor och historier. En skillnad finns dock mellan de två: Gunde kunde hålla på i det oändliga och fick nästan fösas av scenen men Rune hade lite mera disciplin i detta avseende i sitt framträdande. Ett hjärtligt tack, Rune, för en bejublade repris.

*Text och foto: Roland Ekelund*

**Månadens trafikspalt** informerar om olika slags drivmedel, något som påverkar de flesta av oss på ett eller annat sätt:

## Drivmedel, en översikt

På 60-talet kom Fiat med en bensinsnål bil som enligt reklamen skulle förbruka endast 0.5 liter per mil. Annonsern hade rubriken: "Vilken bil skall Du ha när bensinen kostar över 4 kronor litern?" Den gränsen överskreds snart och nu är vi på väg att passera 15 kronor per liter. Det allmänna prisläget står för en stor del av höjningen men en viktig faktor är som alltid tillgång och efterfrågan på s.k. fossila bränslen, bensin och diesel.

## Förnybara bränslen

Bilindustrin och trafikorganisationerna insåg behovet av ersättning för fossila bränslen, och man tog fram bilar för s.k. förnybara bränslen. Först var Ecodrive-motorer som körs på **etanol** (E85) med 15 % bensin. Etanolen framställs av vete, avfall från massaindustrin och sockerrör. Eco-motorn kan även köras på ren bensin.

RME (rapsmetylester) är ett **biobränsle** som tillverkas av raps eller ryps för dieselmotorer.

**Biogas** framställs genom nedbrytning av kompost och organiska produkter, vilket ger metangas. Gasdrivna fordon, såsom taxi och lokalbussar, används mest i stadstrafik. Man planerar att uppföra en biogasanläggning i Karlskoga.

## Elbilar

Elbilar går helt på **elektricitet** och laddas genom att en kontakt kopplas in på elnätet. Dagens elbilar kan köras relativt korta sträckor (cirka 150 km) och lämpar sig väl för närdistribution samt pendlingsresor.

I **elhybridbilar** kombineras en vanlig förbränningsmotor med en eller flera elmotorer samt ett batteri för att lagra energi från motorn och vid inbromsningar.

*Per-Olov Backman  
Trafikombud*



# Vår vackra fjällkedja – en bildserie med geologiska kommentarer

Lördagen den 10 september var det Geologins dag, som anordnas den andra lördagen i september. Allan Hede, som är en mycket duktig och intresserad geolog, tog oss med på en vacker och lärorik resa i vår fjällvärld. Han hade själv tagit merparten av bilderna, bland annat från en kryssning i maj och från en fjällvandring i augusti i år.

”Vår” fjällkedja, den Skandinaviska bergskedjan, ligger till större delen i Norge och sträcker sig från Nordkap i norr till Stavanger i söder. Den är en del av den Kaledoniska bergskedjan som omfattar delar av nordvästra Irland, bergsområdena i norra Skottland, Nordgrönland, den Skandinaviska fjällkedjan och en nordamerikansk del, Appalacherna. Den europeiska delen är 260 mil lång och dess högsta topp är Galdhøpiggen. Kaledoniska bergskedjan bildades för ca 500 miljoner år sedan då den nordamerikanska plattan kolliderade med den europeiska. Då pressades Europas randzon ner under Nordamerikas och det mellanliggande havet försvann. Avsättningar från havsbotten sköts upp och in över Europa i stora berggrundssjok, så kallade skollor. De transporterades hundratals kilometer in över kontinenten och hamnade ovanpå varandra och bildade en bergskedja.

Skollorna indelas i undre, mellersta, övre och översta skollberggrunden. Beroende på omvandlingsgraden i samband med överskjutningarna har de bildade bergarterna fått olika karaktär. Detta är orsaken till att fjällen i Sarek är högre och vildare än i Padjelanta och övriga lapplandsfjäll intill gränsen.



Gränsfjället Sipeke söder om Stekenjokk. (Lättillgängligt fjällområde på svenska sidan.)

För ca 100 miljoner år sedan var fjällkedjan till stor del nederoderad, men den trycktes upp 1 – 2 km, då Alperna bildades. Lofotenfjällen har fått sin alpina karaktär genom att de inte har varit helt täckta av is.



Reine på Lofoten.

Vi fick se geografiska tvärsnitt av fjällkedjan, t.ex. Narvik – Kiruna, där Allan kommenterade och förklarade de olika områdena allt kompletterat med vackra och talande bilder.



Rombakfjorden från malmbanan öster om Narvik.

Mycket av de geologiska förklaringarna bygger på relativt nya teorier som gäller idag. Allan påpekade att när han studerade geologi för 50 år sedan var sanningen delvis annorlunda. Nu tror man att jordytan består av tolv kontinentalplattor som rör sig mot varandra och orsakar vulkanutbrott och jordbävningar. Detta förklarar också kontinentaldriften. Vår platta har t.ex. för väldigt länge sedan legat vid ekvatorn!

Allan hade också ordnat en utställning med bergarter och mineral som man kunde fördjupa sig i. Programmet hade lockat många besökare. Det var fullsatt på Träffenlokalen denna lördagsförmiddag.

Text: **Majken Lasson**

Foto: **Allan Hede**



*Vi finns, om  
du behöver oss!*

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

Varmt välkommen !

Värmlandsvägen 2  
Karlskoga  
Tel: 0586 - 534 10

**FONUS**

Jour dygnet runt • fonus.se

*Var finns ditt testamente?*

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.



*Familjens jurist*

www.familjensjurist.se

**Vi tycker att hösten är värd att fira!**

*Amandas  
Blommor*



**Sandvikens Köpcentrum, Karlskoga • Telefon 348 05**

Öppet: Måndag-fredag 9-18. Lördag 9-13

**Ta med annonsen till butiken  
så får Du 10 % rabatt på ett köp!**

Gäller t.o.m. 15 oktober.

**Välkomna in!**

*Amanda med personal*



## Månadsmöte

Tisdagen den 4 oktober kl. 14.00  
i Missionskyrkans samlingsal

### Program:

Marian Väpnargård –  
**PRÄSTGÅRDEN**

– som lärdomsäte och kulturcentrum

#### Så här presenterar Marian sitt föredrag:

Alla har vi en något ibland idylliserad bild av prästgården på landet. Många av våra stora författare, målare och psalmdiktare har växt upp där – Linné, Swedenborg, Tegnér för att nämna några. Ingmar Bergman och Göran Tunström är mer sentida prästsöner.

En tradition sedan medeltiden gick i graven 1987 då tjänstebostadsvånget upphävdes. Prästgårdarna blev i stället hembygdsgårdar, restauranger eller butiker på landet. Många har blivit privatbostäder och ofta okänsligt restaurerade. Därför kan man inte besöka prästgårdarna. En viktig del av vårt kulturarv har försvunnit.

Jag bor själv på en gammal prästgård – byggår 1750. Och jag har en rik erfarenhet av prästgårdslivet eftersom jag bott i åtskilliga, under min man Hans tid som präst i Värmland samt på andra platser.

Just nu undersöker jag och skriver en del om prästgårdarnas historia. Något som ska bli en bok så småningom. Detta vill jag bl. a. berätta om!

Kaffe, smörgås, kaka och lotterier samt trevlig samvaro. Anmälan till exp tel 302 40 senast dagen före.

Välkommen till ett bildande och intressant föredrag.

*Kjell Selander*

## Lördagsträffen

8 oktober kl 10.00

På Kulturskolan finns Kulturkul, där barn och ungdomar med funktionshinder kan få anpassad undervisning i teater, dans, musik, bild och form.

Gruppen har gjort fyra föreställningar med musik, dans och teater och planerar nu för den femte.

Teaterpedagogen Eva Dällerud besöker Lördagsträffen och berättar om arbetet som pågår och visar vad som gjorts tidigare.

Hon börjar sitt föredrag kl. 11.

## Vetgiriga veteraner

Tisdagen den 18 oktober kl. 14.00  
i Missionskyrkans samlingsal

### Program:

Allan Hede berättar om  
**Sällsynta jordartsmetaller**  
– nyckelmaterial för grön teknik

#### Så här presenterar Allan sitt föredrag:

De sällsynta jordartsmetallerna är 17 kemiskt mycket lika metaller. De har i vissa avseenden mycket speciella egenskaper som gör dem intressanta för bl.a. den gröna tekniken. Så här beskrevs de (REE = Rare Earth Elements) i ett nyhetsbrev från SGU (Sveriges Geologiska Undersökning):

”REE är viktiga i vårt moderna samhälle. De används i katalysatorer som minskar utsläppen från fordon, i specialmagneter i hybrid- och elbilar, i vindkraftverk, solceller, mobiltelefoner, lågenergislampor m.m.

Men ny, grön teknik kommer att efterfrågas i stor skala när energi- och transportsystemen skall ställas om för att möta miljö- och klimatutmaningarna. Eftersom REE behövs i de miljötekniska produkterna förutspås en stor efterfrågan på dessa metaller i framtiden.

I föredraget kommer utöver en allmän beskrivning av metallerna även deras upptäckthistoria att beröras. Beträffande metallernas användning behandlas följande:

- Magneter för elbilar och vindkraftverk
- Legeringar för batterier och vätelagring
- Katalysatorer för avgasrening och synteser
- Jättemagnetostriktiva material

Kort berörs även deras möjliga användning i solceller, supraledare, kylskåp m.m.

De geologiska förutsättningarna för att hitta sällsynta jordartsmetaller i närheten av Karlskoga kommer att diskuteras med tanke på pågående geologiska undersökningar av Botnia Exploration. Även eget FoU-arbete på dessa metaller kommer att beröras.

Kaffeservering och samvaro.

Anmälan till exp. tel 302 40 senast dagen före.

Välkomna till ett intressant, lärorikt och aktuellt ämne.

*Kjell Selander*

# Frågor till alla medlemmar!

Frågorna blev aktuella på funktionärsträffen. Men medlemmarna är ju många fler och det här är kanske enda sättet att nå alla (eller så många som möjligt).

## Vilken typ av resor ska SPF göra?

Man kan tänka sig många typer av resor. Här är några exempel på resor vi har haft och som också planeras.

**Dagsturer** med besök på intressanta platser. Här finns möjlighet till både natur och kultur t.ex. studiebesök.

**Teaterresor** till Stockholm eller andra orter.

**Längre resor** med olika upplevelser, i Sverige eller utomlands.

Lämna in dina förslag och synpunkter till Marianne Cornelid, tel. 0586-505 98 eller mail: maricorn5566@msn.com.

## Vilka andra aktiviteter saknar du?

Vi har många aktiviteter, som gäller motion, studiecirkel etc. Men du kanske saknar något? Här finns utrymme för kreativa förslag. Du kanske saknar en studiecirkel inom ett visst område, eller du kanske själv skulle vilja leda en cirkel.

Vad sägs om t.ex. sångkör eller teatergrupp?

Ta kontakt med expeditionen (tel 302 40) eller någon i styrelsen! De kan slussa dina förslag vidare.

---

## Frågor från Lars Hörman

Vår nya klubbmästare, eller "festgeneral" som han själv kallar sig, heter Lars Hörman. Han kom med många idéer på det senaste styrelsemötet och här presenteras några.

**Rosendals festgård** (ligger mellan Åsbro, Röneshytta och Snavlunda), 1 busslunch i slutet av nov eller början av dec. Kostnad 230 kr/pers om vi fyller en buss på 50 st.

**Svartå herrgård** (eller annat förslag) **julbord**, 495 kr/pers + transport.

**Baka julpraliner** med Mattias Färenmark. Det blir mellan Lucia och jul, mer info och anmälan i nästa nummer av Månadsnytt.

Loka brunn: **Ölprovning** (Spendrup äger nu Loka).

Grythyttan: **whiskyprovning** (Lillkyrka), rundtur i destilleriet, provsmakning (4 sorter) pris ca 300 kr/pers vid full (haha) buss.

Restaurang Pärлтuppen (jan - feb), **vinprovning** med tilltugg.

Har ni andra förslag som ni skulle vilja ha förverkligade? Det kan vara så enkelt som att jag är "diskjockey" på ett antal stenkakor som vi kan gissa och dansa till.

Intresseanmälan önskas. Hör av Er till "Er festgeneral" Lars Hörman, tel. 0586-535 21 eller mail: lars.hoerman@telia.com.

## Kulturrundan startar den 12 oktober

På Solbringen ansvarar SPF för viss service, hittills har jag gjort det ensam varannan onsdag 14.00-16.00 sedan två år, men man behöver vara två + en ersättare.

Tidigare förfrågan om hjälp i Månadsnytt gav inget napp. PRO svarar för servicen vid Kulturrundan på Torpdalen, Nickkällan och Bergmästaren, och har inga problem med att få folk som ställer upp, vilket nogsnamt påpekats för mig.

## Finns det några som kan tänka sig att hjälpa till?

Det är ingen betungande uppgift att hälsa aktuell underhållare välkommen, servera kaffe och tacka den som svarat för programmet. SPF ska väl inte vara sämre än PRO, eller hur? Jag introducerar naturligtvis dem som ställer upp i arbetsuppgifterna. Hoppas på trevligt samarbete!

*Kajsa Werner*

# Den heliga Birgitta – omvärderat helgon?

Sammanställt av Bertil Edling

Oktober står för dörren och har vi tur inleds den med en vacker brittsommar, så benämnd efter Den heliga Birgitta. I våra dagar är det drygt 600 år sedan hon gick ur tiden, men fortfarande är hon den internationellt mest kända personen i vår brokiga medeltidshistoria. Varför? Det finns flera skäl att peka på. Hon grundade en klosterorden, **Birgittinorden**, som fick stor betydelse och spridning i många länder.

Moderklostret förlades som bekant till Vadstena och blev ett viktigt andligt och kulturellt centrum för hela Norden. Dels väckte hennes märkliga ”himmelska upplevelser” med syner, röster och senare uppenbarelser, s.k. ”**revelationer**” stor internationell uppmärksamhet och gjorde starkt intryck både i hennes samtid och eftervärld. Och slutligen blev hon vårt enda ”riktiga” **helgon** som påven i Rom godkände.

Birgitta kom från en av 1300-talets rikaste och mest högättade familjer. Hon fick en gedigen uppfostran. De dagliga legendläsningarna som ingick i överklassens dåtida ”skolundervisning” utvecklade hennes religiösa anlag och grundlade en extatisk och visionär läggning. Hon lär ha varit endast sju år när hon fick sin första ”syn”. Som ung bortgiftes hon med en ”välfrejdad man”, Ulf Gudmarsson som senare blev lagman i Närke. Så kallade kungen, Magnus Eriksson, Birgitta till sig som hovmästarinna. Hon reagerade snart mot det glättiga hovlivet och kom senare att med bitande ironi gissla kungafamilj och hov. Samtidigt anslöt hon sig oreserverat till stormännens opposition och kritik mot kungen, ty hon var även politiskt medveten och aktiv.

Tillsammans med maken gjorde hon en pilgrimsfärd till Spanien och fick då kontakt med tidens stora politiska frågor. De kom sedan att dyka upp i hennes uppenbarelser. Kort efter hemkom-

sten till Sverige dog maken. Hon genomgick då en kris. Efter denna började hennes omtalade gudomliga uppenbarelser, ”revelationer”. Hon lät sin vigselring begravas med Ulf, klädde sig i grova kläder, spåkte sig och hängav sig åt grubblerier. Antalet uppenbarelser tilltog och hon kände sig kallad att vara ”Kristi brud och språkrör” för sina himmelska röster, och föra ut deras budskap till dåtidens makthavare – oavsett vad de tyckte om dem och oavsett om de var falska och kränkande. ”Rösterna” blev nedtecknade, översatta till latin, och

fingranskades senare av lärda teologer och kyrkomöten och fastslogs **vila på den gudomliga uppenbarelserns grund**, d.v.s. de var oantastliga. Hennes anseende och berömdhet växte oavbrutet. Redan innan hon gick ur tiden (1373) betraktades hon som helig. Helgonförklarad blev hon av påven dock först **den 7:e oktober 1391, ”Birgittadagen”**.

Mer än 600 år har nu gått och den på Birgittas tid allena rådande katolska kyrkans uppfattning har förlorat sin dominerande ställning. Den bröts hos oss med reformationen och under de följande århundradena växte då fram en bild av Birgitta som snurrig, epileptiker, galenpanna etc. etc. Numera är vi tämligen överens om att det

inte heller blev rätt – ty oavsett vad vi tycker om uppenbarelseböckerna så återspeglar hon sin tidsålders tankar om vår tillvaro och den mänskliga andens mysterier på ett värdefullt sätt som vi ”upplysta nutidsmänniskor” borde kunna ha både en viss sympati och förståelse för. Till detta kommer hennes insats som en av de stora klostergrundarna. Kanske vi kan sammanfatta hennes livsgärning i dag med samma omdöme som Runeberg i ”Fänrik Ståls sägner” gav en annan hederskvinna, nämligen:

*”Något tålte hon skrattas åt  
men mera hedras ändå”*



*Känt träsnitt ur Birgittas Revelationer:  
Birgitta till häst ser en munk som är på väg till  
himlen för att disputera med Gud.*



ABC DATA **Etab Data**

0586-50380 Skogsbovägen 4 C, KARLSKOGA

**Bildskärm till  
specialpris**

Acer V193HQVb

18.5"/5 ms/16:9



**Pris: 695:-** inkl moms

Priset gäller tom Oktober eller så länge lagret räcker.

**Bondens egen butik**

Ägg • Kött • Ost  
från Granhammar

Te och kryddor  
Venus- och Årechoklad  
Bröd och marmelad m.m.  
Presenter

**Härliga stickgarner från  
Marks, Kattens, Sandnes,  
Järbo och Hjertegarn**

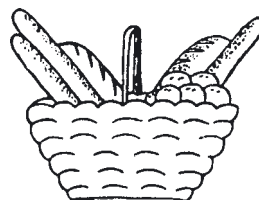
**Stickcafé**

Mån 10-13 och tis 13-16



Mån-fre 10-18, lör 10-14

  
**Konditori  
Köp-City**



Sandviksvägen 12  
Karlskoga  
Tel 305 08

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

**Larssons Mode**

Sandviksvägen 10, KARLSKOGA

TEL 40377

[www.larssonsmode.se](http://www.larssonsmode.se)

*Titta gärna in!*

## Nedanstående information kommer från Örebrodistriktet av SPF.

# Till samtliga SPF-föreningar inom Örebro län

Stroke är samlingsnamn på hjärninfarkt – blodpropp i hjärnan – och hjärnblödning. Stroke kan bli mycket allvarlig och måste omgående behandlas på sjukhus. Snabba åtgärder kan begränsa omfattningen av hjärnskador och handikapp.

Stroke förekommer i alla åldrar, men risken ökar med stigande ålder. Kvinnor och män drabbas i ungefär samma utsträckning. Men kvinnor insjuknar i allmänhet senare än vad män gör. Medelåldern för män är 73 år och för kvinnor 77 år.

### Kommer blixtnabbt

Stroke kommer ofta blixtnabbt och inte sällan helt utan förvarning. Från att ha varit helt frisk får personen inom loppet av några sekunder eller minuter kraftiga symptom. Men det händer också att spåren av stroke växer fram stegvis under ett dygn eller ännu lite längre tid.

### Vanliga symptom

Stroke yttrar sig ofta som en plötslig känselnedsättning eller förlamning av kroppens ena sida, eller som förlust av synfältet i någon riktning. Tal-svårigheter är också ett vanligt symptom. Det kan vara svårt att formulera ord eller att förstå vad andra säger.

I vissa fall kan insjuknandet vara mindre dramatiskt med lindriga eller till och med övergående symptom. Inte sällan sker insjuknandet under natten och personen vaknar med symptomen. En annan ganska vanlig situation är att symptomen börjar och att den drabbade då går och lägger sig i förhoppningen att de ska gå över av sig själv.

### Bråttom till sjukhus

Kunskapen om att det är lika bråttom till sjukhus vid stroke som vid hjärtinfarkt är inte lika spridd. Delvis kan avsaknaden av smärtor, särskilt vid propputlöst stroke, vara orsak till att man inte blir lika oroad.

### Ofta smärtfritt

Insjuknandet är i regel smärtfritt, utom vid främst subaraknoidalblödning vars vanligaste symptom är en akut, sprängande huvudvärk, ofta i kombination med kräkningar och påverkan på medvetandet. En person med subaraknoidalblödning får en retning på hjärnhinnorna och blir ”nackstyv”, det går inte att sätta hakan mot bröstet. Eftersom blödningen kan bryta igenom hjärnhinnan och komma in i hjärnan kan vanliga strokesymptom också uppstå.

### Ring 112

Precis som vid hjärtinfarkt är misstänkt stroke och TIA (\* se fotnot) alltid att betrakta som akuta tillstånd. Det är av yttersta vikt att den som drabbas fortast möjligt kommer till akutmottagningen på närmaste sjukhus.

SPF Örebrodistriktet ser mycket allvarligt på strokesymptomen och har därför beslutat att varje medlem i Er förening skall ha kunskap om och hur man känner igen STROKE och TIA (\* se fotnot) genom att göra en AKUT-test.

SPF Örebrodistriktet

*Roland Edlund*

Ordförande

\* (TIA innebär en tillfällig och ofta snabbt övergående syrebrist i något av hjärnans blodkärl)

### OBS!

**Ta vara på AKUT-kortet  
som finns på sidan 3.**

# Hallå, försäkringsbolag, kommunledning och veckoblaskor: Hur står det till egentligen?

Jag läste häromsistens om den kvinnliga pensionären, som haft inbrott i sitt hem, när hon själv var bortrest.

Kvinnan hade ett s.k. trygghetslarm, där man lämnar ifrån sig en nyckel till hemmet till den institution (brandkår, hemtjänst etc.) som skall rycka in och hjälpa i nödsituationer. När hon tog kontakt med sitt försäkringsbolag fick hon till sin häpnad höra, att hon tyvärr inte kunde få någon ersättning för det som stulits. Orsak: Hon hade en nyckel till hemmet utlämnad till i detta fall hemtjänsten!

Egentligen borde försäkringsbolag inse att ett trygghetslarm med åtföljande nyckelutlämning säkert sparar en hel del pengar åt dem, genom snabba ingripanden t.ex. vid olycksfall i hemmet. Vi bör nog ta kontakt med våra försäkringsbolag och höra vilken policy som gäller för dem i våra hemförsäkringar!

Ibland undrar jag hur det står till bland de herrar och damer som sitter i vår kommunledning och hur dom tänker. Att gå omkring i centrum runt torget gör ingen människa glad, överallt gapar tomma affärslokaler.

I socialnämnden diskuteras nedläggning av dagvården på Nickkällan och Bergmästaren, en verksamhet som aktiverar sjuka människor och erbjuder en välbehövlig avlastning för vårdande anhöriga.

I det här läget överväger ansvariga politiker att om c:a 2 år inleda byggandet av ett "centrumstråk" från torget till Skolgärdet! Längs hela "stråket" skall det finnas lägenheter i hus där bottenvåningarna har små trevliga affärer, caféer etc. Ja, det är ingen hejd på hur fantasin flödar – men hallå, finns det ingen som har markkänning?

Låt oss hoppas att någon klok person i vår kommunledning tittar på hur populationen ser ut: hur många pensionärer det kommer att finnas, hur många barn o.s.v. Att se över och åtgärda byggnation (reovering) av skolor och äldreboenden måste väl vara prioritering nr ett!

Hur aktiv är kommunen då det gäller att marknadsföra Karlskoga idag? Vad vi behöver är fler industrier och verksamheter, som genererar nya jobb. Då kanske vi t.ex. kan få de unga att stanna kvar i Karlskoga.

Men nu till något helt annat: Jag läser massor av tidningar utan någon som helst urskillning. Just nu presenterar t.o.m. de mest seriösa blaskor senaste nytt om MAGEN! Den fotograferas från alla vinklar och vrår. Männe vår kronprinsessa misstagit sig då det gäller tiden för födseln, hon är ju redan ganska rund om magen, blir det tvillingar kanske! Ja, det är ingen hejd på spekulationerna. Någon tidning hade t.o.m. gjort sig besväret att inventera lämpliga framtida äktenskapskandidater i de europeiska kungahusen, där ju återväxten är god. Puh, hur orkar dom?

När jag ser våra båda prinsesssystrar kommer jag att tänka på "Spara och Slösa". Ni har väl alla i småskolan fått tidningen "Lyckoslanten" som Sparbankerna delade ut gratis i skolorna en gång i månaden. Där kunde vi följa de båda systrarna Spara och Slösa – den ena var urprätig och målmedveten (Spara förstås) och den andra (Slösa) var en tanklös och ytlig liten slarva. Ja, en sak är säker: Våra kungabarn borde få en särskild lön från alla de tidningar som mer eller mindre lever på att rota i de här unga människornas liv!

Nu skall min rollator och jag ta en liten stärkande promenad i ett (faktiskt) riktigt grant höstväder!

Ha det bra!

Ulla



Ur  
Gunilla Dahlgrens  
Ingen ålder för en  
domkyrka



# ? Gåtfullt ?

av Birgitta Hede

Här kommer några nya öar. Som vanligt kan stavningen avvika.

1. Dit kom man förr när psyket krånglade + där hamnar så småningom varenda värmlänning
2. Frakta en portion med båt
3. Affärskedja med kristen symbol
4. Tjäderlåt i jordbruksredskapet
5. Metallstång är gjord av järn
6. Här måste man gå i trapporna
7. Vacker behärskar operastycke
8. Samekvinna med namnsdag 8 september
9. Kall gammal skald



(Ber om ursäkt för nr 1 som kan verka vulgär i del 1 och dialektalt burdus i del 2.)

Lämna svaren på SPF:s exp. senast fredag 14 oktober även om Du inte löst allt. Du kan också skicka mail till: hede.birgitta@telia.com.

**Vinsten lottas ut bland alla som har 6 rätt eller mer.**

Svar och vinnare i nästa nummer.

## Svar på gåtor i augustinumret

1. Lodjurets instämmande nickning **Katja**
2. Utrop när hon har hittat det hon ville ha **Sonja**
3. Hon lyfte de nakna **Barbara**
4. Stjäla kadaver **Asta**
5. Ett ensamt m **Malena**
6. Snabbflyg med ädelfisk **Harriet**
7. Vill hon vilodagen **Helga**
8. Vårt lag kom först! **Vivan**
9. Spelar hon i orkestern **Viola**

Vinsten lottades på **Ritva Ståhlberg-Larson**, som får hämta 2 st. Trisslotter på SPF exp.

En speciell ursäkt till förra månadens vinnare: Det fanns inga trisslotter på exp. men han har fått dem per post. Det är helt och hållet gåtörfattarens fel.

Sir Henrys vän trafikpolisen berättar ibland lite från sin vardag på jobbet. En dag stoppade han en kvinnlig bilist och sa:

– Jaha, lilla damen, det är fartbegränsning här och ni har kört mer än 90 km i timmen. Det blir dyrt det här!

Damen:

– Men snälla konstapeln, jag har ju inte ens varit ute en timme!



## Lite mer från trafiken:

Den beskäftige trafikkonstapeln:

– Inte får ni åka cykel med händerna i byxfickorna!

Den lite upprymde cyklisten:

– Det gör väl ingenting. Det är vår Herre som styr.

– Jaså, så mycket värre, då åker ni ju två på en cykel!

– Vi har visst fått punktering. Vill du gå ut och titta efter hur däcket ser ut?

– Det är inte så farligt. Det är lite platt, men bara på ett ställe.

– Ni får sluta som chaufför hos mej, idag var det andra gången på två veckor som ni höll på att köra ihjäl mej.

– Ja men snälla direktörn, jag kan väl få en chans till!

När en man stiger ur sin bil, går runt och öppnar dörren och hjälper sin fru ut, då kan man vara säker på att antingen bilen eller frun är nyan-skaffad.

**Dä känns gôtt ôm  
en inte blir bôrtglômd  
när en hôller på  
å bli gammel.**



*Ur Moe rart å grônne på  
av Gunnel och Kjell Swärd*

# SPF:s resekommitté inbjuder till Musikalen "CRAZY FOR YOU" på Värmlandsoperans stora scen



22 oktober. Fullbokad.

## Julmarknadsresa till Dagsnäs slott

17 november. Pris: 540 kr

På Dagsnäs Slott arrangeras traditionsenligt "Julmäsas" med ca 100 utställare. Här finns yrkesskickliga hantverkare, närodlade delikatesser och ett gediget program. Vi får smörgåsar och kaffe serverade i Stallcaféet. Efter besöket på julmässan åker vi till Löfwings Ateljé och Konstcafé, där vi blir serverade mat, men blir också guidade av konstnären Göran Löfwing. Hans bilder är bland de bästa naturmotiv man kan se i Sverige. Vi avslutar dagen med ett besök på Falbygdens Ost, där det också är julmarknad med massor av ostar och andra delikatesser. I priset ingår: Bussresa, inträde till Dagsnäs Slott, julsmörgås med kaffe, lunch och guidning hos Löfwings.

## Lerbäcksteatern

9 december. Pris: 685:-

Lerbäcksteatern visar i höst "Det femte mordet" en deckare i dansbandsmiljö.  
I priset ingår: Bussresa, teater och en 3-rättersmiddag.



## Göteborgsoperan: "WEST SIDE STORY"

18 februari 2012. Mer info i nästa nr av Månadsnytt

Den har kallats "världens bästa musikal" och har sedan urpremiären 1957 setts och älskats av människor över hela världen. Baserad på Shakespeares Romeo och Julia är det en tragisk kärlekshistoria i storstadsmiljö med två rivaliserande ungdomsgäng i fokus.

**OBS! Anmälan snarast, dock absolut senast 15 november.**

*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](mailto:maricorn5566@msn.com)

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

Resekommitténs bankgiro: 885-2634

**Allt under  
ett tak!**

Öppet alla  
dagar 8-21

**Telefon 676 70**

**MAXI**  
**ICA STORMARKNAD**  
**KARLSKOGA**