

# Månadsnytt

SENIORERNA

Karlskoga

Nr 1 – Januari 2016

Årgång 32



*Vinterbild från Lunedet. Foto: Jan Sjögren.*

**Bofors eldrör  
har en lång  
historia.  
Läs på sidorna  
3 till 5**

**Läs på  
sidan 12  
om  
en resa till  
Andalusien**

**Rapporter  
från matrådet  
och KPR  
Läs på sidorna  
13 och 16**

# Almanackan

(Sparas till nästa nummer av Månadsnytt)

**Manusstopp för nästa nummer av Månadsnytt fredagen den 12 februari kl. 16.00.  
Distribution fredagen den 26 februari.**

**Måndag 1 februari kl. 14.00**

**Träffen.** Stickkafé.

**Tisdag 9 februari kl. 14.30**

**Årsmöte.** Solbringens matsal.

**Leif Lindén underhåller.** Se notis!

Anmälan till exp. tel. 302 40 senast måndag  
8 februari kl. 11.30.

**Måndag 15 februari kl. 14.00**

**Träffen.** Stickkafé.



**Tisdag 23 februari kl. 14.30**

**Vetgiriga Veteraner.** Solbringens matsal.

**Integration i Karlskoga Kommun.**

Anmälan till exp. tel. 302 40 senast måndag  
22 februari kl. 11.30.

**Måndag 29 februari kl. 14.00**

**Träffen.** Stickkafé.

**Tisdag 8 mars kl. 14.30**

**Månadsmöte.** Solbringens matsal.

Program: kommer i februarinumret.

Anmälan till exp. tel. 302 40 senast måndag  
7 mars kl. 11.30.

## Till alla som skickar material till Månadsnytt

Det är bra om ni vill mejla till M-Nytt's egen mejladress [m-nytt@spfkarlskoga.se](mailto:m-nytt@spfkarlskoga.se)

Då kommer det till alla i redaktionen och riskerar inte att bli liggande hos någon som är sjuk, bortrest eller har råkat ut för datorkrångel.

Mejladressen finns alltid i faktarutan på sidan 2.

## Vi påminner om följande: Manusstopp och utdelning 2016

Nr	Manusstopp	Utdelning
1	15 januari	29 januari
2	12 februari	26 februari
3	11 mars	31 mars
4	15 april	29 april
5	12 augusti	26 augusti
6	16 september	30 september
7	14 oktober	28 oktober
8	11 november	25 november

Observera avvikelsen för nr 3 på grund av påsken. Utdelning direkt efter påsk.

## Vi hälsar följande nya medlemmar välkomna

Kirsti och Lars Malmros, Noravägen 9 C

Våra arrangemang  
sker i samarbete med  
Studieförbundet Vuxenskolan



Ansvarig utgivare:  
Redaktionskommitté:

Annonser:  
Kansli och expedition:

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

**Siv Kanon**, tel 513 57. E-post: [siv-kanon@spray.se](mailto:siv-kanon@spray.se)  
**Birgitta Hede**, tel 536 02. E-post: [birgitta.hede@bahnhof.se](mailto:birgitta.hede@bahnhof.se), **Gunvor Andersson**,  
**Jan-Olof Forsling och Majken Lasson**. E-post: [m-nytt@spfkarlskoga.se](mailto:m-nytt@spfkarlskoga.se)  
**Per Aspeli**, tel 537 81. E-post: [per.aspeli@outlook.com](mailto:per.aspeli@outlook.com)  
SPF, Solbringens 80, Loviselundsvägen 73, 691 83 Karlskoga. Tel 302 40.  
E-post: [spfkarlskoga@telia.com](mailto:spfkarlskoga@telia.com) Öppen måndag, tisdag, torsdag och fredag kl. 10-12.  
**Siv Kanon**, tel 513 57. E-post: [siv-kanon@spray.se](mailto:siv-kanon@spray.se)  
**Lena Kinell**, tel 557 57. E-post: [lenakinell@gmail.com](mailto:lenakinell@gmail.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

Nu har det hänt det som många i december inte trodde skulle hända. Det har blivit riktig vinter och det har snöat. Genast uppstår problem med halka och snöskottning, speciellt för oss äldre. Det finns många äldre som bor i egna hem och är beroende av att kunna förflytta sig per bil, men har svårt att skotta snö.



Snön på själva garageuppfarterna är kanske inte så besvärlig. Värre är det då när snöplogen kört förbi och lämnat en svår och tungskottad vall framför garageuppfarten. Jag vet att en äldre man för flera år sedan klagade på snöplogvallen framför hans garageuppfart. Han var gammal, men klarade att bo i sin villa. Med hjälp av bilen och parkeringstillstånd kunde han ta sig till sjukhus, vårdcentral, affär m.m. När han så en dag hade tid för ett läkarbesök, upptäckte han att snöplogen varit där och det fanns en ganska stor snövall framför hans garageutfart. Han kunde inte komma iväg till den utsatta läkartiden. Han blev irriterad och anmälde kommunen och fick rätt.

Det visade sig då att man inte får ploga igen för en utfart så att det inte går att ta sig ut. Plogbladet ska vridas så att det inte blir en vall, åtminstone så mycket ska vara öppet att det går att köra ut en bil eller att gå ut.

Att ploga på det sättet tar förstås längre tid och blir därmed dyrare. Frågan är då som vanligt om det i slutänden verkligen blir dyrare. Vi vet att många äldre som försöker skotta kan drabbas av t.ex. hjärtinfarkt eller ryggskott m.m. Det kostar också pengar. Hur man skall hantera problemet har jag inte exakta svaret på.

Om man försöker ta reda på vad som gäller så får man inget klart besked. Jag vet dock att det för det allra mesta i slutänden är lönsamt att underlätta för pensionärer, så att vi känner oss trygga, säkra och nöjda.

Finns också emellanåt trevlig samvaro att tillgå så blir livet som äldre bättre. Vi i SPF Seniorerna Karlskoga skall arbeta för att våra medlemmar känner sig trygga och nöjda genom påverkan och anordnande av trevliga, lättsamma och intressanta arrangemang.

Vi vill förutom våra sedvanliga aktiviteter försöka starta en sångkör och en studiecirkel där vi läser och lär om Polen och speciellt det som hände under

andra världskriget. Det skulle också vara trevligt och intressant om studiecirkeln kunde avslutas med en resa för att titta på de platser vi läst och lärt om (se notis på sidan 16).

Jag vill också passa på att tacka våra brevduvor, expeditionspersonal, KPR-representanter, styrelseledamöter, tidningsredaktion, lathundsredaktörer, webbmaster, serveringshjälp, lotteri- och entréförsäljare, som gör vårt arbete möjligt och hoppas att alla önskar och ser fram emot att hjälpa till även 2016.

Dessutom kommer som tidigare medlems-tidningen som tills nu hette Veteranen men nu kommer att heta Senioren för att också förströ och informera oss medlemmar.

*Siv Kanon*



**SPF Seniorerna Karlskoga**  
**Ordinarie årsmöte**  
**Tisdag 9 februari kl. 14.30**  
**i Solbringens matsal**

### **Program**

**Välkomsthälsning**  
Siv Kanon, ordförande

**Parentation**  
**över avlidna medlemmar**

Därefter sjungs psalmen  
”**Härlig är jorden**” unisont

**Årsmötesförhandlingar**

**Musikunderhållning av**  
**Leif Lindén**

**Det blir också kaffe och lotterier**

Anmälan senast måndag 8 februari  
kl. 11.30 till exp. tel 30240 eller  
e-post [spfkarlskoga@telia.com](mailto:spfkarlskoga@telia.com)

# Eldrörstillverkning i Bofors under åren 1879-2014

Vi som kom till Vetgiriga Veteraner den 24 november möttes av en programändring, då föredragshållaren fått förhinder.

Vi vet ju inte vad vi gick miste om, men vi fick höra ett mycket intressant föredrag av den blyxtinkallade Göran Sundmar.

Göran berättade lite om sin egen bakgrund med teknisk skola i Motala, utbildning till arméingenjör och därefter studier på Chalmers.

Efter en tid på ASEA kom han till Bofors 1974.



Göran Sundmar vid en fälthaubits 77B.

Förutom de gedigna kunskaper som han skaffade sig genom arbetet tillkom ett stort intresse för den historiska bakgrunden som han har studerat ingående. Göran gick i pension 2009 men med den kunskap och erfarenhet han har så anlitas han fortfarande en hel del. Och han hade verkligen mycket att berätta. Bara en liten del kan återges här, bland annat om några personer som varit viktiga för utvecklingen.

Redan på 1600-talet hade Sverige en stor export



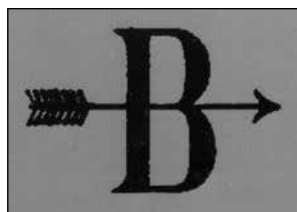
Per Lagerhjelm.

av gjutjärnskanoner, eftersom man med träkol och bra järnmalm kunde tillverka tackjärn av god kvalitet.

År 1873 bildades AB Bofors-Gullspång. Per Lagerhjelm som tidigare varit ägare blev nu chef för ak-

tiebolaget. Han hade mycket stor betydelse för företagets utveckling.

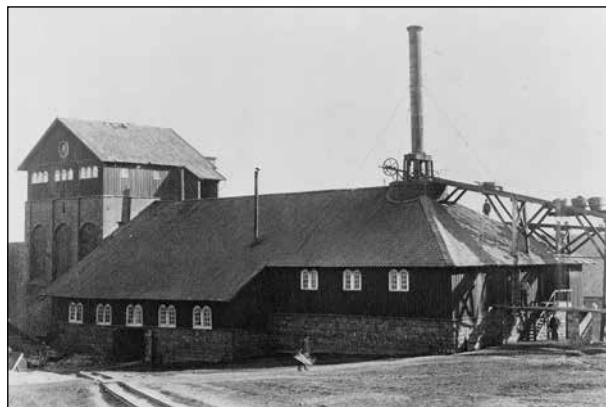
Om honom har det sagts: ”I likhet med fadern var han en begåvad och driftig man, som gärna gick nya vägar och icke räddes för svårigheterna. Både i uppträdande och handlande var han en bruksman av bästa märke och genom sina starka sociala intressen skapade han sig ett kärt namn bland bruksbefolkningen.”



Den välkända B-pilen.

Den 24 september 1867 inregistrerades B-Pilen som bruksmärke samtidigt som valsverket stod klart.

Brukspatron Per Lagerhjelm dekorerade B:et med en pil som symbol för järn.



Den första masugnen.

Den 27 juni 1874 påblästes den första masugnen där man kunde tillverka 100 ton järn i veckan.

En annan mycket viktig person var Carl Danielsson.



Carl Danielsson.

Om Carl Danielsson har sagts att ”med sitt energiska kraftfulla väsen, sin tekniska skicklighet och sin sakliga, logiska argumenteringskonst förstod han att imponera på och övertyga både fackmän och politiker”.



1877 påbörjades murningen vid Bofors av en sur martinugn (kvartsinfodrad) för 5 ton. Den första togs i bruk 1878 och nr 2 började byggas 1885.

Han kom till Bofors efter att som driftingenjör i Munkfors ha varit med om att få igång Sveriges första martinugn på 1860-talet.

Den första martinugnen i Bofors togs i bruk 1878 och man kan notera en viktig märkesdag den 16 augusti 1879 då Bofors tillverkade det första heltäta gjutstålet för eldrör (dessutom först i världen). Men man hade ingen utrustning för färdigbearbetning utan det fick ske i Finspång.

Man hade en framgångsrik provtillverkning 1880-1882 vilket gjorde att man byggde den andra martinugnen. Hösten 1883 började man bygga kanonverkstaden som sedan byggdes till år 1888.

I november 1883 lyckades Bofors få order på färdiga eldrör, vilket naturligtvis var en stor framgång. Tester hade visat att eldrören från Bofors höll betydligt längre än de från Finspång.



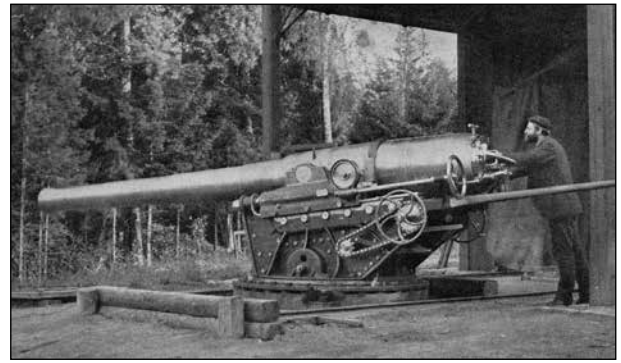
Arent Silfversparre.

Bland de personer som drev utvecklingen framåt märks också Arent Silfversparre.

Om honom sägs att ”han var en utomordentligt skicklig tekniker, hade skapande fantasi och förstod att leda driften på ett praktiskt sätt. Som kanonkon-

struktör röjde han genialitet och framsynthet av ovanliga mått”.

Silfversparre fick bland annat patent på den viktiga ogivala skruvmekanismen. För oss okunniga räcker det att få veta att den ökade snabbheten vid laddningen. Silfversparre och flera andra avled år 1902 vid en tragisk skjutolycka på Bofors dåvarande skjutfält. Det bör kanske nämnas att den aktuella kanonen inte var av Bofors egen tillverkning.



Arent Silfversparre vid en 15 cm marinkanon M/1889, liknande den som orsakade olyckan.

Sist men inte minst av de riktigt betydelsefulla personerna kommer förstås Alfred Nobel. I Paris fick han under en tid använda ett skjutfält för sina försök men när detta stoppades blev det i stället San Remo, där han som bekant bodde en tid. Men hans experiment var inte så populära bland grannarna där och då köpte han AB Bofors-Gullspång år 1894. Han betalade kontant och investerade snart ca 2 miljoner kronor i företaget.

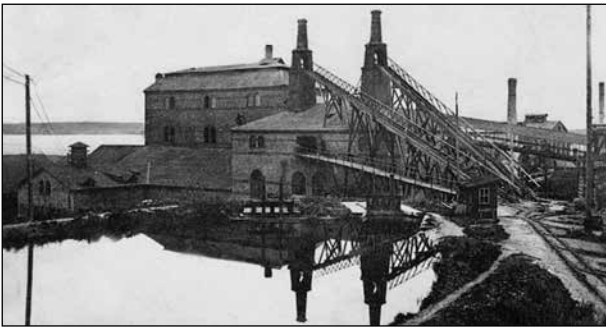
Ett exempel på investeringar är den stora kanonsvarven från 1894 som inte gick i pension för-



Bofors kanonverkstad 1884-1888 (Träsnitt av H. Södersten).



Första tillbyggnaden av kanonverkstaden gjordes 1888.



Masugn nr 2 var klar 1902. 1944 blåstes masugnarna ner p.g.a. dålig bränsletillgång och togs aldrig mer i drift.



Bofors stålverk omkring år 1910. I bakgrunden t.v. syns hyttanläggningen.

rän 1952. Då hade man ca 10 år tidigare investerat i en ännu större svarv som tillverkades i Oslo (den kallades av naturliga skäl nörsken).

På skjutfältet som då låg norr om Bofors station iordningställdes man år 1922 en "körbana" för att kunna testa transport efter motorfordon. Man hade insett att det medförde större påfrestningar än de tidigare hästtransporterna.



"Karusellen" på gamla skjutbanan vid Björkborn.

Banan har varit "försvunnen" och helt övervuxen men nu håller man på att ta fram den igen. Detta kräver mycket arbete och många ställer upp ideellt med både maskiner och arbetskraft.

År 2014 upphörde all mekanisk bearbetning i kanonverkstadens gamla lokaler. En 130-årig epok

i Bofors historia hade upphört. Lokalerna har nu blivit ett spritlager. Många gamla kanoner som har varit Bofors stolthet har förpassats till en skrotgård på Bofors Test Center.

Den talrika åhörarskaran (ca 50) hade den här gången ovanligt hög "gubbtäthet" vilket naturligtvis kan förklaras av att många gamla boforsare var intresserade. (Med tanke på dem har ett ganska stort antal bilder medtagits.) Men föredraget var verkligen intressant även för alla andra, för vad vore Karlskoga utan Bofors?

Text: **Birgitta Hede**

Bilder från **Göran Sundmar**

### Några viktiga milstolpar:

- 1867 Boforspilen registreras som bruksmärke.
- 1873 AB Bofors-Gullspång bildas.  
Per Lagerhjelm blir disponent.
- 1874 Den första masugnen i drift.
- 1877 Beslut om att anlägga en martingugn.  
Baserat på experiment som Carl Danielsson inlett 1874.
- 1879 Av Bofors martinstål tillverkas en kanon som är överlägsen en kanon från Finspång.
- 1883 Beslut om att bygga verkstad för tillverkning av kanoner. Första beställning från Svenska marinen.
- 1894 Alfred Nobel köper hela AB Bofors-Gullspång. Kanonverkstäderna börjar byggas ut.
- 1911 Bofors ensam kanontillverkare i Sverige.
- 1926 Autofretteringsanläggning anskaffas.
- 1935 Två högfrequensugnar på 5 ton.
- 1951 Två högfrequensugnar på 12 ton.
- 1958 En ljusbågsugn 50 ton.
- 1966 Vakuumavgasningsanläggning.
- 1979 Beslut fattas om avveckling av Bofors ståldivision.
- 1986 Sista tillverkningen av eldrörsstål i Karlskoga. Av sista stålchargen tillverkades eldrör till 57mm luftvärns-pjäser. En 107-årig epok av eldrörsståltillverkning i Karlskoga upphörde.
- 2014 All mekanisk bearbetning i kanonverkstadens gamla lokaler upphörde.

## Medlemsavgiften 2016, nya rutiner

Ni medlemmar i SPF Seniorerna Karlskoga får ert inbetalningskort för medlemsavgiften från förbundet, central uppörd. Det kommer i ett kuvert med posten och inte med brevduvorna. På själva brevet med tillhörande inbetalningskort finns också det nya medlemskortet som man klipper ur från pappersarket. Nytt är att förutom namn och förening så kommer också aktuellt årtal att stå med på kortet.

Förfalldatum på första avin är satt till den sista februari 2016, påminnelse till de som inte betalt skickas ut under andra veckan i mars. Därefter får vi i vår förening ta över arbetet med att samla in medlemsavgifterna för dem som inte betalt.

Har ni funderingar och frågor så ta kontakt med ordförande Siv eller kassören Leila.

Medlemsavgiften för år 2016 är oförändrad 240 kronor. 130 kronor går till förbundet och 35 kronor till distriktet, alltså kvarstår 75 kronor per medlem i föreningen.

### Ni medlemmar är viktiga för föreningen.

På bilden syns hur de nya medlemskortet kommer att se ut. På kortet trycks även medlemmens namn och förening.



## Karlskogas Lucia i Rävåskyrkan

Vi satt ca 50 personer i kyrkan den 11 december och alla väntade spánt på Karlskogas Lucia 2015 med följe.

Årets Lucia heter Matilda Knutsson och är från Åtorp. De hade många åtaganden i både Karlskoga och Degerfors, sammanlagt 24 ställen skulle de besöka denna dag.



*Karlskogas lucia med tärnor i Rävåskyrkan.*

De kom med en underbar änglasång som var vacker att lyssna på. De sjöng ca 5 sånger innan de tågade ut med Luciasången.

Därefter bjöd Hans Jonsson på diktläsning. En dikt var Viktor Rydbergs Tomten på "värmländska". Det var riktigt roligt att lyssna på och han läste även egna värmländska dikter med lite knorr på. Jättetrevligt.

Därefter avnjöt vi kaffe med dopp och Siv raggade personer som kunde tänka sig att vara med i en kör och sjunga av hjärtans lust.

Vi gick nog alla hem nöjda och roade.

*Text och foto: Gunvor Andersson*

Seniorrabatt 5%  
varje tisdag

**Allt under ett tak!**

Öppet alla dagar 8-22

**Telefon 676 70**

**www.maxikarlskoga.se**

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



## SPF har planerat följande resor och aktiviteter:

Teaterresan den 13 februari utgår  
på grund av för dålig anslutning.

### Påskresa med påskbord

**Måndag 21 mars. Pris: 710 kr**

Vi avreser på morgonen och stannar för kaffe på egen hand, där var och en köper det den vill ha.

Klockan 12.00 intar vi vår påskbuffé på "Pelles Lusthus" i Nyköping.

I byggnaden finns det bl.a. ett handelsmuseum med handelsbod.

Besöket hos Anna-Stina Åbergs ateljé utgår, eftersom hon har fått för mycket att göra! I stället åker vi till Östermalma slott där vi blir serverade vårt eftermiddagskaffe. Där kan vi också köpa viltkött och mycket annat.

I priset ingår: Bussresa, påskbuffé och eftermiddagskaffe.

### Lerbäckers teater: Kors i taket

**Fredag 15 april. Pris: 760 kr**

Denna vår spelar de en fars som heter "Kors i taket". Som vanligt ingår bussresa, middag och biljett i priset.

### I maj blir det som vanligt en resa "Ut i det blå"!

**Torsdag 26 maj. Pris: 670 kr**

Här får ni inget veta, men tag med ett glatt humör och lite pengar, så ordnar jag resten!

**Anmälan till resorna görs direkt  
till Marianne Cornelid, tel. 0586-  
505 98 eller 070-316 64 65.**

*Välkomna till*



*Centralplan 2, Karlskoga • 0586-371 05*

*Caféet med hemlagat och hembakat.*

*Ta med annonsen så får Ni  
20 % rabatt på valfri fika.*

*Gäller under februari.*

*Öppettider:*

*Måndag-fredag 9.00-18.00, Lördag 10.00-15.00*

*Välkomna in i en gammaldags miljö.*

*Patricia med personal*

## KARLSKOGA KONSERTFÖRENING

VÅREN 2016

TORS DAG 7 JANUARI KL. 19.00 I BREGÅRDSSKOLANS AULA  
TRETTONDAGSKONSERT

Trettondagskonsert med Wermland Opera orkester och Stian Carstensen - dragspel

SÖNDAG 7 FEBRUARI KL. 17.00 I MÖTESPLATS ALFRED NOBEL, BJÖRKBORN  
JAZZ I FOLKTON

Nobelkvintetten och jazzgruppen Egentligen Tisdag

LÖRDAG 12 MARS KL. 19.30 I SJÖÄNGSHALLEN, KARLSKOGA FOLKHÖGSKOLA  
VÄRLDEN LÅTER

För andra året upprepar vi succén med kulturfestivalen "Världen låter"

SÖNDAG 24 APRIL KL. 18.00 I MUSIKPALATSET  
BRUCHS VIOLINKONSERT

Karlskoga SymfoniOrkester tillsammans med  
violinisten Michael Karlsson och dirigenten Alexander Nordwall

TORS DAG 2 JUNI KL. 18.30 PÅ NOBELMUSEET ALFRED NOBEL, BJÖRKBORN  
KAMMARMUSIK I SOMMARTID

Nobelkvintetten med pianisten Daniel Turano

FREDAG 10 JUNI KL. 18.30 UTANFÖR MÖTESPLATS ALFRED NOBEL, BJÖRKBORN  
SOMMARMUSIK PÅ BJÖRKBORN

Svenska Klarinettsextetten

FREDAG 1 JULI KL. 20.00 SAXÅ HERRGÅRD  
SAXÅ KAMMARMUSIKFESTIVAL

Mat och musik. Begränsat antal platser!



## Vetgiriga veteraner

Tisdagen den 23 februari kl. 14.30  
i Solbringens matsal.

Program:

**Stefan Bergqvist:**

### Integration av flyktingar Den lokala processen

Stefan är integrationsutvecklare i Karlskoga Kommun. Han berättar för oss om integrationen av nyanlända flyktingar som beviljats asyl och som registrerats i vår kommun. Detta är ett aktuellt ämne och det har stor inverkan på vårt samhälle.

Kaffedrickning och sedvanlig samvaro.

Anmälan senast måndag 22 februari kl. 11.30 till exp. tel. 302 40 eller e-post [spfkarlskoga@telia.com](mailto:spfkarlskoga@telia.com).

**Välkomna till ett intressant och lärorikt föredrag!**

*Gunnel Ringman  
Sten-Åke Bengtsson*

**Här kan det passa bra att citera en känd dikt av Stig Dagerman:**

### En broder mer

*Jorden kan du inte göra om  
stilla din häftiga själ.*

*Endast en sak kan du göra  
en annan människa väl.*

*Detta är redan så mycket  
att själva stjärnorna ler.*

*En hungrande människa mindre  
betyder en broder mer.*

### Tänk på att gynna våra annonsörer!

De ger oss inkomster som bekostar  
en stor del av Månadsnytt!

Vi gör din värld tryggare!



Skilsmässa – Samboavtal – Testamente – Äktenskapsförord

Livet är fullt av stora livsavgörande händelser. Du gifter dig, du blir förälder, ni separerar, någon nära dör, du flyttar ihop med någon du älskar är bara några exempel.

Vi hjälper dig att undvika de vanligaste juridiska fallgroparna redan innan de sker. Låt oss ta hand om ditt testamente, äktenskapsförord, arvskifte, bodelning, samboavtal, gåvobrev m m, så kan du koncentrera dig på ditt nya liv, kärleken, minnena, barnen och romantiken.

Familjens jurist, Värmlandsvägen 2, Karlskoga.  
Tel. 0586-534 40

Sveriges största juristbyrå inom familjejuridik  
– din hjälp vid livets stora händelser.

 *Familjens jurist*  
[www.familjensjurist.se](http://www.familjensjurist.se)

*Vi finns när du  
behöver oss*

Du får hjälp med allt som rör en stilfull och värdig begravning.

Vi hjälper dig fylla i Vita Arkivet, välja gravsten och teckna begravningsförsäkring.

Hembesök • Jour dygnet runt

Värmlandsvägen 2, Karlskoga  
Tel. 0586-534 10

Varmt välkommen!



**FONUS**  
fonus.se

# Julmarknad på Skansen

Karlskoga hem erbjöd sina hyresgäster en resa till Skansens Julmarknad den 5 december 2015. Resan började tidigt på lördagsmorgonen i regn och stark blåst. Bekvämlig buss som körde oss till Stockholm lugnt och säkert. Vi kom till Skansen i uppehållsväder med lite blåst.



*Den välkända ingången till Skansen.*

Vi gick den långa backen upp och kom upp till gamla stadsdelen som har riktig gammal kullerstensbeläggning som inte är lätt att gå på. Där gick vi ut och in i olika stugor som representerade olika slags samhällsliv.

Man fick se hur olika hem hade julpyntat på 1800-talet, samt vad de åt i de olika samhällsskikten. I rika hem åt de ost, bröd och någon form av gelé som var kokt på mjölk med gelatin som bakades i en form. Handelsboden visade hur allting såg ut på den tiden och hur lite belysning man hade att arbeta i. Man såg knappt vad de hade i hyllorna.

Silverarbeten och tryckeri var också öppet och det var spännande att se hur de kunde göra silver saker utan maskiner och det var roligt att se hur ett tryckeri såg ut i verkliga livet förr, vilket arbete de gjorde då i dålig belysning och allt för hand. Alla var klädda i 1800-talskläder.

I små bagerier bakades bullar och bröd och i en bageristuga bakade man ett fantastiskt tunnbröd.

Det fanns många stånd där man kunde köpa allt och även provsmaka en del produkter. Det fanns många handgjorda saker som ljus och mössor och vantar. Hembakta bullar och bröd samt annat gott som marsipangrisar. Även handgjorda skålar och en del krimskrams också.

När vi började gå mot bussen började det duggregna, så vi hade tur med vädret. En trevlig dag på Skansen tog slut och vi alla var nöjda och trötta. Chauffören tog oss snabbt och säkert hem till ruskvädret som inte hade slutat.

Julmarknaden var värd att uppleva, jag saknade endast små tomtenissar som sprang runt.

*Gunvor Andersson*

En liten bildkavalkad från marknaden:



*Livlig kommers.*



*Här finns varma mössor och vantar.*



*Diverse hemslöjd.*



*Lite krimskrams kanske?*



*Grenljus i många former och storlekar.*

# Trafik och Säkerhet

Antalet äldre som dör i trafiken har ökat de senaste åren. Ökningen är särskilt stor för personer över 75 år visar myndighetens statistik. Detta trots att det totala dödstalet i trafiken har sjunkit.

Hörsel, syn och mörkerseende blir sämre med åldern, även reflexerna. Äldre får oftare allvarigare skador i huvudet eller bryter lårbenshalsen. Vi äldre är ömtåligare.

Bör man införa en övre åldergräns för att få köra bil? Nej, men man kan införa kontinuerliga hälsokontroller från 75 års ålder istället. Vid en sådan undersökning är det naturligt att kolla syn, hörsel och reaktionsförmåga samt diskutera eventuella konsekvenser för bilkörandet.

Som fotgängare är det bra att ha **broddar** på skorna. Det finns även halkskydd för kryckkäppar.

Det är viktigt att bära **reflexer**, då ser bilisten dig mycket tidigare och kan passera säkert. Fäst också reflexer på rollatorn eller sparken. Reflexer är en färskvara, så byt ut efter några år. Kolla gärna med en ficklampa om de fungerar.

Om du cyklar ska du ha **hjälm**. Och det finns **dubbdäck** för cyklar. För oss äldre herrar är damcykel ett bra alternativ. Den är lättare att kliva på och av. Glöm inte att cykeln också ska ha reflexer.

Som bilist bör du i god tid byta till vinterdäck, kolla så att alla lampor är hela och att bromsarna är okej. För oss äldre kan det vara bra att undvika att köra i mörker. Håll avstånd och undvik omkörningar om du är osäker. Anpassa hastigheten efter väglaget, låt inte rätt gå före vett.

Genom våra representanter i KPR bevakar SPF de äldres situation i trafikmiljön i syfte att underlätta för gående, cyklande både i stadsmiljö och på landsbygden för en säkrare miljö.

**Per H Aspeli**

*Trafik- och säkerhetsansvarig  
i SPF Seniorerna Karlskoga*



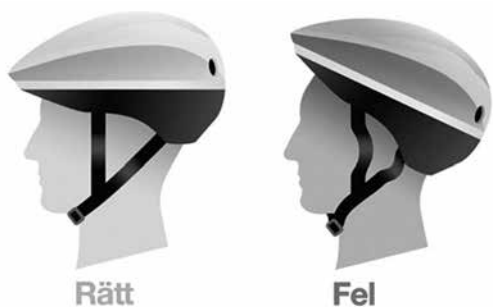
*Kan farmor Anka köra bil så kan vi!*



*Ett bra halkskydd, men det finns flera typer.*



*Reflexer kan se ut  
på många sätt.*



**Rätt**

**Fel**

*Så här ska cykelhjälm sitta.*



# Följ med till underbara Andalusien...

Så kunde man läsa när SPF Örebro-distriktet annonserade på nätet. Cege och jag tyckte det var en bra idé att åka till solen i sydligaste Spanien när höstmörkret la sig över Sverige. Regnet det bara öster på vår väg till Arlanda den 9 november. Planet landade i Malaga och resmålet var Torremolinos vid Medelhavet. Vi fick en vecka med fint sommarväder och många upplevelser.

En utflykt gick till Gibraltar som är en brittisk kronkoloni. Guiden informerade oss om Gibaltars spännande historia och vi besökte apberget, en droppstensgrotta och Europapunkten. Europapunkten bjöd på en fantastisk utsikt mot Afrika.

Vi fick uppleva hur man firade freden av första världskriget – klockan var 11 den 11/11 och det saluterades med kanonskott och festligheter i centrum.

En annan utflykt gick till Ronda, en stad uppe i bergen med otrolig natur. Vi såg enorma olivlundar och vinodlingar efter vägen.

Staden klyvs i mitten av en lodrät ravin. De båda delarna av staden förbinds med en 1700-talsbro och där har man en fantastisk utsikt över El Tajo som klyftan heter. I Ronda var det också guidning på en av Spaniens äldsta tjurfäktningsarenor. Där fick vi lära oss mycket om tjurfäktningskulturen runt den.

Vi besökte också Cordoba. Staden domineras av den stora moskén, känd som La Mezquita, västvärldens äldsta monument. Byggandet av moskén påbörjades år 786 men den utökades tre gånger innan den antog sin nuvarande storlek.



*En av de kända invånarna i Gibraltar.*



*Bron i Ronda.*

På 1500-talet uppfördes en kristen katedral inuti moskén. Moskén är verkligen stor. Man får se rader av fascinerande kolonner resa sig mot alla riktningar, antika pelare av kristallbeströdd porfyr, onyx, marmor och jaspis med de dubbla röd- och vitrandiga valven ovanför.

För övrigt tillbringade vi tid på strandpromenaden, shoppade lite grann och ägnade oss också åt sol och bad i poolerna.

Det blev mycket och god mat. På morgonen serverades stora bufféfrukostar och på kvällarna ännu större buffémiddagar.



*Utsikt från bron i Ronda.*

Lasses resor i Hallsberg stod för arrangemanget. Vi blev mycket väl omhändertagna av Lasses son Patrik och det var duktiga guider på våra utflykter. Våra trevliga medresenärer kom från Hallsberg, Kumla och Örebro.

*Text och foto: Lena Kinell*

# Rapport från KPR –matrådet

Verksamhetschef Liz Silvergrund Elfsberg kallade matrådsledamöterna från pensionärsföreningarna i KPR till årets andra sammankomst i oktober 2015. Dessförinnan hade alla möjlighet att provsmaka en matlåda från Mårbackaköket valfritt dag. Resultaten redovisas här nedan.

## Smakupplevelse matlåda

Rådet har provsmakat lunchlåda från Mårbackaköket med övervägande positiv upplevelse. De lådor som avsmakades har varit:

**Potatismos, varm korv, grönsaker:** smakade bra, riklig portion.

**Järpar, potatis, sås, grönsaker:** doftade gott vid värmning, mycket nöjd med matens smak, grönsaker bra konsistens.

**Järpar, sås, potatis, grönsaker:** åt järpar vid förra provsmakningen, dessa var om möjligt ännu godare.

**Sej, potatis, sås, grönsaker:** smakade mycket gott, potatisen god, rikligt tilltaget, glatt överraskad av utseende och smak.

**Rotmos, fläsklägg:** räckte till två luncher, jättegott, mycket nöjd.

**Flygande Jakob:** mycket gott, smakrikt, väl tilltaget.

## Förutom smak och riklighet i lådan framkom följande synpunkter:

Svårt att öppna lådan; dock enkelt med kniv. Trevligt med fack i lådan som håller ingredienserna åtskilda. Trevligt med svart låda, då det gör att ingredienserna framträder mer. Viktigt att man lägger upp maten på en tallrik. Önskan om valmöjlighet på lunchlåda kvarstår. Önskan om råkost till matlåda för den som önskar detta. Kostavdelningen utreder hur man kan göra detta enkelt för matgästen.

## Valmöjligheter

Nu finns möjlighet till val av rätt i matlådan såsom dagens rätt, fårskrätt eller fiskrätt. Detta har införts på vårdboenden och i restaurangerna tillhörande Nickkällan, Bergmästaren och Solbringan.

Kostenheten kommer under senare delen av hösten och början på våren att ta kontakt med vårdlag

om att de måste påbörja en aktiv beställning även till de som har matlådor så att dessa matgäster också får samma möjlighet.

Antalet matlådor som kostavdelningen distribuerar är ca 140 st varav ca 70 st sker genom hemtjänstens försorg och resterande levereras av kostenheten.

Matrådet anser det vara av vikt att matgästen får så mycket hjälp att mat kan läggas upp och värmas på tallriken.

## Tillräcklig näring viktigt

Matrådet påtalade också vikten av att gästen får i sig tillräckligt med näring då många äldre delar matlådan på två tillfällen. Detta är inte tillräckligt ur näringssynpunkt, vilket medför att många ligger på gränsen till undernäring.

## Frågor och svar

**SPF Seniorerna** har önskat svar på frågor som distriktets Ulf Grell har sammanställt för hela länet. Verksamhetschefen har lämnat svaren.

### Är menyerna näringsvärdesberäknade?

Alla menyer är näringsvärdesberäknade. Uträkningen är gjord på vad en normalportion är enligt rekommendationerna.

### Följs kvalitetsmålen upp?

Varje år följs kvalitetsmålen upp genom enkätundersökning.

### Gör kommunen årlig skriftlig enkät om vad man tycker om maten?

Ja, man gör en skriftlig enkät varje år, men kompletterar även med intervjuer.

### Hur tillvaratar man pensionärernas synpunkter?

Genom enkäter, matråd, kostombudsträffar och intervjuer.

### Finns det skillnader i kvaliteten mellan varm och kall mat?

Det finns ingen skillnad i kvalitet mellan varm och kall mat. Det som kan vara en kvalitetsskillnad är om varm mat inte äts direkt vid leverans. Grönsaker och potatis tappar då en del vitaminer och mineraler.

*Liz Silvergrund Elfsberg, Verksamhetschef  
Britt-Marie Danielsson, KPR-representant*

# Äta bör man . . . och gärna tillsammans!



**Tisdagen 16 februari** träffas vi kl 13 på restaurang **Prisma** (se [www.prisma-kg.se](http://www.prisma-kg.se) för meny).

För **85 kr** får vi soppa, litet sillbord, fräscht salladsbord, 2 varmrätter, valfri sallad, hembakat bröd, dryck, kaffe med kaka. (Endast soppa med sallad och bröd kostar 55 kr.)

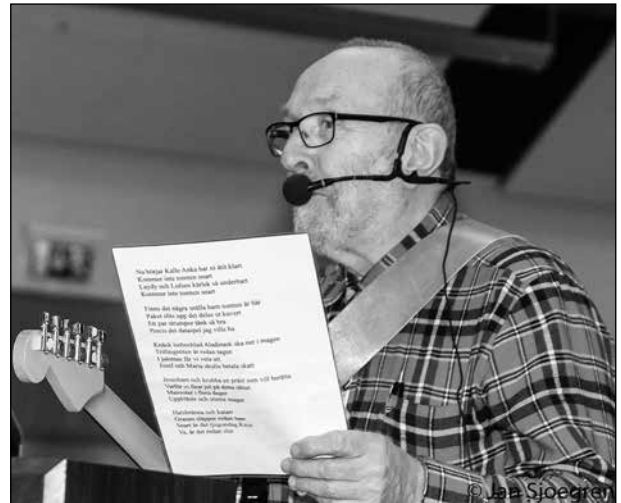
Anmäl (helst) intresse och ev. behov av skjuts till expeditionen, [spfkarlskoga@telia.com](mailto:spfkarlskoga@telia.com) eller tel 302 40 senast **måndag 15 februari**.

*Ingall Ericson och Ulla Forsling*

## Månadsmöte i januari

Siv Kanon hälsade alla välkomna till första månadsmötet för året.

Det var ca 40 st. förväntansfulla och glada människor som väntade på att bli roade av Jerker Oskarsson som kom för att sjunga lite dansmusik som vi inte fick dansa till för då räknades det som näringsverksamhet och då skulle det bli annan moms talade Jerker om med en glimt i ögat.



*Jerker varvade sång och gitarr med diverse historier.*

Han öppnade med "Ge oss åren tillbaka". Sedan blev det blandning av roliga historier och händelser som alla tyckte var så bra och roliga. Lite sång emellan av Vikingarna, Evert Taube, Cornelis Vreeswijk, Robert Broberg, Sven-Ingvars och Alf Robertsson.

Han läste dikten "Julefrid" av Rune Blidh och även dikten "Kvällsböna" av Gunnar Ehne.

Vi hade ett avbrott med kaffe och smörgås och Siv lottade ut en bok av Khaled Hosseini "Och bergen svarade" samt kaffe till några glada vinnare som vann både 2 och 3 gånger. (Dessutom vann Siv själv ett paket kaffe.)

Därefter började Jerker spela igen och berättade att han var född i Gullspång och hade arbetat på Televerket och monterat AXE-växlar bland annat i Sunne.

Han fortsatte berätta roliga och lite fräcka och dråpliga historier som vi alla hade så roligt åt. Han läste en dikt som heter "Leva livet baklänges" som faktiskt var riktigt bra. Den hade han fått av sin svägerska. Jerker sjöng "De ensammas promenad" som avslutning.

Verkligen en riktigt trevlig eftermiddag.

*Text: Gunvor Andersson*

*Foto: Jan Sjögren*

## Värva nya medlemmar!

Den medlem som kan värva en ny medlem kommer att belönas med en trisslott. När man lyckats att få en vän/bekant att vilja bli medlem i SPF Karlskoga lämnas uppgifter enligt nedanstående till vår expedition eller vid någon aktivitet. Trisslotten får man när medlemsavgiften är betald.



### Ja, jag vill bli medlem i SPF Karlskoga!

Namn .....

Personnr .....

Adress .....

Telefon .....

E-post .....

### Jag som värvat:

Namn .....

Adress .....

# ? Gåtfullt ?

av Birgitta Hede

Den här gången ska svaren bli pojknamn.

1. Gör han som kristen Gud.
2. Han är snäll och givmild.
3. Lugn omröstning.
4. Böjd åskgud.
5. När han har vunnit pengar tycker han att han . . .
6. Han är en mjuk typ.
7. Säger kanske läraren när Pelle har gjort ett uselt prov.
8. Säger engelskläraren när Pelle svarar rätt.



Svar i nästa nummer.

## Svar på gåtorna i novembernumret:

1. Färsk fåbod. **Nysäter**
2. Trekantigt klyvverktyg. **Kil**
3. Vattendrag + spikverktyg. **Bäckhammar**
4. Nalles ide. **Björneborg**
5. Tygsort + litet vattendrag. **Linneback**
6. Asaguds hussamling. **Torsby**
7. Träd + domsområde. **Ekshärad**
8. Produkt. **Alster**
9. Stoj i H<sub>2</sub>O. **Lekvattnet**

## Svar på ordspråken i förra numret

(Det förekommer naturligtvis en del varianter.)

1. När man talar om trollen så står dom i farstun.
2. Av barn och dårar får man höra sanningen.
3. Äpplet faller inte långt från trädet.
4. Tala är silver men tiga är guld.
5. Uppskjut inte till morgondagen vad du kan göra i dag.
6. När det regnar välling har den fattige ingen sked.
7. Små sår och fattiga vänner ska man inte förakta.
8. Man bör inte sälja skinnen förrän björnen är skjuten.
9. Blod är tjockare än vatten.
10. När en blind leder en blind faller de båda i gropen.
11. Som man ropar i skogen får man svar.

Sir Henry är minsann inte den som slarvar med hygienen, men han har ju en del bekanta som inte är så noga:



Han känner bland annat en gubbe som skulle iväg till doktorn för att bli undersökt. Doktorn tyckte nog att patienten kunde ha tvättat sig lite bättre innan han kom och sa detta lite försynt. Men då sa gubben:

– Ja, se vi talte nog om'et, gumman och jag, men jag tänkte att det var nog nåt invärtes.

### Onödigt?



Det hade öppnats ett nytt badhus i samhället och gamle Smed-Jonas gick dit för att ta sig ett julbad. Damen i luckan berättade vänligt om en bra rabatt vid köp av flera biljetter.

– Om ni köper 12 biljetter på en gång så tjänar ni rätt många kronor.

– Nej, sa Jonas, jag tror inte det. Jag vet ju inte om jag lever 12 jular till.



Samma inställning till hygien hade väl sir Henrys gode vän luffaren som frampå höstkanten sa till en luffarkompis:

– Till jul ska jag bada, antingen det behövs eller inte.



# Rapport från Kommunala Pensionärsrådet

Det sista KPR-mötet 2015 ägde rum i KS-salen den 1 december.

## Ändrade avgifter

Ledamöterna fick information om ändrade avgifter för 2016. Timpriset/självkostnadspriset för hjälp i hemmet-insatser ökar med 7 kr till 345 kr per timme. Kostnaden för trygghetslarm ökar med 100 kr till 350 kr. Anledningen är ökade kostnader vid övergången från analog till digital teknik. Kostavgiften vid korttidsvård höjs med 3 kr till 124 kr. Måltidskostnaden i vårdboende ökar med 90 kr till 3720 kr. Kupongpriset för lunch liksom matlådorna höjs med 1 kr till 58 kr.

## ”Vad tycker äldre om sin äldreomsorg”

Undersökning har skett under 2015. Resultaten används för jämförelser mellan kommuner och verksamheter och som underlag för utveckling och förbättringar av vård och omsorg. Resultatet visar en liten försämring i jämförelse med 2014. Beträffande boendemiljön visar kommunen ett bra resultat i förhållande till länet och riket.

Inom **hemtjänsten** blev resultatet:  
89 % är nöjda med den hemtjänst de får.  
96 % får bra bemötande från personalen.  
90 % tycker att personalen utför sina arbetsuppgifter på ett bra sätt.  
55 % besväras av ensamhet.  
46 % tycker att de kan påverka vilka tider de får hjälp.

Inom **särskilt boende** blev resultatet:  
75 % att de är nöjda med sitt äldreboende.  
91 % får ett bra bemötande.  
76 % har lätt att få kontakt med personal vid behov.  
85 % känner sig trygga.  
37 % vet vart de ska vända sig med synpunkter/klagomål.

## Äldreplan

**SPF Seniorerna** har initierat diskussioner med kommunerna i länet om att **äldreplaner** ska finnas. I planerna ska ingå boende, hemvård, tekniska hjälpmedel med mera. Socialförvaltningen har tidigare tagit fram planering för boenden. En mer omfattande äldreplan ska nu tas fram i kommunen.

## Från kommunstyrelsen

**Från KS-ledningskontor** meddelades att planering och mottagande av flyktingar och ensamkommande barn har tagit mycket tid. Beslut har tagits att kommunens krisledningsnämnd skall vara aktiv, vilket innebär att allt beslutsfattande är delegerat till kommundirektör och kommunalråd.

Ett **projekt** har startats för att ta reda på vilka attityder till bland annat betyg som finns hos elever, föräldrar och lärare.

Planeringen av **Torget** fortsätter. Cykelbanan kommer att läggas om redan i vår.

## ”Tyck” – synpunkter till kommunen

Från kommunen önskas flera ”Tyck om Karlskoga”-synpunkter från invånarna. Syftet är att utveckla och förbättra kommunens tjänster. För att lämna synpunkter kan man ringa, skriva eller skicka in blankett via kommunens hemsida.

## Från socialförvaltningen

**Socialförvaltningen** meddelar att Karlskoga, Degerfors och Arbetsförmedlingen har tecknat en överenskommelse för att minska ungdomsarbetslösheten. Antalet asylsökande i landet har minskat. Kommundirektören har undertecknat en ny överenskommelse med Migrationsverket om 140 platser varav 107 för asylsökande. Varje kvartal ska en ny överenskommelse tecknas.

Ordförande Ingegerd Bennyson önskade alla en God Jul och ett Gott Nytt År och mötet avslutades. Nästa KPR-möte är planerat till 9 februari.

***Britt-Marie Danielsson**  
Ledamot i KPR*

## Studiecirkel om Polen

Kom med i en cirkel och läs om Andra Världskriget, Polen, Förintelsen och Krakow, två lektionstimmar en dag i veckan 10 gånger.

Vi avslutar eventuellt med en resa till Krakow.

Cirkelledare är **Lars Malmros**.

Förslag på dagar: tisdag förmiddag eller torsdag eftermiddag.

Anmäl er till SPF:s expedition tel. 302 40 eller [spfkarlskoga@telia.com](mailto:spfkarlskoga@telia.com)