

Månadsnytt

SENIORERNA

Karlskoga

Nr 7 – Oktober 2023

Årgång 39



Hälsotrappan finns tätt intill cirkushästens viloplats. Foto: Jan Sjögren

**En matresa
med SPF
Läs på
sidan 6.**

**Varför kallas
Karlskoga
Cirkusstaden?
Se sidorna 8-9.**

**En tur
till Kumla
Sjöpark.
Sidorna 11-13.**

Information

Manusstopp för nästa nummer av Månadsnytt är fredag 3 november kl. 16.00.
Distribution fredagen 24 november.

Nästa års utgåva av Lathunden på gång

Nu börjar arbetet med 2024 års utgåva av Lathunden. Det sker genom att ta kontakt med nya och gamla annonsörer och kontrollera att övriga uppgifter stämmer.

En medarbetare har valt att flytta från Karlskoga, så vi behöver bli fler. Vi träffas ett par gånger under vintern och stämmer av de Excel-listor vi arbetar med.

Ett trevligt arbete med många kontakter med företagare, myndigheter, föreningar och förvaltningar väntar.

Vill du veta mer, kontakta SPF Karlskoga expedition på 073-977 37 06 eller mejl karlskoga@spfseniorerna.se.

Du kan läsa om oss i Månadsnytt nr 3 i år.



Lathundens skapare Per Warnér och Thommy Sundberg.

Nya medlemmar. Varmt välkomna är ni!

Margareta Milton, Dalbacksgatan 6 B
Åke Reinbjer, Moränvägen 34
Bo Sahlström, Värmlandsvägen 2

Önskar du publicera i Månadsnytt?

För mejl är adressen: mnytt.spf@gmail.com.

För vanliga brev gäller följande adress:
SPF Seniorerna Karlskoga, c/o: 80 Solbringen,
Loviselundsvägen 73, 691 83 Karlskoga.

Det går också att lägga brev i brevlådan vid expeditionen.

Redaktionen

Expeditionen stängd

Stängt fr.o.m. 14 december,
öppnar igen 7 januari.

Våra arrangemang
sker i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan



Ansvarig utgivare:
Redaktionskommitté:

Kansli och expedition:

Föreningens ordförande:

Föreningens sekreterare:

Föreningens kassör:

Föreningens hemsida:

Webbansvarig:

Föreningens Bankgiro:

Tryckning:

Siv Kanon, tel 070-748 07 73. E-post: siv.kanon@gmail.com

Redaktör: Jan Sjögren, tel 073-626 81 35. Redaktionen: Eva Sandström.

E-post: mnytt.spfkga@gmail.com

SPF, Solbringen 80, Loviselundsvägen 73, 691 83 Karlskoga. Tel 073-977 37 06.

E-post: karlskoga@spfseniorerna.se Öppen måndag och torsdag kl. 10-12.

Siv Kanon, tel 070-748 07 73. E-post: siv.kanon@gmail.com

Eva Öberg, tel 070-667 73 00. E-post: evovva.oberg@gmail.com

Leila Raudsaar, tel 0586-181 01. E-post: leila@raudsaar.com

Spf Seniorerna Karlskoga

Vakant

5715-5640

Karlskoga Grafiska, tel 300 53. E-post: grafiska@telia.com



Ordföranden informerar

På äldre- och anhörigdagen den 5 oktober hade vi SPF Seniorerna Karlskoga, som andra föreningar, ett bord fyllt med information om vår förening. Dels ville vi informera om oss,



dels locka fler att bli medlemmar. Jag tycker att det var en både intressant, trevlig och givande dag.

Jag skrev i förra numret om bedrägeriförsök mot mig. Tyvärr kom ett nytt bedrägeriförsök även denna månad. För risken att bli tjugtig skriver jag ändå om det nya försöket. Detta för att varna er medlemmar. Bedragaren låtsades vara jag. Hen skrev till ledamöter i SPF Seniorerna Karlskoga att jag skulle beställa broschyrer, men att det krånglade. Kunde jag få hjälp att beställa och betala för två uppsättningar 2x500 kronor, så skulle de få

igen pengarna de betalt. Tendensen är, tycker jag, att bedragarna genom att nu har gått över till att bara kräva små summor, för att lättare ska kunna lura oss. Så se upp! Jag kommer aldrig att kräva pengar per mejl.

Ibland hör medlemmar av sig och vill att vi som förening ska ta oss an något problem som drabbar seniorer. Den här gången gällde det digitalisering. Medlemmen var upprörd över att Karlskogahem kommer att helt digitalisera sitt köande till att få en lägenhet inom sin bostadsförmedling. Skulle det också gälla än befinner sig i kön mm? Vi vet att många äldre inte har någon dator och inte kan hantera en dator och det vet också Karlskogahem och är ett rykte eller så är något man planerar på lång sikt när datorkunnigheten är mer allmän. Till dess måste alla sätt att meddela sig finnas. Jag återkommer nästa nummer i frågan.

Siv Kanon

Varmt välkommen till Månadsmöte

Tisdag 31 oktober kl. 14.30
i Solbringens matsal.



Program

Vi kommer att underhållas av
de ständigt unga grabbarna

Ahlin & Thunberg

Jan-Åke Ahlin och Anders Thunberg är populära musiker som kommer att ge oss en trevlig och glad eftermiddag.

Anmälan senast måndag 30 oktober kl. 11.30 till exp. tel: 073-977 37 06 eller e-post: karlskoga@spfseniorerna.se.

Kaffe/té och kaffebröd. Dessutom som vanligt en trevlig gemenskap.

Vi ses!

Marianne Leijder

Valter Jehrn

Anders Lindbäck



SPF Seniorerna Karlskoga önskar Er välkomna till Källaren Folkets Hus

Torsdag 23 november kl 14.30.

Då bjuder vi på musik, kaffe och tilltugg.

Bengt-Ingvars mä Anders

står för underhållningen.

Karlstadpojarna Bengt Alsterlind,
Ingvar Karlsson och Anders Kyrkander
gästar oss.

Anmälan senast torsdag 16 november
kl 11.30 till exp. tel 073-977 37 06 eller
via mail till karlskoga@spfseniorerna.se.

Välkomna!

Gunnel Ringman och Eva Öberg

Trafik och säkerhet

Körkort, pass och nationellt ID-kort

Vissa svenska banker godtar idag inte körkort som ID-handling. Man kräver i stället Pass eller E-leg.

Giltiga svenska resehandlingar: nationellt ID-kort (e-leg), provisoriskt pass och pass.

En resehandling ska styrka din identitet och ditt medborgarskap. Pass och nationellt ID-kort utfärdat av Polismyndigheten är de enda giltiga resehandlingar som styrker din identitet och medborgarskap.



Pass kan användas vid samtliga resor, och vid resa ut från Sverige kräver passlagen att svenska medborgare medför ett giltigt pass vid resor utom Schengenområdet (utom EU). Vissa länder kräver att passet måste vara giltigt i minst 6 månader efter hemresedatum. Kontakta landets ambassad om vad som gäller.

Nationell ID-kort utfärdat av Polismyndigheten kan användas vid resa inom EU/Schengen. Länder som ingår i EU och Schengen är: Belgien, Bulgarien, Cypern (kolla med flygbolag vid bokning av resa), Danmark, Estland, Finland, Frankrike, Grekland, Irland, Island, Italien, Kroatien, Lettland, Liechtenstein, Litauen, Luxemburg, Malta, Nederländerna, Norge, Österrike, Polen, Portugal, Rumänien, Slovakien, Slovenien, Spanien, Schweiz, Sverige, Tjeckien, Tyskland och Ungern. Tänk även på försäkringar och vaccinationer.

Så ansöker du om pass och/eller e-leg:

- Boka tid hos din Polismyndighet (t ex Karlskoga).
- Besök passexpeditionen för bl a fotografering mm (ta med giltig handling), betala 400 kr per ID.
- Hämta pass/ID-kort personligen hos Pass-expeditionen. Du får meddelande via SMS på det mobilnummer du uppgett. Dropp in. Visa giltig ID-handling.

Idag tar det ca 1 vecka för leverans. Man behöver bara e-leg, om du inte ska åka till ex USA, England. ID-handlingarna ligger kvar 3 månader. Om det inte hämtas ut trots påminnelse, förstörs de.

Lämna in ditt gamla pass eller nationella id-kort om det är giltigt (man kan inte ha två lika giltiga id-kort).

Lycka till!

Per Aspeli

Äta bör man . . . och gärna tillsammans!



Fredagen 24 november träffas vi på **Restaurang Möckeln**: Möckelngymnasiet, Mårbackavägen 7. K-huset. (Huvudbyggnadens allra första entré.) Telefon: 070-416 23 51.

Där tar Restaurang- och livsmedelsprogrammets elever emot oss. De både lagar och serverar maten vi får - förrätt, huvudrätt och dessert. För detta betalar vi **140 kr** inklusive bordsdryck och kaffe.

Observera att som vanligt när vi äter på skolan startar vi **kl 11.30(!)** och när alla (max 55!) har bänkat sig och fått önskad dryck, serveras förrätten.

Bindande anmälan med telefonnummer till expeditionen, tel 073-977 37 06 eller e-post karlskoga@spfseniorerna.se senast måndag 20 november. Meddela samtidigt med anmälan, om du vill åka med i en bil eller har plats för passagerare i din bil.

Lokalbuss 52 har en hållplats vid rondellen i korsningen Selma Lagerlöfs väg/ Mårbackavägen.

Välkomna!

Ingalill Ericson och Ulla Forsling

Vetgiriga veteraner 19 september

Denna dag handlade om olika ödehus i vårt område. Dagen började med att dagens föreläsare, författaren Tomas Molin presenterades av Eva Öberg. Före detta gick han runt bland publiken, hälsade och pratade med många.

Innan dagens gäst gick i pension arbetade han som bankman och den som vill kan titta in på Spotify, där han finns med barnbarnet Line Brunke. Han har förekommit som radiopratare i bl.a. P 4 vid flera olika tillfällen.

Det var en ren slump som gjorde att han upptäckte det första ödehuset vars historia han senare dokumenterade i boken "Bland tomter och troll i ödehusen." För mig med rötterna i Småland, tänker på John Bauer, konstnär, målare, illustratör av de tidigaste upplagorna av bokserien "Bland tomter och troll".

Tomas Molin har hittills skrivit 2 böcker om ödehus och i dessa dokumenterat 40 olika hus och deras historia. En tredje bok på samma tema är under arbete. Vi fick höra en fängslande berättelse om när han var chaufför åt hustrun, som är en bra naturfotograf, i samband med en utflykt fann sitt första ödehus och blev intresserad av att ta reda på mer.

Men redan i unga år väcktes intresset för vackra hus. Han har fortsatt med sin dokumentation av olika ödehus i landskapen Närke, Värmland (här



"Ödehusmannen" höll ett spännande föredrag för oss vetgiriga.
Foto: Jan Sjögren

finns 3250 ödehus enligt lantmäteriet) och västra Västmanland. Vi fick se och höra om gamla hus som köpts upp och där renovering pågår med varsam hand, bl.a. ett hus i Lekhyttan. Vi hörde talas om gamla bilar som hittats i olika ödehus och flera levnadsberättelser om tidigare ägare. Vi fick höra om det s.k. "Äppelhuset" med 100 äppleträd på tomten. Där fanns 190 olika sorters äpplen. (I vårt land odlas ca 200 sorter.)

Det finns mycket snickarglädje i en del av de hus vi fick se på bild, något som inte är så vanligt idag. En del av de berättelser om personer som tidigare bott i husen väckte kanske fantasin hos många.

Vi fick frågan om vi kände till "Ödehusmannen". Det var den person som stod på scenen i Solbringens matsal.

Avtackning till dagens föreläsare skedde genom att en vacker blomma överlämnades. Alla som ville hade möjlighet att köpa en eller två böcker till rabatterat pris denna dag. Det bildades kö i samband med fikapausen där vi bjöds på kaffe med bulle och chokladkaka, dragning på inträdesbiljetterna, samt information om kommande program den närmaste månaden för vår förening.

Text: Eva Sandström



Ett av de vackra ödehusen vi fick se. Foto: Tomas Molin

Matresan som innehöll extra allt

Sällan har jag känt mig så nöjd som när jag tog mig ur bussen vid Solbringan. Tänk att det blev som Gunnel och jag hade planerat, ja t.o.m. bättre! Jag var fylld av inspiration från de ställen vi besökte. Den enda missräkningen var att kameliorna inte blommade i Sköna Rums matsal. Då hade himmelriket varit nära för maten var himmelsk. Tänk att något kan smaka så gott!!!!

Men först parkerades bussen framför Svartå gamla järnvägshotell. Hur kan någon komma på idén att rusta upp detta gamla sjabbiga stora hus, från början en syfabrik, till att bli en unik vacker restaurang där man vill gå runt och bara smeka de gamla timmerstockarna i väggarna? Vilket hästjobb i två och ett halvt år för att nu kunna njuta av besökarnas beundran. Sjötullens läge är femstjärnigt och med orangeriet får det sex stjärnor. Peter och Annika med kompisar, ni inspirerar och sprider trivsel. Det ni säljer i affären är också förstklassigt och jag vet numera hur isterband ska smaka. Synen av bakverken i caféet får det att vattnas i munnen. Tur att jag inte bor i Svartå!

Bussen körde vidare genom Mullhyttan och Fjugesta till Berga Skafferi. SPF bjöd på tre små glasskolor i en skål som deltagarna njöt av i caféet, medan två av ägarna berättade om hur den stora gården sköts. 12 000 lösgående höns, massor av får. Grannen håller med kor men allt används och skördas är krav certifierat. Större delen av skörden går till djurfoder.

Hela tiden moderniseras och förändras både produktion och metoder för hur de stora ägorna ska skötas för att ge bästa resultat. Den halm som förut värmdes upp alla hus plöjs nu istället ner med



Entrén på Kumla Sjöpark.



En kvartett nöjda damer pustar ut efter sina inköp.

höngödsel till gödning och solpaneler har satts upp för uppvärmning.

Äggen säljs eller går till glass och ostkaka, där kornas mjölk bidrar med grädde. Berga skafferi har ett stort nybyggt hus med ett tillverkningskök. Där håller Fru Schneider till och vi köpte alla hennes ostkakor så nu får hon tillverka fler. Familjen Schneider blev årets företagare i Lekeberg år 2021.

Kumla Sjöpark, blev vårt tredje besök, och mitt tredje på kort tid och det kommer att bli fler. När maten är så god att ingen orkar prata och tugga samtidigt, då är det bra betyg. Vi fick en snabb genomgång av samarbetet med växthuset och deras odlingar men också hur man arbetar och tänker för att få så lite matsvinn som möjligt.

För min del återkommer jag en fredag om någon månad för att njuta av buffé igen och praktfulla kameliablommor. Funderar på om jag blivit en blomälskande gourmet på gamla dar?

Sista stoppet, Sköllersta där Lithells säljer andra sortering av charkvaror. Vi äldre med utflugna barn har väl inte så stort behov av att hamstra, men köplusten nyfikenheten på, om det går att tjäna några kronor, finns kvar. Vad finns just i dag som kan passa i min eller barnens frys? 16 wienerkorvar för 10 kr och ölkorvar kr/st. slank ner i min matkasse + lite annat bra att ha. De som inte ens behövde en påse med bra att ha intog ljugarbänken utanför.

Resan gav oss några platser att längta till och även besöka med släkt och vänner.

Text och foto: **Britt Strinnholm**

SPF Seniorerna Karlskoga inbjuder till vinprovning!

Vi testar mousserande viner.

Klubblokalen i Folkets Hus. Torsdag 16 november kl. 17.00.

Kostnad: 250 kronor per person.

Anmälan senast torsdag 9 november kl 11.30 till exp. på
tel. 073-977 37 06 eller via mail till karlskoga@spfseniorerna.se

Varmt Välkomna!



ERIKS BYGG & TRÄDGÅRD

Evavägen 35 Karlskoga

Företaget utför:

Rådgivning och hantverklstjänster inom fastighetsservice,
byggarbeten, trädgårdsskötsel och trädgårdsanläggning.

**Jag renoverar, bygger, målar och gör ditt boende
trivsammare både ute och inne.**

BO FINARE - MÅ BÄTTRE !!

**Vänd dig med förtroende till mig
med det du behöver hjälp med
så hittar vi en lösning tillsammans.**



Telefon: 070-337 71 16

E-post: eriksbyggtradgard@gmail.com

facebook.com/eriksbygg

Hemsida: erikbyggtradgard.com



Vi hjälper dig med det mesta inom familjerätt!

Framtidsfullmakt, Testamente,
Bouppteckning, Arvskifte, Gåvobrev,
Äktenskapsförord, Samboavtal m. m.

**Lokalt, personligt möte med
engagemang och kompetens!**

Med 18 års erfarenhet av familjerätt
i Karlskoga och Degerfors med omnejd.

Kungsvägen 33, Karlskoga, Tel. 0586-506 97
www.nordinsjuristbyra.se

Vid konsultationer, ej bouppteckning och
arvskifte, överstigande en timme ges rabatt
om 800 kr, uppge SPF vid bokning.
Bouppteckning från 7 500 kr.



Välkommen till höstnyheter!

MH MODEHUS

Öppet: Tis - Tors 11-18, Fre 11-16, Lör 11-14.

Torget 14, Karlskoga • Tel 0586-525 05



Cirkusstaden

Kärt barn har många namn sägs det. Redan innan jag kom till Karlskoga hörde jag talas om "Kanonerna från Bofors" dvs dansbandet Sten & Stanley. De vanligaste frågorna när jag återvände till 08-området var "Ligger Karlskoga långt från Bofors?" eller frågor om "cirkusstaden". Då var det inte många som frågade om "motorstaden". Jag som trodde jag flyttat till Alfred Nobels stad. Men ack vad fel jag verkade ha.

När jag bott här något år (vi bodde på Rävåsen) fick jag i något svepande ordalag höra talas om "cirkushästen som var begravd på Rävåskullen". Det tog många år innan jag av en ren slump upptäckte Meneliks grav. Innan dess hann jag se ett utländsk TVprogram om "cirkusstaden" där både hästen och "cirkusprinsessan" Baptista Mijares Schreiber omtalades, vilket väckte min nyfikenhet.

En allhelgonahelg flera år senare följde vi i Baptistas fotspår för att, om möjligt få veta mer om henne. Jag skrev lite om de platser vi besökte och fotografen tog kort. Det fick en kvinna som varit med och smyckat Meneliks grav vid denna tid på året att höra av sig och tacka oss eftersom hon inte känt till hela historien bakom hästen.



Baptista Schreiber och hästen Meneliks från Karlskoga i London 1914. Foto: Karlskoga Bergslags Hembygdsförening.

Vem var då Baptista? Hon föddes 1886, enligt en källa som dotter till två cirkusdirektörer, enligt en annan källa var modern skådespelerska. Fadern avled när hon endast var 3 år gammal och den

10-årige brodern tog över försörjningsplikten för mor och syster. Två år senare uppträdde Baptista för första gången som lindansös. 1909 började hon uppträda internationellt och då i rollen som jockeyryttare, vilket innebar att hon hoppade från manegen upp på hästryggen men hon skadade båda sina ben några år senare och blev istället skolryttare.

1912 gifte hon sig med en dansk skådespelare tenor vid namn Otto Detlufsen, tillsammans med honom for hon till London. Nyårsaftonen detta år förgiftades en av hennes hästar och dog kort därefter. Den närvarande lord Lonsdale beslöt att tillsammans med drottning Alexandra ordna en ny häst till Baptista. Detta ledde till att hon fick Menelik som sades vara en personlig gåva från drottning Alexandra.

Under och efter första världskriget uppträdde Baptista som skolryttarinna, filmskådespelerska, kabarésångerska och operettprimadonna i Danmark och Sverige. Hon hade många strängar på sin lyra. Maken uppträdde från och till som sjungande cowboy i skolridningsnumret.

1921 träffade hon för första gången 2 lindansarbröder Chuy och Manuel Mijares och den förstnämnde blev senare hennes make. Baptista och

Fortsätter på nästa sida.



Meneliks vilorum brukar vara fullt med blommor, ljus, presenter i november. Foto: Jan Sjögren

Vetgiriga veteraner 18 april

Denna dag hade Allan Hede bjudits in för att ge oss ca 40 åhörare, inklusive tidningens redaktion, information om sällsynta jordartsmetaller. Vi i redaktionen hade nyligen läst om nya fyndigheter i Kiruna och detta gjorde att vi med spänning såg fram mot dagen. Att få höra mer om detta spännande område som berör inte bara vårt land utan även stora delar av EU och delar av övriga världen. Vi såg fram emot att dokumentera en spännande föreläsning denna dag.

Vi visste att det skulle dröja till hösten innan artikeln kom in i tidningen. Av erfarenhet vet vi att många frågeställningar kan komma efter en föreläsning.

Eftermiddagen började sedan med att Eva Öberg hälsade alla välkomna och föreläsaren valde att inleda med presskonferensen som ägt rum i Kiruna några månader innan, i samband med att Sverige övertog ordförandeskapet i EU. Här presenterades det stora fyndet av sällsynta jordartsmetaller som gjorts.

Mot slutet av dagen fick vi information om en annan stor fyndighet av jordartsmetaller i Sverige, vid Norra Kärr, norr om Gränna. En mycket vacker plats som ligger så nära Vättern att utvinning inte är aktuellt f.n.

Under eftermiddagen fick vi en genomgång av det periodiska systemet och att det finns 14 olika sällsynta jordartsmetaller. Vi fick en uppräkningslista av alla namn och hur dessa används, t.ex. i elbilar, vindkraftverk, mobiler, TV-apparater, medicinsk utrustning, optiska bildskärmar, datorer och mycket mer. Saker som de flesta har varit i kontakt med/ använt i sina hem, under resor, på arbetsplatser samt vid besök inom sjukvården.

Kina står i dag för ca 62 % av de fyndigheter som finns. Det är ett beroende som bl.a. EU önskar komma ifrån. Det ställdes många frågor och det gavs många intressanta svar under eftermiddagen med bl.a. i en diskussion om miljöperspektivet vid användandet av jordartsmetallerna.

Föreläsaren avtackades med en vacker blomma.

Efter kaffepaus blev det lottdragning på inträdesbiljetterna och sedvanlig information om föreningens kommande aktiviteter.

Föreläsarens artikel från denna dag visar bl.a. olika användningsområden för de sällsynta jordartsmetallerna samt information om Ytterby. Den som vill läsa denna hänvisas till vår hemsida.

Text: Eva Sandström

maken drev tillsammans en cirkus som startade i Växjö, den fanns en period i Kristinehamn där blåsten förstörde det gamla tältet. Från 1932 var vinterplaceringen i vår stad. Cirkusbyggnaden och verkar först ha varit i Doktorsparken, se nedan.

I slutet av 40-talet hade cirkusen utvecklats efter amerikansk modell till en cirkus med flera maneger vilket minskades till en manege 1950. Cirkusen lades ner 1952 och kom tillbaka år 1955 för en enda säsong.

När de kom till Karlskoga köptes läkarvillan vilket många stadsbor ogillade och det ledde till att kommunfullmäktige sade nej till detta köp. En annan tomt för vinterstationering blev inköpt och ett hus till paret byggdes, granne med cirkusen, nära nuvarande cirkusrondellen.

När hästen avled 1931, ansökte Baptista om att begrava hästen på kyrkogården vilket nekades.

Själv är hon begravd på katolska kyrkogården i Stockholm.

Jag träffade författaren/journalisten Alf Bande flera gånger efter sekelskiftet, men vi samtalade aldrig om Baptista. Det blev mer om hans författarskap, jobbet som journalist och pensionärs-livet.

”Cirkusbyggnaden som efter vissa åsiktsbrytningar uppfördes i den sk. Doktorsparken blev mer än en manege. I två årtionden blev den ett levande kultur- och nöjespalats: ”Där hölls nyårsvakor. Det ordnades mellansvenska mästerskap i jojo” berättat av Alf Bande (som blev ordförande i vår förening 1982) i en intervju, ”men framför allt dansades det där.”

1955 blev den sista cirkussäsongen i byggnaden. Det året avled Chuy Mijares och året därpå gick Baptista Schreiber bort.

Text: Eva Sandström

Månadsmöte 3 oktober

En eftermiddag där Marianne Leijder fick bjuda oss på dubbla aktiviteter. Det var lapp på luckan denna dag trots att alla föränmälda inte kom. En ommöblering pågick i matsalen då vi anlände, detta för att alla skulle få en plats där de kunde se bra och för att modellerna skulle kunna röra sig fritt när de visade upp plaggen.

Eftermiddagen inleddes med att Eva Öberg hälsade Catarina Lindström, med 12 år som ansvarig utgivare för KTK (Karlskoga Tidning Kuriren) välkommen. Vi fick en utförlig information om de förändringar som sker på tidningen fr.o.m. denna månad.

Hon berättade vad hon ansåg om sittarbete: ”Att lokaljournalistik är det viktigaste som finns”.

KTK kommer i fortsättningen att komma ut endast 3 dagar/vecka, tisdagar, torsdagar och



Catarina Lindström, ansvarig utgivare, chefredaktör på KTK.

lördagar och kommer då att vara extra tjock. ”Det är inte början till slutet, det är ett sätt att behålla personalen och rapportera vad som händer lokalt”. Daglig uppdatering sker i e-tidningen och dessa artiklar kommer med i papperstidningen nästa utdelningsdag.

Det finns många personer som saknar internetuppkoppling av olika orsaker. Många av hör till den äldre generationen. Den 9 oktober fanns i e-tidningen en insändare om digitalt utanförskap när man vill byta boende och samma sak också drabbar tidningsläsarna.

En daglig e-tidning kräver två redaktörer, en för papperstidningen och en för e-tidningen. Tillammans med ansvarig utgivare kom Jimmie från kundtjänst som gav oss information om digitalt läsande och svarade på publikens olika frågor.

Vi fick information inför kommande öppet hus på KTK.

Under eftermiddagen kom frågan upp om hur mycket ansvarig utgivare bestämmer om vad som ska finnas i tidningen. Hennes svar var ”Ingenting, det är redaktören som avgör.” Hon konstaterade även ”Yngre håller koll på sin värld via telefonen”.



Jimmie från kundtjänst, var även teknisk kunnig.

”Målet med förändringen är att vi ska kunna få samma bevakning som tidigare, att läsarna ska bli nöjda, att de som inte vill vänta får olika digitala lösningar, att alla som har en papperstidning även har tillgång till den digitala varianten.”

Taltidningen kommer även den komma 3 dagar/vecka. Börssidan försvinner då förändringar på börserna sker dagligen. De som delar ut papperstidningen kommer att få nya rutter men alla ska få sin dagstidning i rimlig tid.

Avtackning skedde med en vacker blomma och en ljusstake av Curt Segerberg.

Efter detta visade Modehuset MH, som bytt affärslokal, med hjälp av 6 modeller upp kommande höstmode. MH:s ägare Marianna, guidade oss genom en djungel av färger som marin, vitt, svart, grönt, rött, grått, tegel, beige, randigt, rutigt och andra mönster. Byxor, kjolar, sjalar, bussaronger, väst, klänning, kaftan, långskjorta, både långärmade och kortärmade tröjor, smycken, väskor.



En vacker höstkombination som många verkade uppskatta vid dagens modevisning.



Passande klädsel en blåsig svensk höst.

Det applåderades efter varje visning. Som vanligt harmonierade alla färger och köplusten växte nog hos många denna dag.

Efter avslutad modevisning avtackades alla med en blomma och det blev kaffe med stora wiener-

bröd och en kaka till. Sedvanlig lottdragning och information om kommande program i föreningens regi.

Text: Eva Sandström

Foto: Jan Sjögren

Kulturrundan 11 oktober

Denna dag fick Solbringen besök av en, för oss gammal bekant, trubaduren Jörgen Nilsson. Han har tidigare bland annat besökt hembygdsgården i Aggerud, BIK puben, puben Hjorten i Mariestad mm. Vi hade ett trevligt samtal före dagens spelning. Innan eftermiddagen började fick vi från publik veta att han flera gånger spelat på Solbringen.

Marianne Leijder hälsade en nästan fullsatt matsal välkomna till denna eftermiddag och bad om "Hålligånglåtar".

Jörgen satt på en stol med gitarren i famn och bjöd oss på ett brett musikutbud som visade att han känner sig hemma inom ett flertal olika genrer som schlager, country, pop, rock, visor. Delar av publiken sjöng med i de olika melodierna. Vi fick besöka flera svenska städer och andra orter runtom i världen.

Det blev en trevlig kaffepaus där vi pratade om mat, bröd, musik, önskemål om vilka melodier som spelas. Denna gång nöjer jag mig med avslutningsmelodin, Sten & Stanleys signaturmelodi om Margaretha. Det kändes som alla var med och



Trubadur Jörgen Nilsson underhåller på kulturrundan.

sjöng i denna samtidigt som det klappades i takt.

Vi fick därefter information om kommande SPF-program innan vi alla tackades för vår medverkan denna dag.

Text: Eva Sandström

Foto: Jan Sjögren

Kumla Sjöpark

Socialstyrelsen, ni borde ha varit med på denna resa! Ni hade blivit så nöjda när ni såg hur väl era pengar använts. Visst var det ett baxande med alla rullatorer som skulle vikas ihop och stoppas in i bagageutrymmet och ett pustande när stela ben skulle uppför busstrappan men när väl satt var det ett trevligt surr av glada röster.

Dagens tur gick till Kumla Sjöpark där en trevlig och kunnig guide berättade om platsen där marken består av blålera och därför inte kan bebyggas på vanligt sätt. Den passar för att anlägga konstgjorda sjöar och parker och det har kommunen verkligen lyckats med. Ett unikt högt pampigt växthus har ändå byggts med ett ljusinsläpp som passar höga palmer och därtill olika temarum för till exempel träd med citrusfrukter och kamelior, just nu fulla med knoppar.

Den stora uteparken var uppdelad för att symbolisera de fyra elementen luft, jord, eld och vatten. Guiden förklarade vilka växter som använts och det var intressant att se hur de verkligen lyckats välja rätt plantor för att visualisera rätt element. Elden var sprakande med gula dahlior, röda syrenhortensior och brandgula begonior på stolpar. Jorden hade t.ex. låga rikliga stånd av äppelgurkor,



Vår guide berättar om parken, ståendes framför ett bananträd.

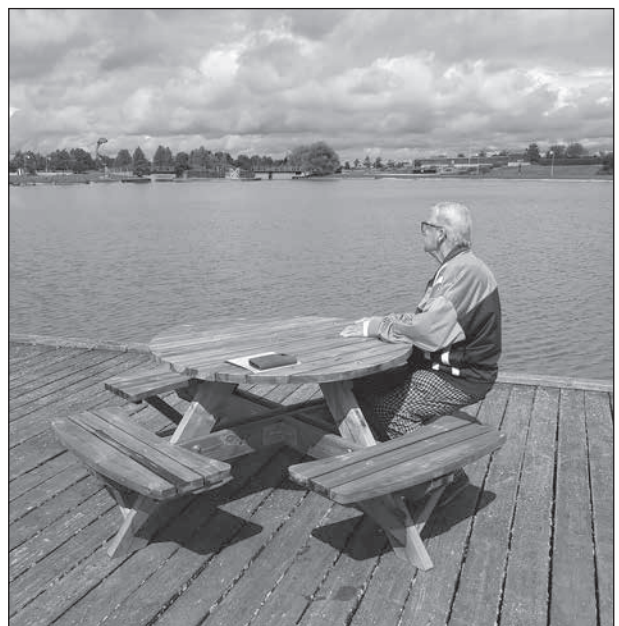


Så här ser entrén vid Kumla Sjöpark ut.

något helt nytt för mig men som nu finns på min köksbänk för avsmakning. Spännande!

Nästa positiva överraskning var kaffet med en mycket god äppelkaka och vaniljsås. Hela kakor ställdes fram och vi fick själva skära till hur stor bit och hur mycket god sås vi ville ha. Vi åt med andakt och tackade Goda Rum för riktigt ”gofika.” Stort tack till och alla som var med och gjorde resan till ett trevligt minne! Tänker på Socialstyrelsen som inte kunde delta i vår upplevelse.

Britt Gunnel och Per



Att bara få sitta på bryggan och njuta av tillvaron är fantastiskt.



Guiden berättar om allt som sker från plantering ända fram till det färdiga resultatet.



Denna vackra skulptur återfinns nere vid sjön.



Ett praktfullt citrusträd.



Dessa vackra röda blommor är en symbol för eld.



Här ser vi melonsmakande gurkägglarna. Dessa symboliserar jorden.



FONUS
ETT PERSONLIGT
AVSKED

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

Välkommen till Fonus i Karlskoga!



Ann-Catrine Gustafsson
Kundområdeschef

Värmlandsvägen 2, Karlskoga | 0586-534 10 | fonus.se

KPR rapport 20 september

Detta KPR-möte förlades till Baggängen onsdag den 20 september. Mötet öppnades av nye ordf. Lena Jonsson Arndt (m). Till justeringsman valdes Ann Venuti PRO Centrala som ersättare Karl-Erik Karlsson SKPF. Siv Kanon deltog också i mötet.

Verksamhetsutvecklare Per Sandén redogjorde för den vård- och omsorgsplan som förvaltningen tagit fram. Man reagerade på nedskärningar i ekonomin. Servicehusen borde behållits och att god tillgänglighet borde gälla. Utvecklingen kommer att följas av KPR.

Ronnie Erhard informerade om missförstånd om trädfällning nedanför lasarettet. Endast ett fåtal träd berörs. Kommunens satsningar på byggande kommer att följas upp med satsningar på kultur, skola etcetera.

Förvaltningschef för samhälle- och serviceförvaltningen Ulrika Lundgren föredrog det aktuella läget. Projektdirektiv är framtaget för Nobelhallen och nya badhuset. Byggstart har skett för Villa Strå.

Kostnadschefen informerade om matsvinnsmätningen inom äldreomsorgen. Svinnet var 24 %. Bergmästarens restaurang ska fasas ut efter nyår. Oklart vad som kommer i stället. Solbringens restaurang ska få nya möbler. Matrådsmöte 24.10 på Solbringens.

Evelina informerade om budgetprocessen. Brytpunkten för, bo hemma eller serviceboende, går vid 120 timmar per månad. Förändringsarbete inom hemvården pågår. Fler blir delaktiga.

Socialförvaltningschefen Eva Persson informerade om att ledningsstrukturen ska utgå från tillit och transparens samt delaktighet. Behovet av hemvård har ökat med 8 %. Socialnämnden kommer inte att delas. Nämnde har stort budgetunderskott pga institutionsplaceringar.

Mer detaljerat KPR-protokoll finns på kommunens hemsida. Även Siv kan svara på frågor.

Mötet avslutades av Lena. Nästa KPR möte 21 november.

Per Aspeli

Föreläsning om Alfred Nobel

Välkommen till Vetgiriga Veteraner och en föreläsning om Alfred Nobel tisdag 14 november i Solbringens matsal kl 14.30.

Vår gäst och föreläsare är Hans Johansson, tidigare intendent på Björkborn 4565 Herrgård. Hans är en otroligt fängslande föredragshållare och det han inte vet om Alfred Nobel och hans familj, öden och äventyr är inte värt att veta. Allas vår Alfred Nobel är en nära bekantskap till honom.

Så här presenterar Hans sig själv; Jag heter Hans Johansson, är född i Stockholm 1952 och kom till Karlskoga 1985. Jag har en fil kand i etnologi från Stockholms universitet och har arbetat på Tekniska museet, Nordiska museet, läns museet i Örebro och senast på Alfred Nobels Björkborn. 1985 kom jag till Karlskoga för att bygga upp Arbetarmuseet Gråbo och sen blev jag alltså kvar! Ja, inte bara jag utan också hustru Birgitta har varit med på tåget.



Alfred Nobel är en gammal bekant till mej såklart och jag ska berätta för er en del av hans liv och verksamhet. Varför blev han så intresserad av sprängämnen? Var han familjens enda barn eller hade han syskon? Var bodde han?

I Sverige eller utomlands? Hade han ingen familj eller barn? Sådana här saker ska jag ta upp. Och såklart ska jag berätta varför han hamnade i Karlskoga och vilken oerhörd betydelse det fick. Så ska jag också slå hål på en mycket seglivad myt!

Välkomna alla till en eftermiddag med uppfinnaren, företagaren, filosofen och språkgeniet Alfred Nobel! Kaffe och kaka och trevlig gemenskap utlovas.

Anmälan senaste måndag 13 november kl. 11.30 till exp tel 073-977 37 06 eller e-post: karlskoga@spfsenioerna.se.

Välkomna önskar

*Gunnel Ringman
och Eva Öberg*

Äldre och anhörigdagen 2023

Årets äldre och anhörigdag ägde rum i Folkets hus den 5 oktober. Den inleddes med ett den nyttillträdde ordförande Lena Jonsson Arndt pratade om framtidens äldreomsorg och visade dess demografi (vetenskapen om befolkningens storlek, sammansättning, ålder mm.) Hon konstaterade att det blir flera äldre äldre (personer över 80 år). I vår stad hade denna dag 1007 personer hemvård, 317 personer vårdhemsinsatser. Man ser ett ökande personalbehov för att ta hand om alla med behov av någon av insats samtidigt som onkurrensen om personalen ökar. En del lockas till industrin som kanske bl.a. upplevs ha bättre arbetstider.

Vi fick höra att Möckelngymnasiet har 23 platser för utbildning av undersköterskor, vuxnas lärande har 26. Samtidigt sker det mycket utveckling inom socialtjänsten för att öka den enskildes integritet, t.ex. läkemedelsrobotar nyligen visats upp i media.

Alla har rätten att må bra på äldre dagar genom t.ex. minskad ofrivillig ensamhet där pensionärsorganisationer och kontaktservice spelar en viktig roll. Arbetet med Villa Strå och dess 80 platser har påbörjats denna månad. Kommunen strävar efter ett tillitsbaserat arbetssätt.

Sedan fick vi höra mycket och bra information från psykolog Linda Björnberg från Karolina vårdcentral som bjöd oss på vad hon kallade ”ett smörgåsbord”. Det var en mycket intressant föreläsning som verkade väcka många tankar hos publiken. (Hon använde många bilder för att få oss att förstå sammanhanget, vi har inte dessa). Hon frågade bl.a. om våra förväntningar och tankar på att bli äldre, om hur man definierar ”äldre”, är det när man når en viss ålder? Vilken ålder vi identifierade oss själva i. Vi växer, vi utvecklas, skaffar oss erfarenheter och kunskap. Hon påpekade att vi alla är olika med olika bakgrund och erfarenhet. Alla är vi först unga

och oerfarna. När vi blir äldre får vi erfarenhet och klokskap. Vi ska fokusera på individen och vikten av att hitta en mening och innehåll i livet.

Vi fick se bilder på människans utveckling genom många årtusenden och höra att hjärnans främsta uppgift är att se till att vi överlever. Blir vi rika på erfarenheter ger det oss mer mod. Oro och rädsla har förmågan att göra folk ineffektiva och ge mindre sömn. Är man orolig är man inte

alltid närvarande och vi kan uppleva hot som inte finns. En dålig kombination ihop med behovet av kontroll. Mod är att tänka om och våga ta en ny väg. Den som har smärtor har förhoppningsvis inte detta i hela kroppen. Använd de delar som inte gör ont. (reporterens råd är att det finns olika stödförband och kanske även träningsprogram som kan minska smärtan). Släpp taget om onödiga funderingar och bekymmer. Att vara ensam kan vara lika skadligt som att vara alkoholist eller storrökare, det ökar risken för sjukdomar. Tänk på att vi alla har erfarenhet och hoppas jag, modet att använda oss av denna.

Vi fick förslaget att bjuda på oss själva, göra en plan, förvänta oss det bästa av det mesta. Vi måste ha tid för återhämtning, vare sig vi är själva eller tillsammans med vår käresta. Njut av samvaron också i sovrummet. Våga testa, kom ihåg att ladda batterierna

och många fler kloka ord och råd. Allt räknas. Våga prova, testa vad du mår bra av.

När föreläsningen var slut gick vi ner i källaren där det pågick en mäsas med många utställare, som olika föreningar, försäljare, studieförbund, vi fick bl.a. beröm för Månadsnytt på olika ställen, olika ”provapåstationer” där alla kunde testa olika aktiviteter som sittgympa, sittyoga, linedance, zumba efter egna önskemål samt en modevisning.

Text: Eva Sandström

Foto: Jan Sjögren



Lena Jonsson Arndt, Socialnämndens ordförande.



Linda Björnberg, psykolog.

Almanacka för kommande aktiviteter

Om ej annat anges sker dessa i matsalen på Solbringens.

Måndagar	Seniorgympa i Solbringens bibliotek, kl. 14.00. Ledare Britt Strinnholm .
Onsdagar	Seniorgympa i Nickkällans samlingsal, kl. 13.30. Ledare Britt Strinnholm .
Tisdagar, ojämn vecka	Bingo med kontaktservice, kl. 14.30.
Onsdagar	Musiklyssning med kontaktservice, kl. 14.30.
Torsdagar, jämn vecka	Sittiyoga med kontaktservice, kl. 14.00.

Datum och telefonnummer/mail för anmälan av aktiviteter finns i utsända brev, annonserna, hemsidan, affischer.

Tisdag 31 oktober	Månadsmöte kl. 14.30. Ahlin & Thunberg .
Onsdag 8 november	Kulturrundan kl. 14.30. Rune Blidh Solbringens, Jörgen Nilsson Bergmästaren, Åke Norén Nickkällan och B O Söderberg Söderkyrkan. Ingen föransmälning.
Tisdag 14 november	Vetgiriga Veteraner kl. 14.30. Hans Johansson berättar om Alfred Nobel.
Torsdag 16 november	Vinprovning i klubblokalen Folkets hus kl. 17.00. Se annons på sidan 9.
Torsdag 23 november	"Musik och tilltugg" , Källaren i Folkets hus kl. 14.30. Musiken står Bengt-Ingvars mä Anders för. Dvs Bengt Alsterlind , Ingvar Karlsson och Anders Kyrkander .
Fredag 24 november	Äta bör man. Möckelngymnasiet kl. 11.30.
Tisdag 28 november	Månadsmöte kl. 14.30. Program kommer senare.
Tisdag 5 december	Julmys på Nickkällan kl. 13.00-16.00. (Kontaktservice är ansvariga).
Onsdag 6 december	Kulturrundan kl. 14.30. Gunnar Svensson Solbringens, Rune Blidh Bergmästaren, B O Söderberg Nickkällan och Jörgen Nilsson Söderkyrkan. Ingen föransmälning.
Tisdag 12 december	Vetgiriga Veteraner med "extra festligt luciafirande" kl. 14.30. Program kommer senare.
14 december – 7 januari	Expeditionen stängd.

Seniorrabatt **5%**
en gång per vecka

Allt under ett tak!

Öppet alla dagar 7-22

Telefon **676 70**

www.maxikarlskoga.se

