

# Månadsnytt

SENIORERNA

Karlskoga

Nr 3 – Mars 2024

Årgång 40



*Det forsande vattnet vid Knappfors sluss påminner om att sommaren är på ingång. Klockorna ställs fram en timme natten mellan påskafton och påskdagen. Foto: Jan Sjögren*

**Musik finns på  
sidorna 4 och 6.**

**Aprilskämt  
på sidan 9.**

**Vad gör optiker  
och ögonläkare?  
Sidan 6.**

**Planerade resor  
på sidan 10.**

# Tankar från en nyvald ordförande

Det var med skräckblandad stolthet jag svarade "ja" till valberedningens förfrågan.

Att axla ansvaret efter tidigare ordförandes långa erfarenhet blir en utmaning men också ett spännande uppdrag. Förnyelse och modernisering var en uttalad önskan på mig som jag ödmjukt ska försöka åstadkomma tillsammans med styrelsen. Men den förändring som behövs för att passa dagens seniorer - eller "juniorer" som riksförbundet kallar de yngsta - måste också balanseras mot våra äldstas önskemål och behov. Det blir små steg i taget, det inser jag.

Första veckorna har ägnats åt inläsning. Vad är egentligen SPF Seniorerna, vad är huvuduppdraget? Är vår förening stor eller liten? Och hur fungerar alltihop? Hur ser målgruppen i Karlskoga ut? Statistik? Vad kan vi erbjuda? Frågorna var många . . .

Vad jag kunnat konstatera är: att vi med våra 820+ medlemmar är bland de 60 största föreningarna i Sverige (av 790) och näst störst i vår region. Det förpliktigar!

Våra möten samlar drygt 55 deltagare i snitt, rekordet 2023 ligger på 118 st då ämnet var Kris-hantering. Och en övervägande del är kvinnor.

Vi har en bra upparbetad organisation med ansvariga samordnare för de olika aktiviteterna och många frivilliga "medhjälpare" vilket är fantastiskt.

Återväxten bland de aktiva är dock något låg vilket gör det svårt att överlämna ansvar. Men här har initiativ tagits för att "skola in" nya volontärer som vill vara aktiva. Bravo!

Medlemsstrukturen: störst är gruppen 40-talister men med fler "juniorer" som blir medlemmar. Idag välkomnas även de födda 1957.

Riksförbundet huvuduppdrag: Föreningen uppfyller dessa i stort - men från mitt perspektiv kan **Påverkansuppdraget** förbättras, dvs jobba för bättre boende, transporter, ökat hemtjänstindex etc.



Jag har också som delmål att vi ska bli fler. Av Karlskogas ca 7000 personer som är över 65 år tillhör ca 11% vår förening. Nog skulle vi kunna nå 15%? Om alla vi som är med fungerar som goda ambassadörer och berättar om det roliga som händer och vilka fina förmåner som är kopplade till medlemskapet, så tror jag det är möjligt.

Framtiden får visa vad det blir men jag ger järnet, det lovar jag.

Vi ses i minglet.

*Anna Wiberg*

## Medlemskortet 2024

Medlemskortet för 2024 kommer inte som tidigare att distribueras med Senioren.

För att få vissa förmåner behöver du visa att du är medlem. Enklast gör du det med din mobil.

Gör så här: Gå in på [www.spf.seniorerna.se](http://www.spf.seniorerna.se), klicka på Meny i övre högra hörnet och Mina sidor. När du loggat in ser du dina uppgifter. Ta en "skärmbild" så har du uppgifterna i dina bilder.

Vill du ha ett fysiskt medlemskort finns dessa att hämta på vår expedition från vecka 12.



# Information

Manusstopp för nästa nummer av Månadsnytt är fredag 1 mars kl. 16.00.  
Distribution fredagen 22 mars.

## Äta bör man . . . och gärna tillsammans!



**Fredagen 3 maj** 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 ska äta, 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 11.30(!) och när alla (max 50) har bänkat sig och fått önskad dryck, serveras förrätten.

Bindande anmälan med telefonnummer till expeditionen tel. 073-977 37 06 e-post [karlskoga@spfseniorerna.se](mailto:karlskoga@spfseniorerna.se) senast måndag 29 april.

Meddela samtidigt med anmälan, om du vill åka med i en bil eller har plats för passagerare i din bil. Det är också möjligt att åka buss, linje 2 och 3 passerar Ekeby.

OBS! Anmäl ev. återbud både till expeditionen och till någon av oss, Ingalill 070-540 29 19 eller Ulla 076-835 49 23.

Välkomna!

*Ingalill Ericson och Ulla Forsling*

## Nya medlemmar. Varmt välkomna är ni!

Eva Sahlberg Blom, Husarvägen 34  
Bengt Sundquist, Boåsvägen 25 C  
Yvonne Johansson, Kilstavägen 3 B  
Sonja Johansson, Hotellgatan 12  
Monica Persson, Smedvägen 27  
Pirjo Leivo, Smältarevägen 3  
Gunilla Malmquist, Humlevägen 2  
Gert Öjendal, Trestegsvägen 6  
Marianne Jansson, Hotellgatan 12  
Lisbeth Schött-Örtensjö, Hultmansgatan 11 D

## Märk din brevlåda

Att märka brevlådor med namn eller husnummer underlättar för utdelning av Månadsnytt. Detta säkerställer att din tidning når rätt destination.



Våra arrangemang  
sker i samarbete med  
Studieförbundet  
Vuxenskolan



Ansvarig utgivare:  
Redaktionskommitté:

**Anna Wiberg**, tel 070-741 67 38. E-post: [anna@adminca.se](mailto:anna@adminca.se)  
**Redaktör: Jan Sjögren**, tel 073-626 81 35. Redaktionen: **Eva Sandström**.  
E-post: [mnytt.spfkg@gmail.com](mailto:mnytt.spfkg@gmail.com)

Expedition:

**SPF, Solbringen 80, Loviselundsvägen 73, 691 83 Karlskoga. Tel 073-977 37 06.**  
E-post: [karlskoga@spfseniorerna.se](mailto:karlskoga@spfseniorerna.se) Öppen måndag och torsdag kl. 10-12.

Föreningens ordförande:

**Anna Wiberg**, tel 070-741 67 38. E-post: [anna@adminca.se](mailto:anna@adminca.se)

Föreningens sekreterare:

**Eva Öberg**, tel 070-667 73 00. E-post: [evovva.oberg@gmail.com](mailto:evovva.oberg@gmail.com)

Föreningens kassör:

**Leila Raudsaar**, tel 072-721 81 01. E-post: [leila@raudsaar.com](mailto:leila@raudsaar.com)

Föreningens hemsida:

**SPF Seniorerna Karlskoga**

Webbansvarig:

**Vakant**

Föreningens Bankgiro:

**5715-5640**

Tryckning:

**Karlskoga Grafiska**, tel 300 53. E-post: [grafiska@telia.com](mailto:grafiska@telia.com)



# Månadsmöte 5 mars

Denna eftermiddag fick vi ca 60 personer på Solbringens besök av den kvinnliga saxofonisten Inger Stähring Holmberg från Kumla som började spela och sjunga år 1962 vid 10 års ålder, troligen inspirerad av pappa Carl-Eric Stähring som spelade saxofon i egen orkester sedan 1930-talet. När Inger började spela var det dock inte saxofon. Kvinnliga saxofonister har alltid varit lätränkade. Ingela Brander hördes under min uppväxt. (Tack Inger för efternamnet).



Dagens gäst är inte bara saxofonist, vi bjöds även på sång, musik med altsax, en rak sopransax (Lillasyster saxofon), flöjt och gitarr. Hur många vet att saxofon räknas som träblåsinstrument trots att det är av metall. Det var något vi fick lära oss denna eftermiddag.

Vi inbjöds att sjunga med i ett flertal kända melodier. Dagens musik började med "Två solröda segel" som Sven-Olof Sandberg sjöng in 1936. Vi fick höra Sven Ingvars, Frank Sinatra, Anita Lindblom.

Vid kaffet fick vi kunskap om Ingers musikaliska karriär med bland annat dansband.

Under kaffepausen informerade Britt Strinholm om resegruppens planering fram till hösten, Gunnel Ringman informerade om kommande rödvinprovning innan dagens lotterier redovisades.

Efter kaffet kom "On The Sunny Side Of The Street" som bland annat Tommy Dorsey framfört, en passande melodi denna kyliga dag. Här såg vi flera danspar, Morgan Sjölander som många känner från bland annat bingon dansade under eftermiddagen med flera av damerna i publiken.



Jag tror det var många som sjöng med i Per Martin Hamburgers "Nu tändas åter ljusen i vår lilla stad". Avslutningsmelodin denna dag blev "All of me" innan Marianne Leijder överräckte en blomma, bad om en extra

applåd och sedan tackade för en trevlig eftermiddag. Därefter fick vi information om kommande aktiviteter fram till mitten av maj.

*Text: Eva Sandström*

*Foto: Jan Sjögren*

# Månadsmöte

Tisdag 2 april kl. 14.30  
i Solbringens Seniorrestaurang.

## Dagens program Strömtorparna



Den 2 april kommer Strömtorparna från Degerfors att gästa Solbringens Seniorrestaurang. De har fått namnet efter den del av orten där de flesta bodde när gruppen startade.

Christer Dahlberg och de andra i gruppen har besökt Solbringens ett flertal gånger genom åren bland annat i samband med kulturrundan. De brukar avsluta Knutsbols sommarsåsong vilket är väldigt populärt. Några av er kanske varit där under höstkannten och njutit av musiken.

Delar av gruppen var med vid Nickkällans "nyinvigning". Vi har träffat dom x flera ute i Nolsokna.

Vi kommer att få höra lite blandad musik, sång och roliga historier. Gruppen trakterar ett flertal olika instrument. Både för den som vill sjunga med, bara lyssna eller kanske ta en svängom på dansgolvet. Fika, bröd och lotterier.

Anmälan senast måndag 25 mars kl. 11.30 till exp. tel. 073-977 37 06 e-post: karlskoga@spfseniorenerna.se.

Välkomma!

*Valter Jehrn  
Marianne Leijder  
Anders Lindbäck*



# Spontan After Work

Efter en hård vecka, mätt med pensionärsmått, kände vi för att göra något. After work på Stads-  
hotellet lät bra. Ett gäng pensionärer gav sig iväg  
till musik och mat. Dagens trubadur var Jimmy  
Lundin, till vardags lärare på kulturskolan. Menyn  
bestod av sliders, (små hamburgare), skaldjursgryta  
samt ”Kockens val”. Vi tog hamburgarna. Det var  
mycket och samtidigt gott. Ett annat sällskap valde  
skaldjursgrytan, ett val de varmt rekommendera-  
de. Vi var det äldsta gänget på plats, de AFTER  
WORK yngsta var trubadurens elever som kommit



Dagens trubadur Jimmy Lundin gladdde oss med musik



Så här kan det se ut när man vill testa After Work.

dit för att se och lära. En kul och trevlig afton som  
vi säkert kommer att göra om och som vi föreslår  
andra att våga prova.

Text: *Inger Selander*

Foto: *Mona-Lisa Munnuka*

## 9 informationsplatser i Karlskoga kommun vid en eventuell kris

Servicecenter, Katrinedalsgatan 9  
Karlskoga bibliotek, Kyrkbacken 9  
Brandstationen, Mykrisvägen 7  
Nya Folkets hus, Centralplan 7  
Nobelhallen, Norrleden 2  
Möckelngymnasiet, Mårbackavägen 7  
Aggerudsskolan, Blockstensvägen 25A  
Bråtenskolan, Stolpetorpsvägen 78  
Sandviksskolan, Stackfallsvägen 30

Källa: *Karlskoga.se*



Varmt välkomna - DAX igen!

## SPF Seniorerna Karlskoga bjuder in till vinprovning.

Vi testar röda italienska viner.

Plats: **Klubblokalen i Folkets Hus**

Datum: **Torsdag 11 april**

Tid: **Kl. 17.00**

Kostnad: **150 kronor per person**

OBS! Begränsat antal deltagare.

Anmälan senast torsdag 4 april  
till expeditionen på tfn 073-977 37 06

eller via e-post till

[karlskoga@spfseniorerna.se](mailto:karlskoga@spfseniorerna.se)

# Kulturrundan 28 februari

Denna dag kom den populäre dansbandsmusikern Christer Bergsten från Hällefors på återbesök till Solbringan.

Eftermiddagen började med att vi, tillsammans med ett flertal lunchgäster, under soundcheck fick lyssna på "Livet har varit gott mot mig" något som gav en välförtjänt applåd från oss 10-talet personer som var på plats.

När Marianne Leijder bjöd oss alla välkomna till denna eftermiddag var vi runt 50 personer som tillsammans njöt av att både lyssna och sjunga med i gamla godingar.

Dagen inleddes med Lasse Berghagens "Sträck ut din hand". Vi hade blivit uppmanade att gärna sjunga med och det tror jag de allra flesta gjorde denna dag. De allra flesta kände väl till vilken sångerska som längtade bort från stan, vem som sjöng Janis Joplins "Me and Bobby McGee" på svenska. Att det var före detta Fabulous Four-medlemmen Lalla Hansson som sjöng "Anna och mej" tror jag alla visste.

Att Gunnar Vägman kom visar att vår musikanter gärna återkommer och vi fick höra en historia om Gunde Johansson i samband med detta. Det kom andra historier mellan de olika melodierna.

Under fikapausen fick vi en del beröm bland annat för Lathunden och det arbete Per Wærner och Thommy Sundberg lagt ner på det senaste numret.

Sven Ingvars-potpurri förekom också precis som Sten & Stanleys "Vilken skillnad en dag gör."



*Christer Bergsten från Hällefors underhöll oss med varierad musik.*

"Midnattstango", den första 1:an på Svensktoppen fick oss alla att le och sjunga med.

Eftermiddagen avslutades med att Marianne Leijder gav oss information om kommande aktiviteter från almanackan i vår tidning efter att ha tackat för en trevlig eftermiddag.

*Text: Eva Sandström*

*Foto: Jan Sjögren*

---

## Ögonkunskap

Efter artikeln "Ögonhälsa" har det kommit frågor om skillnaden mellan optiker och ögonläkare. Enklaste förklaringen: Optikern, är en legitimerad specialist, med utbildning på att upptäcka förändringar i ögat och synen. De har kunder och provar ut optiska hjälpmedel, som glasögon, kontaktlinser och andra synhjälpmedel om/när behov upptäcks/finns, optikern letar inte efter eventuella ögonsjukdomar. Ser du suddigt är det oftast någon form av brytningsfel som kan avhjälpas hos optikern.

Ser en optiker något som inte verkar normalt skickas en remiss till ögonläkare, för vidare utredning. Det kan till exempel handla om ett högt ögontryck. Om ögontrycket är kraftigt förhöjt kan det betyda ett akut läkarbesök, annars sänds remiss

till ögonläkare för vidare utredning. Ögonläkaren tar hand om eventuella ögonproblem samt skriver vid behov ut olika läkemedel. Det är endast ögonläkaren som skriver dessa recept. Känns ögonen torra så finns receptfria droppar på apoteket.

Det är viktigt att undersöka synen minst var 5:e år sedan man nått medelåldern. Både läkare och optiker för journal på vad som görs. Journalen lämnas inte ut till obehöriga, går du hos en optiker kommer ni överens vad du vill veta om vad som står i din journal. Går du till en ögonläkare och har tillgång till internet kan du själv läsa journalen via 1177, annars kan du begära en journalkopia.

Personer med diabetesdiagnos genomgår regelbundna ögonbottenfotograferingar. Dessa bilder tolkas endast av ögonläkare.

*Eva Sandström*

# Vetgiriga Veteraner

## 20 februari på Solbringingen



*Sif Eklund berättade om vår hembygdsförening.*

Vilken intressant eftermiddag du bjöd på Sif Eklund, Karlskoga Bergslags Hembygdssförenings ordförande.

**Hembygdssföreningen bakom kulisserna** var ämnet och vi säger tack, nig och bock. Vilken resa du gav oss från att föreningen startade 1922 och till där den är idag.

Vid starten var målsättningen att ta tillvara det gamla i bygden som höll på att försvinna. Uppgiften idag är i stort sett densamma, att dokumentera och vårda arvet efter dem som levt och verkat i våra trakter.

Hembygdssföreningen köpte gården 1934 och den har anor från slutet av 1600-talet och början av 1700-talet. Under 2:a världskriget annekterades gården av militären. Det var bara att flytta ut. Den behövdes för annat ändamål under krigsåren 1939–1945.

Ett otroligt arbete görs för att dokumentera bildarkivet där bland annat glasplåtar från tidigt 1900-tal finns. Albin Andersson, en mycket aktiv fotograf från Arboga, etablerade sig i Karlskoga 1882. Pontus Andersson karlskogafotograf, ej släkt med Albin, tog senare över rörelsen. När han slutade fanns ca 12 000 glasplåtar med motiv som Hembygdssföreningen räddat till eftervärlden.

Varje år får elever i årskurs 3 i Karlskoga ha en heldag på Hembygdsgården. Eleverna delas upp

i grupper och får en aktiv inblick i hur arbetet bedrevs på en gård. Det testas köksarbete med vedspis, vatten från brunn, smida en spik i smedjan, väva en tygbit i vävstugan, får vetskap om hur man byggde hus förr i världen, hur lång tid tog det, hur gjorde man, var kom virket ifrån mm.

”Krickes klocka”, från 1927, försvann när Ekmansdalen revs 1972. Christiernssons urmakeri hade den utanför sin butik. Som av en händelse kunde hembygdssföreningen köpa tillbaka uret av en privatperson som räddat det när Ekmansdalen revs. Idag finns den att beskåda på Karlskoga bibliotek.



*”Krickens klocka” som räddades när Ekmansdalen revs 1972.*

Varje år firas Valborg, Nationaldagen, Midsommar och Julmarknad på Hembygdsgården med allt vad det innebär med aktiviteter. Vid de tillfällena innebär det bl a kaffekokning, bord och bänkar skall bäras och midsommarstång förberedas. Det kräver som alltid många volontärer som brinner för att få allt att fungera. Och fler volontärer behövs och det skapar en fantastisk gemenskap.

En uppmaning från Sif - var rädd om dina gamla bilder och dokument. Dom kan vara en värdefull skatt till eftervärlden. Och bli gärna medlem i Hembygdssföreningen, ditt medlemskap är värdefullt.

Sif, stort och varmt tack och vi hoppas att vi kan få en ”fortsättning följer” vid ett senare tillfälle där vi kan grotta ner oss i några specifika händelser i Hembygdssföreningens historia.

*Text: Eva Öberg*

*Foto: Wiggo Öberg*

*Klockbilden: Hembygdssförenings bildarkiv*

# KPR rapport 13 februari

Detta KPR-möte förlades till Baggängen tisdag den 13 februari.

Mötet öppnades av Leena Jonsson -Arndt. Till justeringsman valdes Conny Nyblom PRO östra och som ersättare Per Aspeli SPF Seniorerna. Siv Kanon deltog också i mötet.

**Under aktuellt från kommunstyrelsen** inledde Tony Ring med att förklara varför pensionärer ej har rabatt vid Badhusbesök. Av hävd vill kommunen (BUN) främst stimulera/rabattera barn och unga.

En äldreplan plan kommer att tas fram under 2025, baserad på beslutad Vård- och Omsorgsplan. En referensgrupp kommer att tillsättas med representant från SPF, PRO, SKPF och Finska föreningen.

Ett påpekande kom från PRO Östra angående stängningen av matsalen på Bergmästaren. Kommunen kommer att se till att det finns mötesplatser i de olika stadsdelarna och att hyresnivån blir mer lika för alla pensionärsföreningar.

Problem med tidsödande telefonkö vid beställning av Flexbuss. Kommer att ses över.

Problem att till exempel KPR protokoll ej finns på kommunens hemsida (eftersom inte alla, t ex blinda) pga av EU-direktiv. Enskild kan beställa ut offentliga handlingar av kommunens servicekontor.

Konstgräs med granulat kommer inte att användas på gräsmattor vid Villa Strå.

**Aktuellt från samhälls- och serviceförvaltningen** visade den plan som finns för sandning och snöröjning inom Karlskogas vägar, gator och cykel/gångvägar. Avtal finns med olika underentreprenörer. Plogning sker efter snöfall. Denna vinter har frestat på, men ändock verkar invånarna nöjda. Prioritet är skolor, förskolor, bussgator, hkp-platser och vårdcentraler. Uppkomna plogvallar är fastighetsägarens ansvar. Kontakta servicecenter vid problem.

Aktuellt från socialförvaltningen där Eva Persson gick igenom sin årsredovisning 2023. Kravet på 11 timmars dygnsvila visade sig inte vara något problem när bemanningsplanen justerades. Man sätter fokus på tillit och brukarna samt nära vård. Placeringar i familjehem mm för våra ”värsta” ungdomar och missbrukare kostar. Mycket övertid 2023.

**Vård- och Omsorgsplanen 2024–2028** lyfter fram strategiska val. Visar på förebyggande arbete och aktiviteter, träffpunkter, bo hemma och anpassat boende.

**Hemtjänstindex 2023 (kvalitet inom äldreomsorgen).** Helén Ekman presenterade hur kommunen låg till i jämförelse med andra kommuner via olika Index. Inom några områden finns utrymme för förbättring som: möjligheten för brukaren/anhörig att framföra synpunkter, välja hemtjänstpersonal, personalkontinuitet. I övriga grunduppdrag är kommunen godkänd, kommunen ligger på 219 plats av 290 kommuner och på 9:e plats i länet. Inför 2024 kommer man att se över vilka index som SKL rekommenderar.

Mer detaljerat KPR-protokoll finns numera ej på kommunens hemsida. Endast ledamöter i KPR får justerat protokoll. Även Siv Kanon kan svara på frågor.

Mötet avslutades av Leena. Nästa KPR möte 14 maj 2024, då kommer temat vara äldreplan, Flexbusstrafiken och Civilt ansvar.

*Per Aspeli*

**FONUS**  
ETT PERSONLIGT  
AVSKED

## Vi finns när du behöver oss

Varje människa är unik. Det kan en begravning också vara. Ofta handlar det om små men viktiga detaljer för att skapa en både vacker och personlig ceremoni.

Vi hjälper dig att fylla i Vita Arkivet, välja gravsten och allt som rör en stilfull och värdig begravning.

Hembesök | Jour dygnet runt

Välkommen till Fonus i Karlskoga!



Ann-Catrine Gustafsson   Ann-Sofie Wilhelmsson   Åsa Andersson

Värmlandsvägen 2, Karlskoga | 0586-53410 | fonus.se



## Aprilskämt

De flesta har säkert någon gång lurat/lurats under våren. ”April, april din dumma sill, jag kan lura dig vart jag vill” eller ”maj, maj måne, jag kan lura dig ända till Skåne”. Hur började detta?

Seden verkar vara riktigt gammal. Här kommer en av de teorier som finns runt denna dag.

Aprilskämten kan ha ursprung i Romarriket där de s.k. härtågen började planeras 1 april. När romarriket växte behövdes mer tid för planering och då lades extra månader: januari, februari och mars till i kalendern. Sedvanliga nyårsgåvor till ämbetsmännen lämnades 1 januari inte 1 april. De blev ”lurade” på sina presenter genom detta.

Annan teori är att nyåret började firas 25 mars och på dag 8 avslutades festligheterna. Sedan nyåret bytt plats i almanackan fortsatte skämten som förekommit vid denna tidpunkt.

Ytterligare en teori är att många olika kulturer firat vårfester med olika, ofta luriga, inslag. Det finns belegg för att fransmännens aprilskämt – pissen d’avril(”aprilfisk”) – har anor från 1500-talet, i Storbritannien blev ”All Fool’s Day” populär

under 1700-talet. I Sverige har seden att ”narra april” funnits sedan 1600-talet.

1846 förekom den första kända skämtartikeln i tidningen Evening Standard i London som publicerade en annons om åsnevisning. Många tog sig till platsen och letade efter åsnor – när de tittade på varandra förstod alla att de själva var åsnorna.

Kända svenska skämt är att en nylonstrumpa skulle göra den svartvita TV:n till färg-TV, guld-rushen på Faluns skidstadion, nyhetsuppläsaren som gick från ung till gammal under sändningen. Att Öland lossnat från havsbotten 1950 och flutit mot land.

Svenska Dagbladet lurade sina läsare redan 1911, nyheten var att en indisk härskare lånat ut 60 elefanter till OS-invigningen i Stockholm 1912. Elefanterna skulle transportera en orkester som spelade deltagande länders nationalsånger.

Spaghettiträdet BBC gjorde ett reportage 1957 från en gård i Schweiz. Reportaget visade spaghetti växandes på träd. Odlande av kvistfria telefonstolpar är ett annat skämt.

*Eva Sandström*

**Vi utför jobb till privatpersoner och företag!**

### Hushållsnära tjänster



**SENIORFIXAREN  
TRÄDGÅRD**

**Trädgårdsarbete • Gräsklippning • Snöskottning • Fixarservice**



**SENIORFIXAREN  
STÄD**

**Hemstäd • Flyttstäd • Fönsterputs • Kontorsstäd**

Ring eller mejla oss!

**070-496 12 40 • kontakt@seniorfixaren.se**

**www.seniorfixaren.se**

# Planerade resor

## Njutningsresa fredag 24 maj

Resan startar mellan klockan 9.30 och 10.00. Hemkomsten blir vid 17.30-tiden. Närmare klockslag och plats för avresan kommer i Månadsnytt nr 4.

Vi åker till Stjernerunds vackra slott nära Askersund. Där vandrar vi runt i den vackra slottsparken som är omgiven av vatten på tre sidor. Den som vill kan gå in i slottet och vara med på en guidad tur för 100 kr. Det finns ett slottscafé nere på bryggan, det är bara att äta och njuta.



Stjernerunds slottscafé. Foto: Inga-Lill Snitt.

Vi åker sedan vidare till Stjernerunds gårdsbutik. Där det finns varor från kringliggande gårdar och egen produktion.

Nästa stopp blir favoriten Kumla Sjöpark. Där kan vi vandra omkring i den stora parken bland planteringar och statyer och titta på vårplanteringen runt växthuset, sitta på uteserveringen och njuta av sjöutsikten.

Förtäring ingår inte i resans pris. Det finns att köpa på Stjernerunds slottscafé och Kumla Sjöparks restaurang och café.

Ni kommer att vara "frigående" med några tider att passa. Kondition, hunger och egen önskan avgör hur dagen kommer att bli.

Beräknad kostnad för bussresan är 300 kr. Mer information i nästa nummer av Månadsnytt.

Anmälan till expeditionen tel. 073-977 37 06 eller e-post [karlskoga@spfseniorerna.se](mailto:karlskoga@spfseniorerna.se)

## Under hösten

Vi planerar en matresa och en resa till Örebro och Svampen. Världens mest besökta svamp som invigdes 1958 och är 58 m hög. Utsikten är som alltid hänförande och det finns både mat och café.

Nästa stopp blir Naturens hus som ligger mellan Oset och Rynningevikens naturreservat. Där



Stjernerunds slott. Foto: Inga-Lill Snitt.

finns utställningar och olika miljöer för t.ex. fåglar, växter och motion. Allt detta är anlagt på en före detta soptipp och industriområde.

## En teaterresa är under planering

Mer information kommer när turistsäsongen öppnar till de platser vi vill besöka. Kom gärna med tips till [britt.strinnholm@live.se](mailto:britt.strinnholm@live.se).

*Britt Strinnholm för resegruppen*

 Nordins  
juristbyrå

**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 20 års erfarenhet av familjerätt i Karlskoga och Degerfors med omnejd.

Kungsvägen 33, Karlskoga, Tel. 0586-506 97  
[www.nordinsjuristbyra.se](http://www.nordinsjuristbyra.se)

**Vid konsultationer, ej bouppteckning och arvskifte, överstigande en timme ges rabatt om 800 kr, uppge SPF vid bokning. Bouppteckning från 9 000 kr.**

# Trafik och säkerhet

## BESIKTNING AV FORDON MM

Checklista före besiktning av personbil/husbil, motorcykel, släp och husvagn.

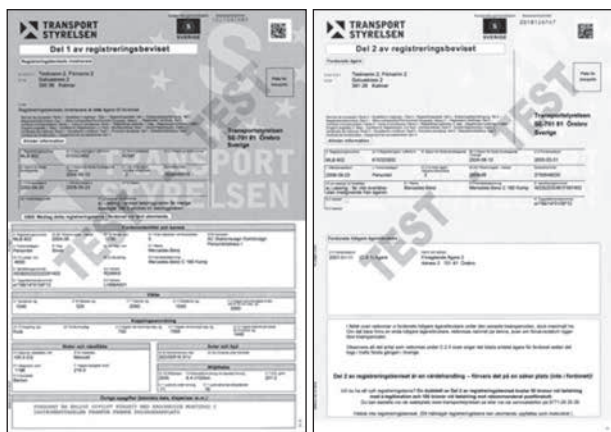
Ofta får du en inbjudan med förslag på tid till årets besiktning i god tid innan sista besiktningsdatum. En personbil besiktigas första gången 36 månader efter fordonet togs i bruk, andra gången senast 24 månader efter föregående besiktning och därefter senast 14 månader efter föregående besiktning.

**Personbil/husbil:** Titta över vindrutetorkare o spolare, blinkers o belysning, tutan, säkerhetsbälten, varningstriangel, däckmönsterdjup, backspeglar, batteri, oljenivå motor. Inga lösa föremål i bo-delen.

**Motorcykel:** Kontakter o reglage, tutan, blinkers, reflexer o belysning,, kedja, däckmönsterdjup, fram o bakbromsar, bromsbeläggen, broms o bränsleslangar, framgaffel, stötdämpare bak, oljenivå motor, varningstriangel, inga vassa kanter på vind o strålkastarskydd.

**Lätt släp** (totalvikt 3500 kg): 1: gången inom 48 månader, därefter inom 24 månader. Tungt släp (över 3500 kg): 1: gången inom 12 månader, därefter inom 12 månader. Olastat vid besiktningen, färd o parkerings-bromsen, blinkers, reflexer o belysning, däckens mönsterdjup o låsanordning.

**Husvagn** (totalvikt 3500 kg): 1: gången inom 48 månader, därefter inom 24 månader (som lätt släp). (över 3500 kg): 1: gången inom 12 månader, därefter inom 12 månader. Kolla blinkers, reflexer o belysning, handbromsen, däckens mönsterdjup, inga lösa föremål. Missad besiktning innebär **körförbud**.



## Registreringsbevis

För varje registrerat fordon i Sverige finns ett registreringsbevis utfärdat. Det består av två delar. Del 1 – tekniska uppgifter och annat (förvaras i fordonet). Den innehåller behörighetskod, ägaren, uppgifter om leasing eller kreditköp, tekniska uppgifter om fordonet, allmänna uppgifter om fordonet, den del som används vid påställning – avställning – beställning av skyltar och beställning av del 2. Del 2 – värdehandling (förvaras ej i fordonet). Den används vid ägarbyte.

# Almanacka för kommande aktiviteter

Om ej annat anges sker dessa i Seniorrestaurangen på Solbringens.

Måndagar	<b>Seniorgympa</b> i Solbringens bibliotek, kl. 14.00. Ledare <b>Britt Strinnholm</b> .
Onsdagar	<b>Seniorgympa</b> i Nickkällans samlingsal, kl. 14.30. Ledare <b>Britt Strinnholm</b> .
Tisdagar, ojämn vecka	<b>Bingo</b> med kontaktservice, kl. 14.30.
Onsdagar	<b>Musiklyssning</b> med kontaktservice, kl. 14.30.
Torsdagar, jämn vecka	<b>Sittyoga</b> med kontaktservice, kl. 14.30.

**Datum och telefonnummer/mail för anmälan finns i annonser och på hemsidan.**

Tisdag 26 mars	<b>Äta bör man.</b> Denna gång på <b>Restaurang Hugo</b> . För mer information se annons i Månadsnytt nr 2.
Tisdag 2 april	<b>Månadsmöte</b> kl. 14.30 med Strömtorparna. För mer information se sidan 4.
Torsdag 11 april	<b>Vinprovning</b> kl. 17.00 i klubblokalen, Folkets hus. För mer information se annons på sidan 5.
Tisdag 16 april	<b>Vetgiriga Veteraner</b> kl. 14.30. Johan Tjernström informerar om bostadsmarknaden i Karlskoga.
Onsdag 24 april	<b>Kulturrundan</b> kl. 14.30. Solbringens: <b>B O Söderberg</b> , Nickkällan: <b>Christer Bergsten</b> , Bergmästaren: <b>Christer Folkesson med 2 av sina musikaliska systrar</b> , Söderkyrkan: <b>Ahlin och Thunberg</b> . Kulturrundan är ett samarrangemang mellan: Kontaktservice (artistbokning), Svenska kyrkan (ordnar kaffe och bröd), PRO och SPF Seniorerna står som värdar (ansvarar för kaffeserveringen).
Tisdag 3 maj	<b>Äta bör man</b> på <b>Restaurang Möckeln</b> . Mer information finns i annonsen på sidan 3.
Tisdag 14 maj	<b>Månadsmöte</b> kl. 14.30 med Modevisning från Modehuset. (OBS! Ändrat datum).
Tisdag 24 maj	<b>Njutningsresa till Stjarnsunds slott, gårdsbutik och Kumla Sjöpark</b> . Mer information finns på sidan 10. Exakta klockslag för avresan kommer finnas i Månadsnytt nummer 4 enligt resegruppen.

## Vårens nyheter i butiken!

# MH MODEHUS

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

Torget 14, Karlskoga • Tel 0586-525 05

