

# Månadsnytt

**SF**  
SENIORERNA  
Karlskoga

Nr 4 – April 2024

Årgång 40



*Möckeln vid brandstationen. Foto: Jan Sjögren*

**Vad händer på A9?  
Sidan 7.**

**Kommande högtider.  
Sidorna 11-13.**

**Reseplanering.  
Sidorna 8-9.**

**Sommaraktiviteter.  
Sidan 15.**

# Tankar från ordförande

Sommartiden är här, iallafall på klockan, med längre och ljusare dagar. Nu har vi en skön vår att se fram emot innan sommaren anländer. Men mycket ska ske innan dess.

Vi kan äta en fantastisk tre-rätters middag 3/5 på Möckelngymnasiet, se en mannekänguppvisning 14/5 med Modehuset och åka på en riktig Njutningsresa 24/5 med vattenblänk och vårens vackra fågling. Läs mer i detta nummer och anmäl dig direkt. Kanske ett gympass med energiska Britt, en av de fantastiska samordnare som vi har och som fixar det mesta. Tack också till alla våra volontärer och medhjälpare som stöttar.

Saknas någon aktivitet? Styrelsen jobbar på en enkät till våra medlemmar. Du har väl lämnat din mailadress? Vi hoppas på många svar om vad du tycker är roligast, vad du önskar och vad vi som verksamhet kan göra bättre. Kanske blir det någon nytt redan i höst.

En nyhet redan nu; För de nästan 50 nya medlemmarna som hittat till oss sedan oktober hade vi en trevlig träff 19 april. Där presenterades bl.a. vad SPF Karlskoga erbjuder i form av aktiviteter samt förbundets och de lokala förmånerna. Det ska bli återkommande träffar med nya medlemmar vår och höst.

Vi försöker nå ut på så många sätt som möjligt för att fler ska hitta till oss och kanske bli medlemmar. Du följer väl vår Facebooksida "SPF Karlskoga"? Kanske hörde du Per Nilsson och mig i Cityradion före påsk?

Personligen gjorde jag en glad upptäckt lagom till påsk under research om förmå-



nerna: jag hittade Eurofloristen med 15% SPF-rabatt på on-linebeställning av blombud! Perfekt för en påskbukett till min dotter i Skåne. Gå in på vår hemsida och skriv Euroflorist i sökrutan. (<https://spfseniorerna.blomma.se>).

Styrelsen har ett par möten kvar innan sommaren och en distriktsstämma som äger rum i Nora. Som näst största förening i länet har vi 8 ombud som ska representera Karlskoga. Blir intressant möta riksordföranden för SPF som ska tala.

Kika in på hemsidan eller Facebooksidan då och då i sommar. Då missar du inget av det som händer i vår fina förening. Påminner också om att du är välkommen ta direktkontakt med mig via mail om du har tips.

Vi ses i vimlet.

**Anna**

Ansvarig utgivare:	<b>Anna Wiberg, tel 070-741 67 38. E-post: <a href="mailto:anna@adminca.se">anna@adminca.se</a></b>
Redaktionskommitté:	<b>Redaktör: Jan Sjögren, tel 073-626 81 35. Redaktionen: Eva Sandström. E-post: <a href="mailto:mnytt.spfkg@gmail.com">mnytt.spfkg@gmail.com</a></b>
Expedition:	<b>SPF, Solbringan 80, Loviselundsvägen 73, 691 83 Karlskoga. Tel 073-977 37 06. E-post: <a href="mailto:karlskoga@spfseniorerna.se">karlskoga@spfseniorerna.se</a> Öppen måndag och torsdag kl. 10-12.</b>
Föreningens ordförande:	<b>Anna Wiberg, tel 070-741 67 38. E-post: <a href="mailto:anna@adminca.se">anna@adminca.se</a></b>
Föreningens sekreterare:	<b>Eva Öberg, tel 070-667 73 00. E-post: <a href="mailto:evovva.oberg@gmail.com">evovva.oberg@gmail.com</a></b>
Föreningens kassör:	<b>Leila Raudsaar, tel 072-721 81 01. E-post: <a href="mailto:leila@raudsaar.com">leila@raudsaar.com</a></b>
Föreningens hemsida:	<b>SPF Seniorerna Karlskoga</b>
Webbansvarig:	<b>Per Nilsson, tel 070-399 45 72. E-post: <a href="mailto:per.b.nilsson@telia.com">per.b.nilsson@telia.com</a></b>
Föreningens Bankgiro:	<b>5715-5640</b>



# Information

Manusstopp för nästa nummer av Månadsnytt är måndag 5 augusti kl. 16.00.  
Distribution fredagen 23 augusti.

## Nya medlemmar.

### Varmt välkomna är ni!

Mikael Eriksson, Kilstavägen 41 B  
Marga Carlsson, Dragonvägen 22  
Peter Allenbrant, Östra Mörkviken 9  
Ditte Johansson, Bättringsvägen 17 A  
Mona-Lisa Andersson Sthyr,  
Loka 15, Grythyttan  
Anne o Bengt Jalminger,  
Länsmansgatan 8  
Gun-Britt Strömgren, Bangatan 10 A  
Björn Cassersten, Lävägen 15



## Kulturrundan mars

Denna gång fick Solbringens återbesök av Titti Hansson och hennes gitarr. Titti jobbar till vardags på Cityradion och har tidigare arbetat som musiklärare i Nora. Hon är "Vackra Fia" i gruppen Hönsa-Karin från samma stad och medverkade under 80-talet i gruppen "Knall och Fall".

Denna eftermiddag hälsades hon och ett knappt 40-tal åhörare välkomna av SPF-värden Marianne Leijder. Titti tog oss sedan ut på en rundtur i världen och bjöd på en del go'a skratt. Hon började, "som vanligt" enligt henne själv med Stefan Demerts "Marknadsvisa", därefter Alpens ros och vi fick höra "svengelska" i "Amerikabrevet". Vi följde med Fritiof till Arkadien, fikade både på Solbringens och på "Brittas restaurang". Sista melodin, "När man är pensionär" lockade fram leenden och ett och annat gott skratt.

Marianne Leijder tackade för en trevlig eftermiddag och berättade om de närmast kommande aktiviteterna i Seniorrestaurangen.

*Text: Eva Sandström*

*Foto: Jan Sjögren*

*Kulturrundan är ett kommunalt samverkansarrangemang i fyra stadsdelar där SPF är värdar på Solbringens.*

## Expeditionen stängd för sommaruppehåll

**4/6 – 4/8**

Öppnar 5/8 kl 10:00

Anmälan till Västanå teaterresa  
kan göras på ordinarie telefon  
och mail tom 23/7.



**GLAD SOMMAR  
ÖNSKAR REDAKTIONEN!**

Våra arrangemang  
sker i samarbete med  
Studieförbundet Vuxenskolan



# Händer i Maj

**Äta bör man...**

**.. och gärna tillsammans**

**3/5**

**Njut av en 3-rätters  
lunch kl 11:30 på**



**Pris: 140:-**

dryck och kaffe ingår

**Anmäl senast 2 Maj 11.30**

Meddela om du önskar samåkning  
alt. har plats över i din bil

Ring / SMS:a till 073-977 3706 eller  
maila karlskoga@spfseniorerna.se



## Vinprovning

Det var en lättsam och trevlig vinprovning. Vi provade 4 röda viner från olika områden i Italien. Det framfördes önskemål om två olika provningar till hösten. Välkomna då.

*Gunnel Ringman*

## Nya modetrenden -24



ModeHuset visar sommarens mode den 14 maj. Det blir en skön blandning av blått, vitt och rosa färger med inslag av jordfärger. Fokus på kjolar i årets trend och sk culottebyxor i alla typer av mönster. Till detta assessorer som smycken, sjalar och väskor. Material är hel- och halvlinne, bomull och annat behagligt stretchigt liksom lite tuffare fuskmocca och fuskläder.

Marianna Lundgren erbjuder 20% på köp t.o.m. lördagen efter möte!. Besök butiken innan och spana in allt det nya!

## Månadsmöte

**14/5 kl 14:30**

**i Solbringens matsal**

**MH MODEHUS**

**visar sommarens nyheter**



**Anmäl senast 13 Maj 11.30**

Ring / SMS:a till 073-977 3706 eller  
maila karlskoga@spfseniorerna.se

# 24 maj Njutningsresa

## Kumla Sjöpark och Stjersunds slott

Denna dag ska vi koppla av och njuta av naturens skönhet och äta något gott i glada vänners lag. Ferdinand under korkeken är förebilden.

### Njutningsresa

## 24 maj

### Kumla Sjöpark & Stjersunds Slott

Läs mer i  
artikeln...

#### Tidtabell

09:30 Nickkällan

09:45 Solbringen

10:00 Bergmästaren

Hemkomst ca 17:00

Anmäl senast 16 Maj 11.30

pris: 300:-

**OBS Anmälan är bindande**

Ring / SMS:a till 073-977 3706 eller  
maila [karlskoga@spfseniorerna.se](mailto:karlskoga@spfseniorerna.se)

Kumla Sjöpark väntar med en blommande trädgård och i växthusets olika rum finns många praktfulla arter, både svenska och utländska. Hoppas mina favoriter kamelior och pelargoner väntar på mig.

Goda Rum serverar en fredagsbuffé för 189 kr men även smårätter och det finns ett café. Välj det som passar eller ha med egen matsäck. Kl 13.00 åker vi till Stjersunds slott där vi kan ströva i slottsträdgården, sätta oss på bryggan och ta en fika eller gå in i slottet. (Guidad tur 120 kr som du betalar själv). Det finns också en bod som säljer speciella trädgårdsprylar.

Kl 15.00 tar vi oss till Stjersunds gårdsbutik med 100-talet olika produkter som är lokalproducerat i Nerike. Ägg, kött och mjöl av olika slag är de viktigaste varorna. Provsmakning av ost utlovas också.

Resan kostar 300 kr och **anmälan är bindande**. Sista anmälningsdag är **torsdag 16 maj kl. 11.30** på tel 073-977 37 06 eller via mail till: [karlskoga@spfseniorerna.se](mailto:karlskoga@spfseniorerna.se).



Kumla Sjöpark.



## 3/4-byxor inkomna!

# MH MODEHUS

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

Target 14, Karlskoga • Tel 0586-525 05

## Månadmöte 2/4



Denna aprilemiddag, direkt efter påsk, gästades SPF av 5/6 av gruppen Strömtorparna. Marianne Leijder hälsade alla välkomna och vår nya ordförande Anna Wiberg presenterade sig kort och uppmanade medlemmar att höra av sig med tips eller önskemål.

Lars Friberg, Hasse Alfredsson, Jonas Karlsson, Göran Johansson och Göran Karlsson trakterade som de proffs de är ett flertal olika instrument och självklart sång. Christer Dahlberg hade tyvärr förhinder. Att det var ett kärt återbesök märktes tydligt och både musiker och publik hade roligt. Dessa uppskattade musikanter lockade närmare 80 personer trots en kortare anmälningstid.

Vi bjöds på en skön blandning av melodier som inleddes passande med "Vind i seglen", en sommarmelodi som markerade sommartidens start. Den följdes av gamla örhängen från Dean Martin och Elvis till aktuella ABBA. Tänk att det är 50 år sedan de vann Eurovision i Brighton. Alla melodier väckte minnen hos både äldre och yngre seniorer. Vi besökte också Östersund genom Per Martin Hambergs "Nu tändas åter ljusen" samt Småland och de trallande jäntorna. Många anammade inbjudan att sjunga med.

Efter kaffe med wienerbröd och lotterier fick vi intressant information från resegruppen. Därefter följde musik av bl a Beppe Wolgers och några Jim Reeves-melodier.

Dagens musikanter tackades för eftermiddagens trevliga musikunderhållning med varsin ros av Marianne Leijder. Den sista informationen för dagen handlade om säsongens återstående aktiviteter inom vår förening och avslutades med en sista melodi "All of me".

Jag tror att alla närvarande uppskattade en mycket givande eftermiddag.

*Text: Eva Sandström*

*Foto: Jan Sjögren*

## Museiresan

Lerin är alltid rätt, så också för våra deltagare. De som besökte utställningen fick njuta i några timmar och klev nöjda på bussen.

Undertecknad deltog på Brigadmuseet där en kunnig guide berättade om b.a. brigader som består av 5000 man från alla olika militära enheter. Här finns flyg, artilleri, pansar, spanare, ingenjörer. Vi fick höra om allt det som behövs i ett krig som sjukhus, transporter, mat osv. Efter andra världskriget fanns det 37 brigader. I Sverige finns idag två och år 2030 ska det finnas fyra.

Jag har alltid velat veta hur en stridsvagn ser ut inuti och hur det känns att sitta där djupt nere i ett skal av järn utan att kunna se ut. Här fick jag prova klättra upp på den med hjälp av en stege men guiden varnade mig för att hasa mig ner i hålet för jag skulle aldrig ta mig upp igen! Tänk att sitta instängd där nere utan spypåse, direkt på bottenplåten i en krängande, gungande stridsvagn! Det måste vara olidligt, ja en mardröm.

Alla som gjort lumpen kände igen mycket och mindes tillbaka. För mig var allting nytt och jag kunde gått runt flera timmar till. Jag rekommenderar alla som inte varit på Brigadmuseet att kosta på sig 80 kr och gå runt och undersöka allt. Minnen kommer tillbaka och vi kunde jämföra och säga – "Tänk hur det va' "och "va' mycket vi har vatt' mä om"!

Museet visade allt vad en brigad innehöll under det kalla kriget. Jag fattar mer nu och är glad att jag fick veta och se allt som behövdes för att försvara Sverige då. Och ny kunskap för mig betyder att jag vill veta mer om tex hur drönare skjuts ner och med vad. De är ju så små. Men det får bli en annan historia.

Hälsning från en nöjd

***Britt Strinnholm***



Äldre sovjetisk tank. Bild från Museets hemsida.

# 19/3 Vetgiriga veteraner

Denna dag hälsades A9:s regementsförvaltare Ola Berggren, A9 och kommunikationschef Viktoria Cassersten, (uppvuxen i Karlskoga), välkomna till Solbringens restaurang av Eva Öberg. Ca 90 åhörare hade samlats för information om A9:s återetablering i Kristinehamn.

Våra informatörer berättade om sig själva och sina yrkesroller innan de började med allmän information för att så berätta om etableringsläget. Vi fick veta att Försvarsmakten består av många olika grenar, har ca 55 000 medarbetare varav ca 40 000 är fast anställda. 20 % av dessa är kvinnor, resten är män. Fördelningen på A 9 är däremot 50/50. Det finns 2 artilleriregementen i vårt land. Det ena är A 8 i Boden och det andra A 9 i Kristinehamn. Det finns andra typer av artilleri: fält-, fästnings-, fartygs- och luftvärnsartilleri, A9 tillhör det sistnämnda.

Det togs regeringsbeslut 2020 om återetableringen och det går fort - invigning hölls 4 december 2022 med hertigen av Värmland och ca 700 personer närvarande liksom försvarsminister Pål Jonsson (stolt värmlänning) A 9 är nu under uppbyggnad från grunden. Många erfarenheter hämtas från Gotland och när nya förband bildas så finns ett fadderförband. För A9 är det Skövde där artillerisoldater nu utbildas. Värnpliktsutbildningen kommer övertas i sommar och år 2030 ska A9 ha full kapacitet. Man startade med 3 anställda i Rådhuset i Kristinehamn, nu flyttar man in i tillfälliga lokaler för det är för trångt. Det byggs nu för fullt på Harberget.

Berggren lyfte det 3-delade ansvaret för krigsmakten, den militära närvaron i Värmland, samarbetet mellan olika kommuner som är kopplade till totalförsvaret. Han



Anna Wiberg, Viktoria Cassersten och Ola Berggren.

betonade också betydelsen av närheten till Karlskoga och Villingsberg. Vi fick också se en bild på Archer, Saab Bofors stolthet, som är ett eldrörsartillerisystem.

Det blev en frågestund efter informationen om bland annat kopplingar till hemvärdet, framtidens försvarsmakt inom Nato, information om civilplikten som gäller tills man är 70 år. Vi informerades om värnplikten som gäller till 47 års ålder, vilka som väljer ut de som ska mönstra, och var man mönstrar. Vi fick lära oss att det inte heter "repmanad" utan krigsförbandsövning. Intressant var att det finns skolinformatörer som informerar på skolorna om värnplikten. Våra åhörare fick många svar men endast på de frågor som fick besvaras och fick hjälp av Britt Strinnholm som snabbt googlade fram vad soldaterna dagsersättning är när det svaret fattades.

Till kaffet bjöds vi på bullar från 39 ans café, lotteri och information om kommande aktiviteter som möten, resor, vinprovningar mm. Vår nya ordförande Anna Wiberg presenterade sig, berättade att vår förening nu finns på Facebook och att som vill ör välkommen att kontakta henne. Lättast är att göra detta via mejl.

*Text: Eva Sandström*

*Foto: Jan Sjögren*



## Kommande äventyr

### 31/8 Teaterresa

Tillsammans med Karlskoga Turistförening får vi möjlighet att besöka Västana Musik och Teater i Rottneros. De huserar sedan 1999 i den magnifika Berättarladan intill sjön Fryken ca fem kilometer söder om Sunne. Det sägs att det är Värmlands största lada och rymmer 500 åskådare.

I ladan finns en kostymutställningen som visar ett hundratal av de kostymer och masker som använts i föreställningarna.

Vi kommer att få se en dramatisering av HERR ARNES PENNINGAR, skriven av Selma Lagerlöf 1904, som utspelar sig i slutet av 1500-talet. Det blir en virvlande upplevelse där berättande genom rörelse och dans är viktiga moment.

Avresa från busstationen lördag 31 augusti klockan 13.30. Föreställningen startar klockan 16.00. I pausen som är 50 minuter serveras middag för den som bokat, kostnad 300 kronor. Matalternativen är kyckling eller vegetariskt. Föreställningen slutar ca 19.00 och vi räknar med att vara hemma ca 20.30.

Det finns även en bar en trappa upp där du kan köpa bakverk och smörgås samt dryck. Priset för bussresa, teater och middag är 1100 kronor. Om du inte önskar middag blir priset 800 kronor.

Anmäl dig så snart som möjligt, dock senast 23 juli till telefon 073 977 37 06 eller mail [karlskoga@spfseniorerna.se](mailto:karlskoga@spfseniorerna.se). Vi har fått 27 biljetter så först till kvarn.

## Västana teater

Herr Arnes penningar 31/8

**Bussresa, biljett  
& mat (valbart)**

**Pris: 1100:- för helt paket  
(800:- utan mat)**

Läs mer i artikeln intill !

**Bindande anmälan och  
betalning senast 23/7**

**Bankgiro 5715-5640 eller  
swish 123 552 3212**

**Ange namn och Västana**

Sker i samverkan med STF

Ring / SMS:a till 073-977 3706 eller  
maila [karlskoga@spfseniorerna.se](mailto:karlskoga@spfseniorerna.se)



## Valdags till Europaparlamentet

Ett gammalt ordspråk dök upp i mitt minne idag. "Glöm inte bort att komma ihåg". Valet till EU kan vara lätt att glömma av flera orsaker, det sker med 5 års intervall och redan i juni. Valsöndagen är den 9 juni och vårt land får 20 platser i parlamentet. Vallokalen står på ditt röstkort som du får i brevlådan. Kan du inte rösta just den dagen, förtidsrösta på till exempel lasarettet

mellan klockan 11:00-17:00, mellan 22-24 maj, 27-31 maj, 3-5+7 juni, biblioteket från 22 maj - 8 juni. Vardagar 10:00-18:00, helgerna 10:00-13:00. Bergmästaren helgfria dagar mellan 27 maj-7 juni mellan klockan 11:00-17:00. Det kommer finnas mobil förtidsröstning under några timmar/dag på olika platser i vår stad.

**Eva Sandström**





## 13/8 Svampen och Naturens hus

Här styr vi mot den stora staden Örebro. Många har säkert varit uppe i den berömda Svampen men det är alltid lika mäktigt att se ut över den växande staden. Vi äter lunch i Skybar, Svampens restaurang. För 135 kr får vi välja på kyckling, fisk eller en vegetarisk rätt. Fri guidning ingår om det vi ser, vad som byggts i Örebro och info om hur staden vuxit till c:a 160.000 invånare, den sjunde av våra städer i storlek.

Vi kommer sedan att åka ut till Oset och Naturens hus. Tänk vad som kan göras av en stor soptipp, otillgängliga våtmarker och ett industriområde! Nu är det örebroarnas uterum, en oas för friluftsliv och ett kommunalt naturreservat. Vi stannar inte länge men kanske går upp på bron över Rynningeviken och får se en broöppning. Resten av resan är hemlig. Spännande?!?

Vi åker 10.30 från Nickkällan, 10.45 från Solbringan och Bergmästaren 11.00 och försöker vara hemma 17.00. Priset är 350 kr inklusive lunch.

**Sista anmälningdag 6/8 till exp. 073-977 37 06 eller med ett mail till karlskoga@spfseniorerna.se.**

Om du som jag numera bara besöker USÖ, Capiro och Folk tandvården så häng med och se allt nytt. Förr hittade jag överallt i Örebro och nu vill jag få minnet tillbaka och fylla på det med det nya.

Välkomna!

## 15/9 Matresa

Reservera datum för Matresan som planeras till 15 september. Mer info nästa nummer.

Hösten blir spännande med flera planerade resor som vi jobbar med. Kom gärna med tips på mail till britt.strinnholm@live.se.

# Apropå inställd resa

Vi i resegruppen är fenor på att googla, ringa runt och planera för tänkta resmål.

Vi rekar även personligen resmålet för att vara säker på att det är ok. Själv läste jag allt om Krigsflygfält 16 och Brattforsheden i januari.

Ägaren, Länsstyrelsen i Värmland kontaktades och jag blev uppringd av chefen för kulturresevatet. Hon kunde tyvärr inte svara på alla mina frågor utan bad mig återkomma till sommaren! Det gick ju inte, så jag tillbringade långfredagen på Krigsflygfält 16.

Så nu vet jag att man bör kunna gå omkring två kilometer på breda stigar för att kunna ta del av aktiviteterna. Och att här finns enbart torrdass, gamla bajamajor och trappor utan räcken. Får man ens ha en trappa utan räcke?



Fältet är öppet i slutet av juli och halva augusti. Då ska jag dit och åka bandvagn, sitta i en stridsflygsimulator, äta våfflor och få lyssna på krigshändelser om hur det var under kriget för alla de som bodde i barackerna runt flygfältet. Sedan vet jag ännu mer och kan berätta om mina upplevelser.

Kanske ordnar vi en resa, med riktig och bra information, så att ingen känner sig lurade och blir besviken. Kanske kan länsstyrelsen sätta upp ett trappräcke inne på torrdasset?

Hör av dig till britt.strinnholm@live.se om du vill veta mer om Brattforsheden.

*Text och Foto: Britt Strinnholm*

# 18/4 SPF Distriktsstämma 2024

Förra torsdagen hölls Örebro distriktets årsstämma på Bryggerikrogens konferens i Nora. Efter distriktsordförande (DO) Siv Kanons välkomsthälsning inledde Riksordförande Eva Eriksson, digitalt från Stockholm. Hon berättade om de viktiga områden SPF arbetar med på alla nivåer för att uppfylla de tre huvudområdena för SPF: Inflytande, valfrihet och livskvalitet för seniorer.

Här lyftes hur riksförbundet (RF) påverkar och deltar i arbetet mot bedrägerier mot äldre, boendefrågan, socialtjänstreformen och inom pensionssystemet. På distriktsnivå gäller påverkan främst inom vården (regionernas ansvar) genom regionala Pensionärsrådet (RPR) och lokala frågor ska lyftas på Kommunens Pensionärsråd (KPR). På riksnivå svarar SPF på remisser, deltar i utredningar av olika slag och vårt ord väger tungt.

I Sverige finns idag 2,3 miljoner 65+ och en femtedel av skatteintäkterna kommer från oss seniorer. Vårt bidrag till BNP motsvarade 2023 ca 170 miljarder (!) och vår kompetens behövs. Antalet seniorer som jobbar efter 65 ökar ända upp i 75-års åldern, en del startar t.o.m. företag. I kommande EU-val den 9 juni är var 5:e väljare senior.

Bland de många utmaningarna som Eva Eriksson lyfte fanns kravet på likvärdig vård utan åldersdiskriminering, behovet av ökad forskning och kompetens om seniorers sjukdomar och om att äldre ska specificeras i socialtjänstlagen vilket inte är fallet idag.

Den nya lagen landar inom kort och många kommuner har förberett den ( däribland Karlskoga: Annas anm)

Hon lyfte också behovet av geriatriker och undrade lite över var de 40 miljarder som förra regeringen delade ut till regionerna för "God och nära vård" tog vägen. IVO (Inspektionen för vård och omsorg) hade letat men inte hittat någon region som var igång.

Slutligen lyftes betydelsen av civilsamhället där SPF som organisation och vår förening ingår: utan alla medlemmar, samordning och mötesplatser så kan demokratin hotas. Det är i mötet mellan människor den byggs.

Därefter kom Monica Ulfhielm, också styrelseledamot från riks, och berättade om välfärdstekniken som både finns och är på gång, allt för att förbättra livskvaliteten och att vi tryggt ska kunna bo kvar hemma. Att det inte kommer att finnas tillräckligt med personal om några år vet nog de flesta men med tekniska hjälpmedel kanske de som finns också orkar med arbetet och äldre får mer frihet. Tekniken ger då en win-win-situation men valfrihet och samtycke får inte rundas. Oroväckande är att många kommuner med statsbidrag har köpt prylarna men personal och användare vet inte hur de ska användas. Mer utbildning krävs alltså.

Monica talade också om "det digitala gapet". En undersökning visar att 85% av seniorerna har och använder, bland 75+ något lägre siffra. Och Bank-id-funktionen har 92 % av befolkning men bland 75+ ca



60%. Här har kommunerna ytterligare ett ansvarsområde, att "alla är med".

Till sist presenterade sig Hans Ström, distriktets kontaktperson från riksstyrelsen, tillika valberedning och efterlyste nomineringar till nästa års val till styrelsen.

Innan avbrott för lunch fick vi kultur till förrätt - Anders Wallen, författare, låtskrivare mm gav oss smakprov ur både böcker och från senaste albumet.

Efter god fiskgryta klubbades stämman i gång och inleddes med en kort presentation med tyst minut. Året 2023 godkändes och lades till handlingarna, budget och plane-

rad verksamhetsplan 2024 presenterades och medlemsavgift fastställdes (oförändrad 2025). För den som är intresserad finns dokumenten på distriktets hemsida. En styrelse valdes med Siv Kanon som fortsatt distriktsordförande ett år till och Per Aspeli, också Karlskoking, omvaldes på två år. 8 av länets 23 föreningar finns representerade i nya styrelsen som består av sju män och två kvinnor. Tack till gamla styrelsen för bra arrangemang.

*Text: Anna Wiberg,  
ombud vid stämman*

*Foto: Jan Sjögren*

## Valborgsfirande



Från början en förkristen högtid som senare kom att förknippas med den heliga Valborg och kulten runt henne.

Det skedde en vårstädning i skog, tomter och annan mark. Pg eldningsförbud som trädde i kraft i början av maj var slutet av april en lämplig tid att bränna upp sitt skräp utan risk för stora bränder i omgivningen.

Valborg (avliden 799) var ett tyskt helgon som blev helgonförklarad 1 maj, ett datum som senare kom att firas som Valborgsmässa. Genom att fira henne knöts kristendomen ihop med den förkristna tron att häxorna denna natt red på kvastar eller getabockar till olika offerplatser runtom i Europa.

Firandet i vårt land är stort och våren brukar ofta sjungas in denna dag, firandet känns ofta extra stort i studentstäderna, kung Carl Gustav XVI fyller år denna dag, i vårt östra broderland fick vi uppleva ett hav av vita studentmössor. Där firas f.ö. dagen ofta med struvor och mjöd. Det betyder att

man i det området brukar fira dagen genom att äta struvor, som är en sorts tunna, frasi-ga kakor, och dricka mjöd, som är en dryck gjord på honung.

*Text: Eva Sandström  
Foto: Jan Sjögren*

 **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.

# 6/6 Om Nationaldagsfirande

Undertecknade har haft förmånen att fira nationaldag både i Sverige och vårt broderland Norge och kan jämföra de båda ländernas firande.

I Norge skrevs grundlagen 1814 och är sedan dess både flaggdag och helgdag. Första paraden skedde så tidigt som 1827. Barnetog (barnparad) har funnits sedan mitten av 1800-talet och barnen går tillsammans med musikanterna. Inte bara Norges officiella nationalsång brukar sjungas denna dag, utan också "Norge i rødt, hvitt og blått" som ofta kallas "Norges andra nationalsång". Många gånger har dagen startat med ett knytkalas/frukost där jordgubbar, toppings och en god dryck ingår liksom flagga och blommor.



Parader med musikkårer, där många bär bunad, (folkdräkt från hemorten), band i norska färger och flaggor i händerna. Flaggor är också hissade och pryder hus, bilar och bussar. Många samlar släkten till en familjemiddag och russen (studenter) har olika upptåg. De har speciella "russekort" som delas ut. Dagen är en stor folkfest där alla är välkomna att delta. Norges kung håller tal till norska folket i TV.

I Sverige har vi ett mer stillsamt firande sedan år 1983, när Sverige äntligen fick en nationaldag men det dröjde ändå till 2005 innan det blev en helgdag. Innan firades svenska flaggans dag 6/6 till minnet av Gustav Vasas kröning 1523 och senare 1809 års regeringsform. 180 år senare blev dagen en salutdag; 21 skott skjuts kl.13.00 med 5 sekunders mellanrum.

Mot denna bakgrund är det inte konstigt att vi är sämre än normmännen på att fira. Det första året med denna helgdag hittade vi en enda servering som hade nationaldagsba-



kelser. Firandet har sedan blivit både mer och bättre. Vi har t.ex. firat nationaldagen på Berget Degerfors med musikkår, tal och underhållning och på hembygdsgården i Aggerud med tal, musik och flaggor. Firandet från Skansen brukar locka besökare från hela vårt land då man vill se och höra kungens tal på plats. En ny tradition är också att välkomna nya medborgare i samband med nationaldagen.

*Text: Eva Sandström*

*Foto: Jan Sjögren*

**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

# Midsommarfirande

Midsommarfirandet har inga kopplingar till hedniska riter. Detta trots att ordet midsommar sägs vara förkristet då det syftar på tredje kvartalets ingång. Historiskt sett går midsommar och midsommarstången tillbaka i norra Europa till vårens spirande växtlighet. I bondesamhället innebar midsommar en brytpunkt i arbetsåret, medan själva midsommarnatten ansågs vara full av magiska krafter och övernaturliga väsen.

Ser man på denna helg ur religiös synvinkel så tidigt som till 300-talet, kallas den på många håll Johannes döparens dag, den man vars huvud sägs ha serverats Salome på ett fat sedan hon dansat de sju slöjornas dans för sin styvfar. Johannes döparen sades vara född den 24 juni, ett datum som till 1952 alltid var midsommardagen. Från 1953 firas midsommardagen den lördag som infaller mellan 20–26 juni.

”Midsommarnatten är inte lång men sätter sju och sjuttio vaggor igång”. Sades förr i tiden och många barn kom i mars.

Midsommarstången/majstången dvs en stång smyckad med löv hör till denna helg. Man tror att stången (som så mycket annat) importerats från Tyskland under medeltiden. Från början gissar man att det var djäknar (dåtidens studenter) ensamma eller tillsammans med drängar drog runt och sjöng maj samtidigt som de tiggde pengar och mat. När stången kom till Sverige hängde kransarna längs med pålen, en tradition som lever kvar i Tyskland.

Midsommarnatten var övernaturliga väsen väldigt aktiva samtidigt som växtligheten hade magiska krafter så denna natt var lämplig att samla in läkeväxter och spå framtiden. Att naken rulla runt i midsommar dagen sades stärka hälsan. Samma effekt fick man genom att spara en sommarkrans till julbadet.

Under 1900-talet kom leken in i firandet och Små grodorna blev mycket populär efter 1920. Undrar hur många som känner till att själva melodin går tillbaka till en fransk sång, som brittiska soldater under napoleonkrigen vid 1800-talet använde som en nidvisa om fransmännen?



Midsommar är för många nubbe, sill, färskpotatis gräslök, gräddfil, färska jordgubbar, blomsterkrans i håret, ringlekar, fiskdamm och säcklöpning förekommer ofta. Många startar semestern vid denna tid med en resa till Dalarna, Öland och andra traditionella platser för att fira. Stor risk för trafikolyckor.

Förr besökte många någon källa för att ta del av den läkande kraften. Ibland förbereddes källan med blommor och hackat granris i vattnet.

Många kanske lagt blommor under kudden för att drömma om sin tillkommande eller ätit den mycket salta drömpannkakan/drömgröten. Man skulle då ställa ett glas vatten, ett glas öl och ett glas brännvin vid sängen och se vem som kom och vilket glas denne tog. Det visade karaktären på den blivande äkta hälften/visade om man skulle leve rikt eller fattigt.

Midsommarnatten var en lämplig tid för skattsökare. Det sades att förtrollade skatter steg upp ur jorden och blev synliga för människors ögon. Det gällde att tiga om man skulle se och få skatten.

Innan majstången, kom tändes i vårt land, precis som i Danmark och Finland en brasa, i vårt östra broderland tar man gärna en båttur, fiskar och grillar. Även i andra länder tänds majbrasor.

*Text: Eva Sandström  
Foto: Jan Sjögren*

# Vetgiriga Veteraner 16 april

Denna eftermiddag visade vilken månad det var med riktigt aprilväder i form av regn, hagel och uppehåll. Inomhus var det en varm stämning med nästan fullsatt matsal. Eva Öberg hälsade välkommen till dagens gäster, Johan Tjernström och Andreas Person, fastighetsmäklare på Svensk Fastighetsförmedling. Båda herrarna är från Karlskoga, har varit verksamma inom sitt område sammanlagt ca 20 år och förmedlar bostäder i Karlskoga, Degerfors och Kristinehamn.

De berättade att de varit på en genomgång med kommunen om påbörjade och planerade områden för nya bostäder, sk detaljplaner. Kommunen har ett flertal i olika faser. Det påpekades dock att en ny detaljplan inte betyder ett nytt byggande, bara att möjligheten finns att bygga på platsen.

Sedan följde fakta om villamarknaden och jämförelse mellan taxeringspriser och försäljningsvärden över tid. Tidigare blev många bostäder sålda till lägre pris än taxeringsvärdet. Numer kan man ibland sälja med dubbla taxeringsvärdet och i Karlskoga ligger villorna bra prismässigt. Under pandemin gick priserna kraftigt uppåt och många köpte t.o.m. bostad online, utan att se den i verkligheten. En bostadsaffär tar numer lite längre tid då många tycks gå på magkänsla inför sitt köp och vill ha flera visningar. Och för investeringen i ett hus verkar köparen vilja ha stöd av till exempel föräldrar innan steget tas. Priserna börjar stabilisera sig och idag är det en snittid på ca 3 månader, innan försäljning sker. Karlskoga verkar inte vara lika räntekänsligt som andra orter kan vara.

Bostadsrätter har mindre efterfrågan än för några år sedan vilket märks på en del nybyggnationer. De är oftast mycket dyrare än äldre bostäder pga inflationen och valutan och det gäller oavsett vilken bostadstyp man är intresserad av. Bostäder som varit tänkta som bostadsrätter har istället sålts som villor då det varit lättare att hitta köpare. När en bostadsrätt ska köpas verkar man våga lite mer, då investeringen inte är fullt så stor. Det är också idag färre budgivare, som trissar upp priset, än för några år sedan.

Vi fick en sedan en genomgång av påbörjade och planerade projekt. Vi såg många kartor från olika stadsdelar som till exempel



Espenäs, Storängsstrand, Aggerudsviken där 46 enheter har byggts. Där kostar en 2: a på 59 kvadrat ca 1,5 miljoner som bostadsrätt vilket gjort att många tvekat inför ett köp. Det konstaterades under eftermiddagen att det är billigare att köpa lägenhet i ett äldre hus då det är svårt att bygga bostadsrätter med dagens ränteläge och med byggkostnader som ökat 25% på något år.

Vi fick information om planer för Centrums-tråket, före detta Katrinedalsskolan, Nobelområdet, Solvargshagen och Hägnan, som en gång varit ett stort bostadsområde. Om Norra Mellangården som är i planeringsfas vid barnvänliga Brickegårdsgården, om kvarteret Löjan i Sandviken och om bygget vid golfbanan. Karlskoghems hyresrätter, som just nu byggs på Badstugatan, var uthyrda på 3 timmar efter att de kommit ut på marknaden.

Seniorbostäder efterlystes under frågestunden vilket herrarna också gärna vill se för att "flyttsnuran" ska komma igång. När äldre flyttar från stora villor kan familjer flytta in men idag saknas enplanshus för den som flyttar ut. Och att lägenhetshus med hiss är för dyra att bygga just nu.

Vår ordförande Anna Wiberg tackade våra informatörer med varsin blombukett och passade på att informera om att Torpdalen kommer att byggas om till lägenheter när Villa Strå är klart. Efter kaffet blev det sedvanlig dragning på inträdesbiljetten, information om föreningens kommande program och presentation av våra nya volontärer som ställt upp denna dag. Eva tackade dem och oss alla för säsongen innan vi skildes åt för dagen.

**Text: Eva Sandström**

**Foto: Jan Sjögren**

# Sommaraktiviteter i Karlskoga

**SPF Seniorerna Karlskoga har inga egna planerade aktiviteter denna sommar så i stället bjuder vi på ett axplock av vad som sker inom vår kommun i sommar.**

- Torsdag 9 maj KMW har "Vårmonstring" med fordonsutställning på Korpkullen klockan 10.00-14.00.
- Lördag 18 maj Vårmarknad vid Bofors station med Karlskoga trädgårdsförening. Detta är en del av den Kultur- och föreningsdag som pågår vid Bofors station och vid Näset mellan klockan 11.00-14.00 i samarbete mellan kommunen och Möckelnföreningarna.
- Lördag 6 juni Nationaldagen firas bland annat på hembygdsgården. Läs om bakgrund och firande på sidan 12.

## Motorsportveckan 7-16 juni

Ett arrangemang i motorstaden Karlskoga som kommunen ansvarar för med motorsport, tävlingar, underhållning, uppvisningar & utställningar. Som brukligt är kommer det att finnas flera olika arenor som till exempel Centrum, Näset, Gelleråsen, flygplatsen, m.fl. platser. En del inom gångavstånd för några, andra kräver någon form av forskaffningsmedel. Det kommer en motorsportveckatidning med alla planerade aktiviteter som erbjuds närmare startdatum. Motorsportveckan finns på Facebook. Det finns en app. där det som är planerat kan hittas.

- Fredag 7 juni Smygstart med SM i Enduro som pågår till 9 juni. Battle of City är planerad till 10 juni på Katrinedalstomten/Loviselundsvägen.
- Lördag 8 juni Tjejsvängen startar vid Näset I 10.00. Målgången med prisutdelning sker vid Alfred Nobels torg runt klockan 12.00.
- Lördag 8 juni Invigningen klockan 17.00 med bland annat tal vid Alfred Nobels torg med efterföljande kanonsalut från Boforskanonen vid Rävåskullen. Därefter blir det cruising. De som bor längs med vägen kanske föredrar att titta från balkongen eller sitta på en bänk vid Konsthallen.
- Torsdag 13-14 juni Freestyle motocross show i Ekmansdalen.
- Fredag 14-16 juni Velodromloppet äger rum på Gelleråsen.
- Lördag 15 juni Hojfikarrundan. Start vid Alfred Nobels torg, målgång vid Näset.
- Söndag 16 juni Avslutningen av Motorsportveckan.
- Fredag 14 juni Studentexamen. Många brukar följa studenternas firande med rundturer på olika lastbilsflak. Balen kvällen innan, på Stadshotellet, brukar locka många intresserade åskådare som beundrar både bilarna som danslystna ungdomar anländer i och alla vackra kläder som bärs.
- Fredag 21 juni Midsommarfirandet sker på olika platser i vårt närområde. Vill du veta mer om midsommartraditionen läs på sidan 13.
- Fredag 28 juni Karlskogafesten går av stapeln på Badhusplan vid Näset.
- Veckan 1-7 juli Pågår Karlskoga modellflygklubb Jet Power Week vid Karlskoga flygplats.
- Lördag 13 juli Startar Karlskoga Konstförenings sommarutställning.
- Lördag-Söndag 14-15 september Under lördagen kommer Prins Carl Philips Racingpokal med barnens motordag (fri entré) äga rum mellan klockan 11.00-15.00 på Gelleråsen. På söndagen blir det "Nobelracet", som är en karting-tävling. Kanske att hertigen av Värmland är på plats.

# Kommande aktiviteter för SPF Seniorerna Karlskoga

När inget annat anges, sker dessa i Solbringens restaurang kl. 14.30.

## Gemensamma återkommande aktiviteter SPF/Kontaktsservice

Måndagar **Seniorgympa** i Solbringens bibliotek, kl. 14.30.

Ledare **Britt Strinnholm**.

Tisdagar, ojämn vecka **Bingo** med Kontaktsservice, kl. 14.30.

Onsdagar **Musiklyssning** med kontaktsservice, kl. 14.30.

Torsdagar, jämn vecka **Sittyoga** med Kontaktsservice, kl. 14.30.

## SPF Seniorers aktiviteter i maj

Tisdag 3 maj **Äta bör man på Restaurang Möckeln.**

Mer information finns i annonsen på sidan 4.

Tisdag 14 maj **Månadsmöte** kl. 14.30 med Modevisning från Modehuset.

OBS dag!  
Mer information finns i annonsen på sidan 4.

Tisdag 24 maj **Njutningsresa till Stjernerunds slott, gårdsbutik och Kumla Sjöpark.** Mer information finns på sidan 5.

## Expeditionen har stängt mellan 4 juni och 4 augusti

Öppnar igen 5 augusti. Mail och telefon öppet för anmälningar tom 23 juli.

Extra bevakning tom 23 juli för att hantera anmälan enligt ovan.

## Höstens gemensamma aktiviteter hos SPF Seniorerna/Kontaktsservice

Vi har ännu inte datum för när gemensamma aktiviteter och Kulturrundan återstartar efter sommaren. **Kulturrundan** är ett samarrangemang mellan Kontaktsservice, Svenska kyrkan, PRO och SPF Seniorerna där SPF står som värd på Solbringen. Datum ännu ej fastställda.

Håll utkik på de anslagstavlor som finns eller fråga ansvariga ledare om information innan sommaruppehållet.

## Höstens kända datum för aktiviteter hos SPF Seniorerna

Tisdag 13 augusti **Resa till Svampen och Naturens Hus**, se sidan 9.

Tisdag 3 september **Månadsmöte**

Tisdag 17 september **Vetgiriga Veteraner**

Tisdag 3 oktober **Månadsmöte** kl. 14.30

Tisdag 15 oktober **Vetgiriga Veteraner**

Tisdag 29 oktober **Månadsmöte**

Tisdag 12 november **Vetgiriga Veteraner**

Tisdag 26 november **Månadsmöte**

Tisdag 10 december **Vetgiriga Veteraner**

## Information från resegruppen

OBS! Resan 23 augusti till Brattforsheden är inställd. Se sidan 10.



**Håll ett öga på Facebook eller hemsidan – sök efter SPF Karlskoga. Information läggs ut löpande.**