

DU KAN SITTA PÅ ETT GULDLÄGE. Många är beredda att betala mycket för rätt bostad.
Det kan vara din. Funderar du på att sälja bjuder vi på en kostnadsfri värdering.
Välkommen till vår bobutik på Redbergsplatsen!

SVENSK
FASTIGHETS
FÖRMEDLING



TEL 031 21 49 00. WWW.SVENSKFAST.SE

Din lokala tidning

www.ohposten.se

nr 3 ● mars 2018

Örgryte & Härlanda POSTEN



**AKUTTANDVÅRD
INOM 24 TIMMAR**



Ny hos
Primärtandvården?
30% rabatt
vid första under-
sökningen

**Tandblekning
– nu endast
1.995 kronor!**

Vi bjuder dig
25–29 år som inte
varit hos tandläkare
på två år på en **gratis**
undersökning!

Akuttandvård – boka online eller ring!

PRIMÄRTANDVÅRDEN Kaggeledstorget 1 Telefon: 031-255037
ÖPPETTIDER Mån–tor: 7:30–19 Fre: 8–16 Lör: 10–15

www.primartandvarden.se

70th
Anniversary
Collection

Designed by
Sigvard Bernadotte

Exklusiva bågar från Scandinavian Eyewear.

Välkommen in och prova!

CARLBERG
GLASÖGON & LINSER

Danska Vägen 76, Tel 031 25 42 45
www.optikercarlberg.se
Öppet mån–fre 10–18

skaga
sweden 1948



GYMKORT FR.
249:-
/MÅN

TESTA EN VECKA GRATIS

VI HAR TRÄNING FÖR ALLA

NORDICWELLNESS



**TANDVÅRDSGRUPPEN
STABBETORGET AB**

◦ Kvalitetstandvård sedan 1977 ◦

Vid akuta problem
ring för snabb hjälp

Kvalitet, service
och omtanke

Välkommen att boka en tid!

031 – 21 23 46 031 – 25 77 19

www.tandvardsgruppen.org

PRIVAT
TANDLÄKARNA
Göteborg

Astra Tech Implant System® EV

Stabbetorget 4 • 416 80 Göteborg

Goda P-möjligheter och buss 17 stannar på torget



Glayol
Salong

KLIPPNING
Herr, pensionär, barn: 150:-
Dam: 200:-

FÄRG | SLINGOR | PERMANENT | HÅL I ÖRA/NÄSA

Munkebäcksgatan 6
Tel: 031-21 52 00
Mobil 0762-67 81 10



ANSVARIG UTGIVARE

Helene Fasth

0701-47 39 10

helene@ohposten.se

Redaktör

Attila Hein

070-228 27 36

attila@athemedia.se

ANNONS/MARKNAD



Helene Fasth

0701-47 39 10

helene

@ohposten.se



Kjell

Andreasson

kjell@

ohposten.se

Annonsmaterial

Attila Hein

070-228 27 36

Digitalt (max 20 MB) till:

attila@athemedia.se

Distribution

Posten

Tryck

Bold/Borås Tidnings Tryckeri

Utgivningsplan

Varje månad (förutom juli)

ÖHP 2018

April	18	26
Maj	16	24
Juni	13	20
Juli	–	–
Augusti	17	27
September	19	27
Oktober	17	25
November	16	26
December	5	13

★★★

Redaktionellt material (text/bild)
generellt 2-3 dagar innan sista
materialdag för annons.

Här kan du hämta

Örgryte & Härlanda Posten:

Aqua Dental på Redbergsvägen
13A i Olskroken • ICA Kvantum
Munkebäck • ICA Stabbetorget •
Coop Nära på Trätorget • Lejonet
& Björnen på Danska vägen •
ICA Supermarket Olskroken • Lidl
Olskroken • Kulturhuset Kåken •
Biblioteket Kåken • Coop Frigga-
gatan • Active Wellnes • Handels-
banken Prästgårdsängen • SEB
St. Sigfridsplan • Sally Bazar på
Änäsgratan • Träffpunkten
i Kallebäck

Örgryte&Härlanda Posten

C/o Sally Bazar

Änäsgratan 20

416 67 Göteborg

redaktionen@ohposten.se

annons@ohposten.se

www.ohposten.se



BESÖK! På Kulturhuset Kåken den 19 april kan det vara värt att göra ett besök för dig som funderar på seniorboende.

Foto: ÖHP

Missade inte mässan för seniorerna

**Hur vill du bo på äldre dar?
Även om de där äldre dagarna
kan kännas långt borta för
många är det viktigt att börja
tänka på det i tid. På Kulturhu-
set Kåken den 19 april får du
veta mer om vad du ska tänka
på när det vankas Bomässa för
seniorer.**

Torsdagen den 19 april är det bo-
mässa för seniorer på Kulturhuset
Kåken. På plats kommer det vara
utställare med fokus på stadsutveck-
ling och boende för äldre.

– Syftet är att förebygga och ge
information om att det är viktigt att

tänka till innan det är dags att flytta.
Ofta bor man kvar i sin befintliga
bostad för länge och när behovet av
en flytt kommer vet man inte vilka
alternativ som finns, säger Emma
Nilsson, Äldrekonsulent Örgryte
Härlanda.

Bostadsbolag i stadsdelen, Boplats
Göteborg, Äldersvänliga Göteborg,
Seniorgården och Boihop är några
av utställarna som kommer att fin-
nas på plats.

– Själva fokus är på boendet och
inte lika mycket på vad som under-
lättar vardagen i form av inredning
och mat till exempel. Utan vad finns
det för typer av boenden, vad finns

det för trygghetsboenden och andra
möjligheter, säger Emma Nilsson.

Utöver utställare kommer det
även hållas två föreläsningar. Lisbet
Lindahl, psykolog och forskare vid
FoU Väst/GR kommer att prata om
trygghet och tillgänglighet i boendet
på äldre dar och Henrik Ehrlington
från fastighetskontoret samt Patrik
Hakenmyr, Bostads AB Poseidon,
pratar om trygghetsbostäder som
boendeform. Bland annat kommer

man prata om det trygghetsboende
som i april startar upp i Olskroken,
det första i Örgryte Härlanda.

– Det kommer bli två intressanta
föreläsningar, försäkrar Emma Nils-
son.

Mässan slår upp portarna klockan
11 och håller på fram till 18 och det
är fri entré.

– Vi vill få besökarna att börja
planera sin framtid och tänka till.
Till exempel att man börjar anpassa
hemmet i god tid så behöver det inte
bli så stora förändringar senare när
behovet blir större, avslutar Emma
Nilsson.

Olof Lidh

Bomässa för seniorer

När? Torsdag 19 april, 11-18.

Var? Kulturhuset Kåken, Stora
salen.

Möt våren hos oss !

Pensé

Vinterhårdiga
Massor av färger.

1 st = 8:-



Blanda en HEL LÅDA (10st)

För

100:-
/Låda

Påskliljor

Tetê a Tetê

Högsta kvaliteten
till bästa priset !



För

10:-
/St

Tulpaner

10-Pack



59:-
/bunt

Blanda 2 buntar

För

99:-

Påskliljor

10-Pack



15:-

Redbergsgårdens
Blommor

Danskavägen 110
Telefon 031-195050

Öppet alla dagar !
Välkomna.

Fr parkering 10Min



Öppettider i

Bertilssons Stuga

under Påsken 2018

29/3 Skärtorsdagen	11.00 – 16.00
30/3 Långfredagen	11.00 – 16.00
31/3 Påskafton	11.00 – 16.00
1/4 Påskdagen	11.00 – 16.00
2/4 Annandagen	stängt

Efter påsken är stugan öppen som vanligt igen.
www.bertilssonsstuga.se
031-987074

Påskafton

I år blir det ingen påskbrasa då vår sena vinter gör det omöjligt :(Alla barn som kommer utklädda till påskkärring eller påskgubbe får en överraskning av personalen inne i stugan. Alla vuxna får gärna klä ut sig också!



Glad Påsk önskar vi er alla!!

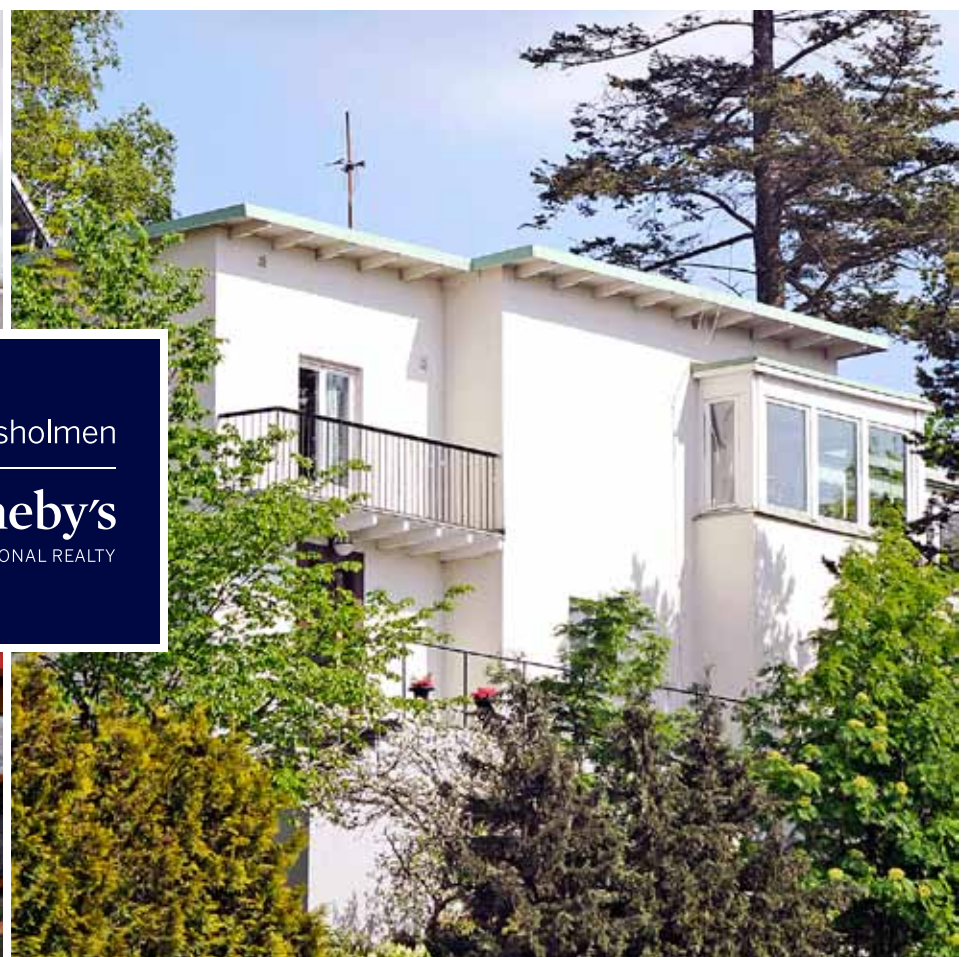
Ria, Nina, "Sarorna", Vera
Andre, Nicole, Kajsa, Pauline, Jennika,
Ebba, Elin, Johan, Esther & Elias



Skeppsholmen

Sotheby's

INTERNATIONAL REALTY



Härlig funkis med utsikt över staden

ODINSLUNDSGATAN 3 ÖRGRYTE PROSPECT HILL 7 ROK 181 + 58 KVM TOMT 895 KVM PRIS 8.500.000 KR/BUD

Med högt läge på berget breder detta unika funkishus från 1937 ut sig, med många tidstypiska detaljer bevarade. Från huset har man en vidsträckt insynsfri utsikt. Huset har stora öppna sällskapsytor samt fyra sovrum. Här bor man verkligen granne med centrala staden, samtidigt som Delsjöterrängen nås en kort promenad bort.

Välkomna att kontakta Magnus Helin, 0739-82 80 39 för visning.

KUNGSPORTSAVENYEN 18 GÖTEBORG 031-18 22 00 INFO@GOTEBORG.SE WWW.SKEPPSHOLMEN.SE

Nu skall regeringen BACKA om trängselskatten!

erparkering@ernstrosen.se
031-80 60 80

Göteborgs
Stad

Joachim Schmidt



FOTO: JOACIM SCHMID

På LH-Kliniken finns också möjligheten att få behandlingar med en IPL-maskin. IPL, som står för intensivt pulserande ljus, kan till exempel användas för att behandla åldersfläckar, solskador och brustna blodkärl. IPL hjälper till att ta bort hudbrister och stimulerar produktionen av kollagen, som är ett protein som bland annat hjälper huden att behålla sin elasticitet.



BORDO black — rått och minimalistiskt.

Stilren dansk design möter rå minimalism i nyheten Bordo Black från Kvik. Resultatet är ett fantastiskt snyggt och funktionellt kök - till ett överraskande lågt pris. Bordo betyder kant och Bordo Black är ett annorlunda kök med massor av attityd och personlighet.

Läs mer på [Kvik.se](https://www.kvik.se)

BORDO 22 047:-*

* Rekommenderat försäljningspris omfattar skåp, sockel, handtag och bänkskiva. Priset är exkl. montering, installation, frakt, diskho, blandare, vitvaror och belysning.

**Kvik
Göteborg City**

Berzeliigatan 14, 41253 Göteborg
[kvik.se/goteborg](https://www.kvik.se/goteborg)

kvik

Agne Simonsson, biskopens idol

Det lär uppmärksammas i sommar att det är 60 år sedan fotbolls-VM gick i Sverige – och att det resulterade i ett bragdar-tat svenskt silver bakom suveränerna Brasilien.

Jag tittar i dag på ett brev jag i barndomen fick från vår världsklassige forward Agne Simonsson (boende i Björkekärr). Han gjorde fyra mål i den turneringen. Men det handlar också om biskop Bertil Gärtners fotbollsintresse.

Bertil Gärtner levde 1924-2009. Hans huvudintresse var från unga år teologi. Han studerade och samlade på sig titlar och grader. Från 1965 var han i fyra års tid professor vid Princeton University i New Jersey, USA. En kort tid var han sedan domprost i Göteborg, för att sedan under 1970-1991 vara stiftets biskop. Biskop Gärtner svarade för ett omfattande författarskap – och var nationellt sett mer uppmärksamman än själve ärkebiskopen. I efterhand är Gärtner tyvärr nästan bara ihågkommen för att vara motståndare till kvinnliga präster. Den saken omtalades på nytt, när vi nyligen mycket glädjande fick Susanne Rappmann som första kvinnliga biskop här i stiftet.

Jag kom att ha en del pratstunder och korrespondens med biskop Gärtner. Bland annat frågade jag ifall han kunde tänka sig välsigna Kallebäckskällan 1987, då det firades 200-årsjubileum av den uråldriga källans första vattenledning in till göteborgska Kungspporten. Alltså då man från 1787 inte längre behövde frakta in vattnet i tunnor på kärror. Gärtner svarade att inom den katolska läran skulle en sådan välsignelse varit möjlig, men som protestant kunde han endast välsigna människor – inte byggnader, sjöar, vattenledningar, föremål etc. I samband med Kallebäck sammanfattar kommunen i boken ”Göteborgs Gatunamn 1621-2000” hur landshövding Åke Norling och jag inbjöd kung Carl XVI Gustaf till jubileet, men att kungen då skulle ha semester och skickade hit prins Bertil i stället. Så den folkkäre Bertil som höll tal vid firandet var en prins, inte en biskop.

Då det för några decennier sedan var vanligt med fotboll för välgörenhet, på mindre bollplaner och helst inomhus i Scandinavium, tvekade biskop Gärtner aldrig att ta på sig Lutherhjälpens matchtröja och spela på mittfältet – energiskt och ganska så hårdfört mot lag med kändisar som Lasse Åberg, Lars-Gunnar Björklund, Bert Karlsson, Rolle Stoltz med flera. Fotboll var ett av hans stora intressen.

Som en kyrkans man hade biskopen förstås Änglarna, alltså Blåvitt, som favoritlag. När jag bad honom tänka sig ett lag av stadens elva bästa spelare någonsin, nämnde han genast som ytterforwards i ett tremanna anfall de blåvita Fölet Berntsson och Bebben Johansson. Men – och nu får Torbjörn Nilsson ursäkta – som center valde han Örgrytes världsklassige Agne Simonsson, utan ett uns av tvekan.

Söker man fakta om Agne via Wikipedia, den fria encyklopedin på internet, så uppges jag vara faktakällan till att han växte upp i Gamlestan. Nå, det kunde hur många andra som helst ha intygat. En självklar intygare skulle väl varit hans skolkamrat i Gamlestads-skolan, Lennart Wing, som liksom Agne



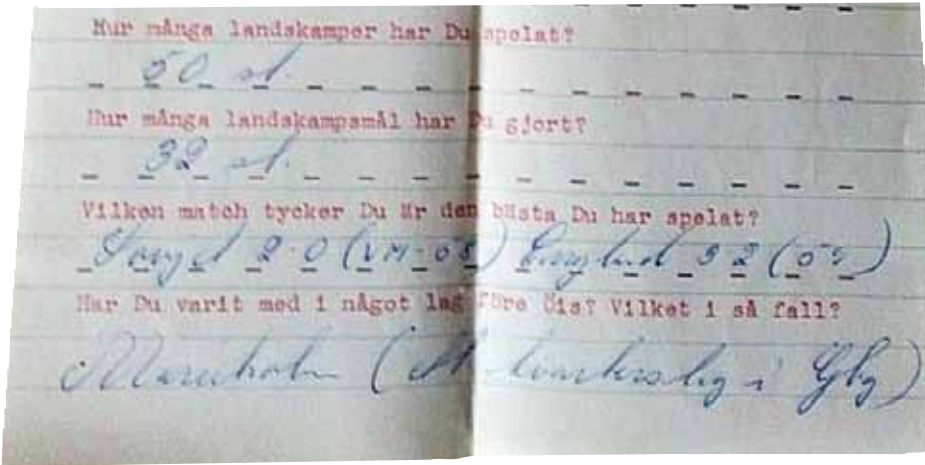
SPELADE FRÅN START. Biskop Bertil Gärtner, här i Lutherhjälpens matchdräkt, var med från början när det i några år var verkligt inne att spela fotboll för välgörenhet. Han påminde i spelstil om Håkan Mild, trots att idolen var bollgeniet Agne Simonsson.

FOTO: SÖREN SKARBACK

vuxte upp till spel i allsvenskan, landslaget och ute i proffslivet. Men att man nämner mig i samband med Agne, den saken är jag som ÖIS-fantast mycket stolt över. När jag under något föredrag flätar in lite fotboll

och nämner att Agne Simonsson hade Marieholms BoIK som moderklubb, så protesterar i regel någon i publiken och säger att klubben var Stendy. Särskilt hos den härliga och för våra trakter mycket betydelsefulla

HISTORISKT
med Sören Skarback
– författare med Göteborg i fokus



BLEKNANDE BLÄCK. I Agne Simonssons handskrivna svar från sommaren 1967 har kulspeppennans bläck bleknat en del och konturerna genom decennier sugits in i brevpappret, trots bästa förvaring. Men han uppger på sista raden att hans moderklubb var Marieholm.

Föreningen Gamla Redbergspojkar är tron på Stendy rätt så utbredd.

Jag har dock ett brev, där Agne för hand skriver till mig att det var Marieholm. Och han torde ju själv veta det bäst. Han skriver ”Marieholm” och tillägger inom parentes ”Ett kvarterslag i Gbg”.

Det brevet är över ett halvsekel gammalt, från juni 1967. Det var så att jag som 12-åring (och innehavare av skrivmaskin redan då) skickade ett antal frågor till idolen Agne, med utrymmen där han skrev svaren för hand och sedan postade tillbaka till mig.

Agne skriver i brevet också att hans bästa match var mot Sovjet i kvartsfinalen i VM 1958, där Sverige vann med 2-0. Agne gjorde båda målen och svenske målvakten Kalle Svensson höll nollan. Den matchen gick i Stockholm. Bertil Gärtner såg den på TV, i en tid då mer än vart tredje svenskt hushåll hunnit skaffa sig TV-apparat, och det var då han första gången blev varse Agne Simonssons storhet.

Ullevis höjdpunkt blev semifinalen, svensk seger med 3-1 mot Tyskland, efter mål av Nacka Skoglund, Gunnar Gren och det där klassiska av dribblern Kurre Hamrin. (Jodå, Bertil Gärtner satt på läktaren.) I finalen på Råsunda var sedan brassarna överlägsna. Brasilien vann med 5-2, men Agne gjorde ett mål och hade redan där proffsvärldens ögon på sig.

1959 blev Sverige den bara andra nationen genom tiderna som vann mot England (3-2) på deras mäktiga arena Wembley, efter två mål av Agne. Han erhöLL då utmärkelsen Guldbollen och Svenska Dagbladets bragdmedalj och var 1960-62 proffs i Spanien (Real Madrid och Real Sociedad) innan han åter var Örgryte trogen som spelare till och med 1970.

Han var Örgrytes tränare då laget vann svenskt mästerskap 1985 och hade senare sina största tränarframgångar i grekiska Iraklis – och åtminstone ännu vid millennieskiftet var han ett större och mer högtaktat namn i Grekland än i Sverige, faktiskt. Jag utesluter inte att det är så än i dag.

Det kan diskuteras vilken som varit störst av Agne Simonssons många segrar. Men största förlusten var hustrun Anitas frånfälle, våren 2009, efter kärlek och livskamratskap ända från ungdomsåren.

Nå, VM 1958 skall ihågkommas i sommar. Tänk att det redan är historia. Jag var ett alltför litet barn för att då vara medveten om vad som försiggick men samlade i mitten av 60-talet ivrigt på passé VM-souvenirer, som välaktade matchprogram, askfat och glas med VM-emblemet, nålmärken, kortlekar, foton, negativ, böcker, idolbilder med mera. Självklart visar jag i sommar i några sammanhang upp delar av samlingarna.

Historia? Jag tar i dag inte upp hur de nämnda klubbarna grundades. Men årtalen för deras tillblivelse var: Örgryte IS 1887, IFK Göteborg 1904 och Marieholms BoIK 1926. De har betytt ofantligt mycket för ett antal generationer.

Och nästa avsnitt här i krönikan? Förekommer det då en biskop, så blir det Johan Carlberg från slutet av 1600-talet, alltså han som är begravd vid Örgryte Gamla kyrkas bakvägg.

Kanske glimtar modernare namn som Josefsson, Kern och Hallén då också förbi oss i nyckfulla april, det återstår att se.



Inte bara gott bröd!



Sju sorters kakor

Kobbarnas väg 4 (mittemot Systembolaget)

tis-fre kl 7-18, lör kl 9-14 | tel 031-19 99 96

Vi finns även på Mariagatan 17 och på www.cumpane.coop

EXPERTER PÅ ELCYKLAR

Välkommna in till oss på Friggagatan
och provkör. Vi erbjuder ett 40-tal
elcykelmodeller från 9.000:- och uppåt.

www.batbike.se



 **BATBIKE**

Friggag. 3A | 031-388 07 05 | info@batbike.se

Öppet: Mån-Fre 11-18 | Lör-Sön 10-15



TESTA EN VECKA GRATIS

VI HAR TRÄNING FÖR ALLA

SNART FLYTTAR VI

Örgryte
Töpelsgatan 7

NORDICWELLNESS



MUSIK PÅ TEATERN

– nystartad kammarmusikserie
i Redbergsteatern Örngatan 6
nära Redbergsplatsen.

SÖNDAG 8 april kl 16.00

Biljettkassan öppnar kl 15.00 (Biljetter 150:-)
Förboka gärna på 0705 267 314

I samarbete med Vuxenskolan i Göteborg,
drivs den här serien av I REN KULTUR –
som även har en livaktig kulturverksamhet i
Kvarnbyn, i Stora Götaforsfabriken i Kvarnbyn
i Mölndal under benämningen Katakomberna
i Kvarnbyn.

Söndag 8 april gästas serien av en
stråktrio som framför Goldbergvariationerna
av J.S.Bach- som egentligen är skriven för
piano- men här får vi då höra dessa
variationer – 25 stycken – arrangerade
för 3 stråkar.

Emma de Frumerie

violin från Stockholms Filharmoniker

Emilia Wareborn

viola från Köpenhamnsorkester

Petra Lundin

violoncell från Göteborgssymfonikerna

Introduktion om musiken kl. 15.30

av professor **Bengt Lundin**



HUNDAR I KÅLLTORPS FOTOTÄVLING 2017 TEMA: MIN HUND

VINNARE: Anna Carlberg

"En sekund senare hade de sprattlande tassarna dolt den lekande valpens ansikte. Men ögonblicket ger rörelse i bilden. Och blicken från Max ger en känsla av lycka och intensiv kontakt med matte."

Pumptrack till Kallebäcks Terrasser

Den 14 april invigs mötesplatsen Mitt i Kallebäck för säsongen. Då finns en helt ny pumptrackbana på plats, en av totalt tre banor i Göteborg.

Namnet pumptrack kommer från att man "pumpar" fram sin cykel istället för att driva den framåt med pedalerna. Cykeln och mobilitet står i fokus vid invigningen. Den nya pumptrackbanan kommer då att invigas, foodtrucks är på plats, Boulebar guidar vid boulebanorna, det blir musik, minivarv med Göteborgsvarvet, minirace med Göteborgsgiro, möjlighet att göra sin cykel vårfin och familjeträning. Dessutom hjälper Cykelköket till och tipsar hur man kan laga sin cykel, Cykelfrämjandet, Göteborgsgiro, representanter från Team Rynkeby är på plats och pumptrackmästaren Jon Lindgren som har designat banan i Kallebäcks Terrasser kommer att visa grunder och ge tips för pumptrackbanan.

– Vi är väldigt glada över att kunna erbjuda en ny temporär pumptrackbana till göteborgarna. För de cirka 2 000 nya hem som planeras i Kallebäcks Terrasser kommer attraktiva cykel- och gångbanor vara en del av områdets utveckling. Att vi redan nu under byggperioden gör cykeln central i området går helt i linje med våra mobilitetsplaner här, säger Marina Fritsche, regionchef för Wallenstam.

– Pumptrackbanan i Kallebäcks Terrasser blir väldigt tillgänglig för alla, ofta är sådana här banor placerade lite i skymundan. Här konstrueras två avlånga slingor som kan kopplas ihop och nyttjas av alla som har en cykel, säger Jon Lindgren, banarkitekt och till vardags tävlingscyklist för Göteborgs Stigcyklister (GSC) och har tävlat i mountainbike downhill i många år med ett flertal pallplacementar på nationell nivå.

Under invigningen den 14 april kommer besökarna att få se ett helt nytt sätt att använda sin cykel på. Och den som vill kan även få lite träning på köpet.

– Det ska bli kul att se göteborgarna och kallebäcksborna sätta tänderna i den nya banan! Förhoppningsvis kan vi locka en hel del cyklister som förmodligen inte hade satt hjulen på en pumptrackbana annars. Det kommer att finnas instruktörer på plats för att visa lite grunder och ge tips till de som önskar, säger Jon.

Mitt i Kallebäck är en mötesplats under byggperioden av området Kallebäcks Terrasser som utöver nästan 2 000 hem även kommer att innehålla kontor, skola, förskola, butiker, restauranger och kultur i området.

ÖHP



HÄR. Jon Lindgren på plats där pumptrackbanan ska byggas.

Foto: Privat

NYTT FRÅN QVIDING

Nu kan du anmäla dig till Qvidingloppet 2018

Vi är glada att kunna meddela att anmälan för Qvidingloppet 2018 nu är öppen! Loppet går av stapeln redan om en månad, den 14e april. Medvetna om att detta är något sent ute så ser vi årets upplaga av loppet som ett startskott, och att vi äntligen är igång. Detta är något vi ska bygga på lång sikt, för föreningen och hela området. Tänk vad fantastiskt att vi äntligen har ett eget lopp i den stadsdel som kanske är mest löpintresserad i hela Göteborg!

Qvidingloppet ska på sikt bli vad Näsetloppet är för västra Göteborg. Ett tillfälle där vi samlas från hela området, föräldrar och ledare till alla lag, våra familjer och vänner. Tävligen i sig är kanske inte det viktiga

vid det här tillfället, men visst är det ett bra tillfälle att få ett lopp i benen inför det stora loppet som kommer. Det viktiga blir att detta är något vi gör för att främja motionen och gemenskapen i området, ett tillfälle att mötas och njuta av löpning och av vårt fantastiska Skatås tillsammans.

Vid start- och målområdet på Härlanda Park kommer vi att ha ett stort tält med förfriskningar och erbjudanden från våra partners, vi kommer även ha möjlighet att värma upp såklart på planytorna. Det kommer vara professionell tidtagning såklart, och runt varvet kommer det att finnas vätskestationer.

Det finns en sträcka för de äldre, över 14



år, där vi löper ner på Kålltorpsgatan, bakom Torp och sedan upp i Skatås via rondellen vid Welandergatan. Vi viker av vid Kärälunds camping och in på den slinga som så småningom leder oss runt Härlanda Tjärn och ner igen. För de yngre, upp till 13 år, så springer man första sträckan tillsammans med de äldre men viker sedan vänster vid backen

mot Härlanda Tjärn, tar ett varv runt härliga Renströmska parken och tillbaka igen. Vid mål väntar priser till vinnarna i dam- herr och barnklassen, vätska och något lätt att äta samt en vattenflaska och ett diplom för ett väl utfört lopp. Vi har även en barnklass för de allra yngsta med löpning runt Härlanda Park.

Ta chansen och anmäl dig nu, till denna historiska första upplaga av Qvidingloppet!

Detta kommer bli en fest som vi ska bygga på i många år, inte vill du väl missa det allra första loppet?

★★★

Anmälan sker via vår egna hemsida:
www.qvidingloppet.se



Göteborgs
Stad

DAGS ATT VÄRRUSTA DIN CYKEL?

Välkommen till

CYKELKÖKET NAVET

i Örgryte Härlanda

Du hittar oss på Qvidingsgatan mot
Ekströmsgatan (Kålltorpsskolan)
på måndagar från 26 mars, kl. 15-20.



Kontakt:
S-L Samuelsson tel. 0736 656 553



HÄR FÅR DU TIPS, HANDLEDNING GRATIS SAMT
LÅNA VERKTYG FÖR ATT FIXA TILL DIN CYKEL!

CYKELKÖKET är öppet följande måndagar (kl. 15-20):
26 mars, 9 april, 16 april, 23 april, 7 maj, 14 maj, 21 maj, 28 maj, 4 juni och 11 juni

www.goteborg.se

Köp progressiva glasögon nu...

...så bjuder vi på ett
extra par kompletta:



Solglasögon



Avståndsglasögon



Läsglasögon

Värde
1595 kr

SLUTSPURT!

Kampanjen avslutas 1/4. PASSA PÅ!

Erbjudandet gäller vid köp av progres-
siva glas från YOU-serien. Extra paret är
enkel-slipade standard-glas i dina styrkor
värde 700 kr, hård yta eller solfärg värde
300 kr och en bäge värd upp till 595 kr.

MORRIS SWEDEN MS2924



Gratis synundersökning

Värde 395 kr

Synundersökningen avser glasögon
och utförs av legitimerad optiker. In-
get köptvång. Intyg, recept remiss etc.
debiteras. Gäller t.o.m. 2018-04-01

Boka din synundersökning enkelt på:

www.optikkallaren.se

optikkällaren

Kvalitet & service till rätt pris!

OLSKROKEN Redbergsvägen 17, Tel: 031-19 84 70

LERUM Brobacken 3, Tel: 0302-138 83

BACKAPLAN Backavägen 2 (Coophuset), Tel: 031-23 98 88

MAJORNA Stigbergsliden 22, Tel: 031-780 60 18

KYRKBYTORGET Eketrägatan 11 Tel: 031-23 86 30 (NY BUTIK)

KÅLLERED Eken Center Ekenleden 3, Tel: 031-795 22 30

KUNGSBACKA Borgmästaregatan 8 Tel: 0300-56 32 80

MÖLNLYCKE Allén 4, Tel: 031-50 88 95

Boka
synunder-
sökning
idag!

Välkommen!

Kläddlagret AB

Med barn- dam- och herrkläder samt mycket mer

Alltid generösa priser



UTVALDA
LÄSGLASÖGON

10:-

Kläddlagret
önskar er alla en
riktigt Glad Påsk!

Vi har stängt Långfredag,
Påskafon, Påskdagen
och Annandag Påsk

Erbj. gäller t.o.m. 14 april 2018.

OLSKROKEN – REDBERGSLID

Kläddlagret AB Hökegatan 32 416 66 Göteborg Tel. 21 76 00

Månd - Fred 10 - 18 • Lördagar 10 - 15 • Söndagar stängt



NYRENOVERAT. Tandläkare Martin Beiring tillsammans med tandsköterskan Lisette Lundqvist i ett av Aqua Dentals nyrenoverade behandlingsrum.

FOTO: OLOF LIDH

Lite av en nystart i fräscha lokaler

Den 9 mars var det invigning och öppet hus på Aqua Dental i Olskroken. De nyrenoverade lokalerna var välbesökta under dagen och många var nyfikna på den nygamla tandläkarkliniken.

– Vårt mål är att ge våra patienter den bästa möjliga upplevelsen av sina tandvårdsbesök, säger tandläkare Martin Beiring.

Tidigare låg det två tandkliniker i huset på Redbergsvägen 13. Nu har de slagit sig samman till en under tandläkarkedjan Aqua Dentals flagg.

– Vi vill ge Sveriges bästa och tryggaste tandvård genom passion, kvalitet och tillgäng-

lighet, säger Martin Beiring som även tidigare huserade som tandläkare i lokalerna på Redbergsvägen.

Nu ser de däremot lite annorlunda ut. Sedan de två klinikerna slagits ihop har lokalerna renoverats. Nu finns det åtta behandlingsrum fördelat på två våningar och allt andas nytt, fräsch och kvalitet. Precis som Aqua Dental vill att det ska göra.

– Intrycket ska återspegla det vi levererar, nämligen kvalitet. Vi kompromissar aldrig på vården och sätter alltid kunden i fokus, säger Martin Beiring när vi träffar honom under den invigning och öppna hus som hölls i början på mars.

– Det har varit full fart hela dagen, och nog

lite mer än vi trodde. Det har varit väldigt många spontana besök. Jättekul att det är ett så stort intresse.

När vi går runt i de nya lokalerna är Martin lite extra stolt över att få visa upp en speciell typ av maskin. Nämligen en datortomografi som tar bilder i 3D.

– Det är något du inte hittar i var mans praktik. En miljonmaskin som vi bland annat använder när vi jobbar med tandimplantat, ett område där vi har väldigt stor kompetens, förklarar Martin.

Det gäller så klart även övriga områden. Hos Aqua Dental på Olskrokstorget finns även specialister inom såväl kirurgi som tandreglering. Dessutom jobbar man mycket efter en hög

tillgänglighet.

– Vi sätter kunden i centrum bland annat på det sättet att vi försöker vara så tillgängliga som möjligt. Våra morgon- och kvällstider är väldigt populära.

Från måndag till torsdag har man nämligen öppet från sju på morgonen till nio på kvällen och dessutom öppet på lördagar.

– Under våren kommer vi även börja ha öppet på söndagar, berättar Martin Beiring.

★★★

Missade du invigningen får du en ny chans den 24 mars. Då är det nämligen öppet hus med tema tandimplantat, där man har chansen att få en fri implantatkonsultation.

Olof Lidh



SALONG LILLKULLE 24

Klippning pensionär/student 200:-

Permanent fr 399:-

Färgning fr 299:-

GÖR OCKSÅ HEMBESÖK FÖR KLIPPNING!

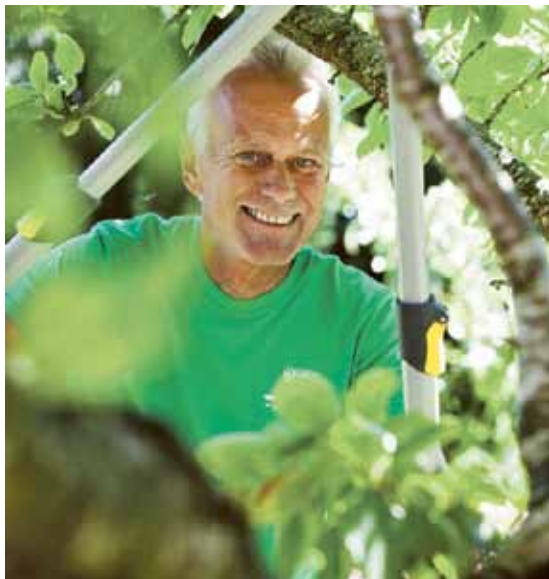
Fri parkering Varmt välkomna!

Lillkullegatan 24 | Göteborg Tel: 031-40 61 20

Mittmot Ekmanska vårdcentralen 0707-65 30 69

Öppettider: Mån 13-19 | Tis-Fre 9.30-18 | Lör 10-15

031-21 77 30 • goteborg.ostra@veteranpoolen.se



VI HAR GRÖNA FINGRAR.

– Låt våra erfarna veteraner ta hand om trädgården i år. vi kan **klippa gräs, beskära träd** eller **trimma häcken**. Eller något annat på listan.

Boka idag!

VETERANPOOLEN

HEMMET | HANTVERK | TRÄDGÅRD



Mañana

EASY FOOD & HAPPY PEOPLE

Lasarettsgatan 6
031-711 72 90

Karl-Johansgatan 6
031-711 72 91

Odinsplatsen 1
031-711 72 93

1 april öppnar vi
uteserveringen
på Odinsplatsen!



Välkomna till en smaklig måltid!

www.restaurangmanana.se

Tycker du det är skönt att få hjälp av proffs?

Kom in till oss.

Colorama är Sveriges största färgfackhandel och utöver färg, tapet, golv, kakel och klinker erbjuder vi ett flertal tjänster för dig som söker experthjälp till ditt projekt. Fråga efter våra experttjänster i butiken!



**Kom i och prata
med oss i butiken
för att se hur vi
kan hjälpa dig!**

colorama

EXPERTTJÄNSTER

colorama

PARTILLE • Mellbyvägen 33 • Tfn: 031-340 05 70
MÖLNLYCKE • Hönekullavägen 21 • Tfn: 031-88 56 88
GÖTEBORG • Danska Vägen 96 • Tfn: 031-337 55 50
LERUM/STENKULLEN • Färgvägen 6 • Tfn: 0302-222 45
ASKIM • Sisjövägen 49 • Tfn: 031-748 47 30
KUNGÄLV • Teknikervägen 7 • Tfn: 0303-630 40
ANGERED/GÅRDSTEN • Salviagatan 1 • Tfn: 031-797 44 40

Ett stort tack, Peter!

Då var det så dags. Efter hela 48 års framgångsrik tjänstgöring i och för Delsjöområdet har trotjänaren Peter Colebring valt att gå i pension. Han började arbeta för Skogssällskapet 1972 och då i och med Delsjöområdet. Sedan 2001 har arbetsgivaren varit Göteborg Park & Natur, där han varit arbetande förmän och ansvarig för driften inom vårt omtyckta och populära delsjöområde. Hans utgångsplats har varit "Petersplatsen", alldeles innan Brudarebackens parkeringsplats.

Han slutar nu sitt arbete hos Park & Natur med flaggan i topp; alltid engagerad och påläst om området och inte minst handlingskraftig.

Han har också många goda idéer om hur ett bra område kan bli ännu bättre. En riktig eldsjäl skall ni alla veta.

Peter Colebring:

– Jag har under årens lopp haft många bra och duktiga medarbetare, som jag är stolt och glad över. Tillsammans har vi åstadkommit många bra saker. Det är viktigt att ha rätt och bra arbetskraft för att leverera ett gott resultat.

Jag träffade Peter häromdagen tillsammans med min gode vän, delsjökännaren Lars-Erik Säll. Vi var lite nyfikna på om han hade något som han varit speciellt nöjd med under sin långa arbetsperiod.

Han lutade sig tillbaka i stolen. Efter lite betänketid så plockade han fram ett antal saker. Och det var klart mer än nedanstående, men för att ge dig några smakprov...

– "Ja, det finns ju en hel del som jag kanske känner lite extra för. Jag börjar med vindskyddet "Gött Läge", som ligger på höjden vid Stora Gettryggen. Där var det massor av jobb och engagemang innan vi fick det på plats, men sedan blev det ju mycket bra. Vi har fått massor av beröm för det välplacerade vindskyddet, säger Peter Colebring.

Jag förstår glädjen med det. Och du som inte besökt det ännu – ett gott råd: gör det! Du bjuds på en fantastisk utsikt över stora delar av Göteborg.

Jag kom själv ihåg när det var invigning. Ledningen för Park & Natur gästade Peter och hans kollegor och förrättade invigning. Pia från Bertilssons stuga serverade läckerheter och pressen var också där. SVT och Västnytt hade ett trevligt inslag plus att världspresen, i form av ÖH-Posten, också fanns där, något som resulterade i en helsida i tidningen.

Peter Colebring igen:

– Ett annat ställe som ligger mig mycket varmt om hjärtat är Delsjökärr. Platsen ligger vid viken framför Bertilssons stuga. Ett litet "paradis" som det är lätt att ta till sig. En fin gräsmatta att breda ut filten på. Plus att det finns både bänkar och bord att sitta bredvid. Framme vid vattenbrynet upplever man en fin och lång sandbotten. Dessutom är platsen funktionsanpassad och inger också känslan av privat karaktär. Vid sidan om finns det en bra grillplats med ved. Sedan har du inte mer än dryga 100 meter upp till Bertilssons stuga, om du istället vill köpa dig en fika. Måste också här framhålla mitt team, som hjälpte till och gjorde den här platsen till en av de bättre i Delsjöområdet, och han fortsätter:

– När vi står här vid Delsjökärr och tittar över viken så kan vi också se en annan plats, som jag är mycket nöjd med, nämligen det



PARADISET. Delsjöområdets trotjänare Peter Colebring mitt i "Paradiset". FOTO: STIG ANDERSSON

bruna huset, en värme- o raststuga, som dessutom är utrustad med en gedigen grill. Huset är mycket populärt och välbesökt.

Här vill jag – Stikkan – kasta in ett påpekande. En detalj som skulle kunna lyfta huset och vistelsen därinne ett antal nivåer är ett par fönsterrutor på sidorna. Som det nu är blåser det rakt igenom. Jag vet att det kan bli riktigt dragit och kallt. Dessutom om man grillar, så blåser röken runt i huset. Ett önskemål från många med mig är alltså ett par fasta fönster; en investering som gör att många kommer att bli glada och huset komplett.

ÖH-Posten följer utvecklingen ...

När vi lämnar huset och går ned mot Delsjökärr igen, så nämner Peter ett

par arbeten, som han gärna hade velat göra, och det är en "strandpromenad" från huset ned till Delsjökärrsstranden. Och vi förstod honom. Det hade känts helt rätt att kunna gå längs vattenbrynet ned till den fina Delsjökärrsstranden.

När vi tog oss runt i området, så fanns det fler saker som Peter pekade på och som han gärna hade varit med att utveckla och som garanterat skulle höja kvaliteten i området ytterligare.

Som sagt: han har känsla för det här med vistelse i naturen. Kanske han skulle sadla om

och bli landskapsarkitekt ...

Peter Colebring igen:

– Några fler saker som vi kan känna oss

PÅ SPÅRET

med Stig Andersson
– som håller koll på friluftslivet för oss



HÅLL UT! Om några månader väntar detta! Ett av många viktiga områden – Delsjöbadet – att hålla fräscht och nyklippt. FOTO: STIG ANDERSSON



Vindskyddet "Gött Läge" - Lars-Erik Säll (tv) och Peter Colebring. FOTO: STIG ANDERSSON

belåtna med är t ex vägen ut till Kotången, där göteborgarna, under den varma årstiden, kan ligga på klipporna och njuta.

– Vidare: de andra grillstugorna, som är fördelade runt om i området.

– Sedan känns det riktigt bra att ha placerat ut en hel del bänkar runt om i området, där man kan vila benen eller stanna till för att njuta av utsikten – med eller utan fika.

– Också lite stolt och glad över att ha kunnat erbjuda göteborgarna tips på bra platser för att kunna koppla av en stund. Platserna har jag döpt till "Go' Plats" (riktigt göteborgskt, red anm). De finns markerade på våra bruna skyltar. När du hittar en sådan plats så skall du veta att du är riktigt bra placerad i naturen...

– Allt har ju inte bara varit en dans på rosor under alla mina år. Vi har ju haft en del tråkigheter under åren i området och som inte bara bekymrade mig och mitt team utan även många göteborgare.

– Trädmarodören/sabotören som härjade vilt i skogen för ett antal år sedan. Där blev tusentals träd förstörda. Det där gjorde ont – både i mig och hos göteborgarna.

– Den anlagda och svårsläckta branden 2008 som gav stora skador i terrängen från Brudaremasterna och ned mot GrusÅttan.

– Stormen Gudrun som drabbade oss den 8–9 januari 2005.

Till slut. Ett stort tack för gott jobb i och med Delsjöområdet från oss alla besökare. Lycka till framöver!



HOPPAS. Renoveringen av spången över Svedsmossen, ett angeläget projekt jag jobbat med. Hoppas på igångsättning av jobbet snart. FOTO: STIG ANDERSSON

Träffa läkare i mobilen eller surfplattan

LADDA NER APPEN Närhälsan Online gratis från App Store eller Google Play och träffa läkare när det passar dig, direkt i mobilen eller surfplattan.



I **Närhälsan Online** kan du få hjälp med lindriga besvär och enklare sjukintyg. Du kan även söka vård för sjukt barn eller få intyg för vård av barn.



Läs mer om tjänsten på narhalsan.se/online



Närhälsan

Nära dig genom hela livet.

PÅ DIN VÅRDCENTRAL får du trygg kontakt genom hela livet. Om du blir sjuk, skadar dig eller mår psykiskt dåligt är det oss du först kontaktar.



Du kan enkelt lista dig hos oss genom att logga in på **1177.se** med BankID, för en trygg kontakt hela livet.



Närhälsan Björkekärr vårdcentral
Stabbegatan 2 B, 031-345 06 51
narhalsan.se/bjorkekarrvardcentral

Närhälsan Ekmanska vårdcentral
Lillkullegatan 21A, 031-747 92 60
narhalsan.se/ekmanskavardcentral

Närhälsan Olskroken vårdcentral
Redbergsvägen 6, 031-345 04 00
narhalsan.se/olskrokenvardcentral

Närhälsan Torpavallen vårdcentral
Torpavallsgatan 9, 031-747 81 00
narhalsan.se/torpavallenvardcentral

Din egen vårdcentral

Närhälsan

Susanne – alltid p

Skoltrött och allmänt vilsen.

Så kände sig Susanne Asp som 17-åring när hon hoppade av gymnasiet.
– Jag tog bussen in till Nordstan och sökte jobb på Åhlens kläddavdelning.
I dag är Susanne framgångsrik affärskvinna inom modebranschen och ett bevis på att det aldrig är för sent att börja med något nytt.

Resan hon gjort efter avhoppet i gymnasiet är anmärkningsvärd. Och slutmålet är inte nått ännu.

Nästa projekt för tvåbarnsmamman är att springa GöteborgsVarvet för första gången lördagen den 19 maj.

• **Varvsdebut vid 48 års ålder alltså?**
 – Det är aldrig för sent med någonting, upprepar hon sitt mantra.

Susanne Asp möter oss i butiken på Göteborgsvägen i Sävedalen. En affär med damkläder, skor, smycken, presentartiklar, och inredningsdetaljer som hon ägt i snart tio år – men också omstrukturerat från begynnelsen med renodlade barn-och ungdomskläder.

– **Vi bytte namn** i december 2017 från Kids & Teens till Cotton Hill Store, berättar Susanne.

Kläder och mode har alltid fascinerat henne; mer eller mindre påtvingat. Som blott sex månaders baby (!) gjorde hon nämligen sitt första framträdande som fotomodell för barnkläder hos Jakobdals Garn.

Uppväxten fortskred. Fast vid åtta års ålder splittrades familjen i samband med en skilsmässa.

– När jag tittar i backspegeln känns det som att jag under flera år levde i kappsäck med ny styvpappa hos mamma och ny styvmamma hos pappa. Plus så småningom fyra yngre halvsyskon.

Som 16-åring flyttade Susanne in hos en kompis. Hon kände tiden mogen att klara sig själv – men var fortfarande vilsen.

– Beslutet att inte slutföra gymnasiet var mitt eget utan vuxnas inblandning, berättar hon. Min bensin var slut. Motivationen och inspirationen att gå till skolan som bortbläst.

Några år innan hade hon på nytt varit fotomodell som tonåring och även arbetat extra som ung brickflicka på Bräutigams klassiska konditori.

• **Hur tänkte du som 17-åring utan utbildning eller arbete?**
 – Jag var nog mest envis och ville visa för omgivningen att jag kan och duger. Jag har alltid varit prestigefylld, en arbetsmyra, och försökt klara mig själv.

Vikariatet hos Åhlens gav så småningom en fast anställning. Men hon träffade också en pojkvän från Tranås.

– Jag jobbade i familjens konditori ett halvår innan hemlängtan till Göteborg blev för stor. Klädjobbet i Nordstan fick hon inte tillbaka – men nu påbörjades en utbildningsresa som den tidigare så skoltrötta Susanne med all rätt är stolt över.

Som timvikarie på ett dagis krävdes kompletterande kurser för att avancera inom yrket.
 – Det var dags att sätta sig i skolbänken igen.
 Som 21-åring genomgick hon 1990–91 en utbildning till barnskötare. Tre år senare läste hon på Komvux.

– **Inte illa att** äntligen kunna ta studenten vid 24 års ålder, konstaterar Susanne med ett skratt.

Examen gav henne tillträde till förskolelärarlinjen och ytterligare tre års studier:
 – Nu hade jag fått upp ångan. Och kände att jag ville utveckla mig. Och om inte annat få lite mer i lönekuvertet...

Parallellt med allt slit med läxböcker genomgick Susanne Asp ett par jobbiga förhållanden. Flyttlassen gick mellan Partille och Göteborgs östra stadsdelar.

Hon beskriver att hon kände sig som Pippi Långstrump:
 – Alltid på väg, liksom.
 1996 rasade tillvaron när dåvarande pojkvännen lämnade henne under sista året på lärarhögskolan efter 3,5 års samboskap.

Lyckan återvände när Susanne sommaren därpå tog sin efterlängtade examen, fick ett fast jobb, och samtidigt träffade sin själsfrände Niclas som hon fortfarande lever tillsammans med.

Paret förlovade sig på julafton 1997. Fick dottern Fanny i oktober 1998, dottern Lova i september 2001, och gifte sig i svenska kyrkan på Mallorca 2003.

– Dessutom blev vi med radhus på Fjällbogatan i Utby.

Susanne stod upp som förskolelärare, hustru och tvåbarnsmamma – tills hon gick in i väggen.

Hon bytte arbetsplats(er), men kroppen protesterade.

– När man inte orkar gå ur bilen på parkeringen utanför ICA för att köpa hem lite mjölk är det något som är fel.

• **Vad orsakade din depression som också genererade en sjukskrivning för utmattning och behandling genom beteendeterapi?**

– Med facit i hand tror jag arbetsbelastningen på jobbet. Det klassiska problemet med för många barn och för lite personal. Vi var och är många i samma situation som upplever otillräcklighet. När jag försökte förklara för cheferna fick jag svaret att... ”sänk din ambitionsnivå”.

I det läget tog Susanne Asp ett nytt avgörande beslut i livet. Hon bestämde sig för att



Susanne Asp.

sätta sig i skolbänken – igen. Den här gången som 35-årig tvåbarnsmamma.

– Det är aldrig för sent att börja med något nytt.

Nästa anhalt blev Sälj- och marknadshögskolan (SMH) i Mölndal. 2005-07 läste Susanne fram till en examen som internationell säljare och marknadsförare.

• **Du var förstas äldst i klassen?**
 – Nej, vi var tre stycken i min ålder. Alla lika förtjusta i att plugga efter lång arbetslivserfarenhet.

I utbildningen ingick praktik hos TV 4 och Gothia Towers. Nu 37-åriga Susanne belönades därtill med ett diplom för ”Bästa engagemang” under hela kursperioden.

Första uppdraget i nya livet bestod av att göra en organisationsförändring i faderns firma, följt av jobb som säljare i ett företag inom

profilmaterielbranschen.

Så småningom väcktes idén att starta eget på temat att det aldrig är för sent att börja med något nytt. Ryktesvägen hade Susanne hört att Kids & Teens i Sävedalen var till salu och hon gick rakt på sak öga mot öga med ägaren:

– Du, Annelie (Adolfsson), du ska väl inte sälja!?

Svaret kom som en blixst från klar himmel:
 – Varför inte!? Men hur kunde du veta att jag just i dag fått erbjudande om ett jobb på en bilsalong.

Tillfälligheter, ödets ironi, kalla det vad du vill.

Sedan augusti 2008 är Susanne Asp butiksägare.

– Allt såldes ut, även lagret. Jag tog över ett skal och startade nytt i samma namn.

2016 hamnade Susanne i en ny ”svacka”

På väg liksom



Susanne med kollegan Kristina "Kicki" Karlsson.

och funderade på att sälja företaget. En stamkund gav henne tipset om att i stället förändra och disponera om sortimentet.

– Processen tog ett år att genomföra. Nu är i alla fall alla bitar på plats.

Ambitionsnivån är, som alltid, hög. I uppdraget, där omsättningen är cirka fyra miljoner kronor om året, har Susanne anställt Kristina "Kicki" Karlsson som kollega.

Duon ser sig mer som klädcoacher än expedit. Den personliga touchen är viktig i konceptet där kommunikationen med kunder i många fall sker genom Facebook och Instagram.

• **Hur mycket jobbar du?**

– Jag brukar svara att jag precis gått ner till heltid...

I tider när folk handlar kläder via postorder

och på nätet önskar Susanne Asp erbjuda så mycket mer. I sortimentet finns både kända och okända märken. Inköpen sker via två stora mässor om året och regelbundna besök av återförsäljare.

– En bra blandning, något för alla, beskriver hon utbudet. Jag försöker att lära känna så många som möjligt på ett personligt sätt och hjälper gärna till att bygga upp en garderob, inte enbart komma hit och köpa ett enskilt plagg. Vi vill ha leende kunder som återkommer.

En skylt på disken sprider budskapet... "En lycklig kvinna är en kvinna med påsar". I sammanhanget inte avsett matkassar från ICA eller påsar under ögonen utan med kläder från Cotton Hill Store.

Välståndet är angeläget och viktigt för Susanne som utanför jobbet springer, gymmar,

och utövar crossfit.

– Träningen är min frizon, poängterar hon.

I det konceptet ingår hälsosor, kontakt med tv-profilerade hälsocoachen Annika Sjö, motionera familjens labrador och givetvis egna projekt.

• **...som att exempelvis att debutera i GöteborgsVarvet?**

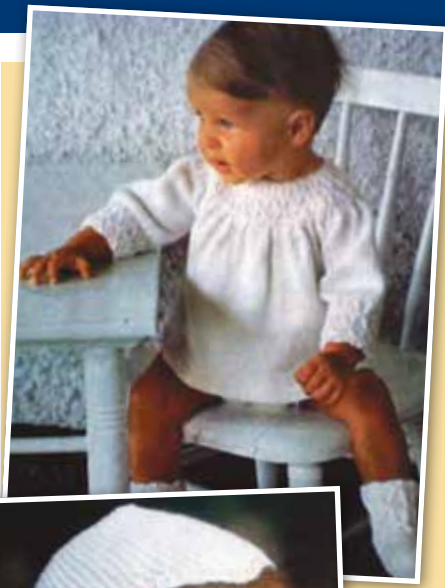
– En träningskompis (Tina Lindqvist) ger mig inspiration. Som längst har jag sprungit 1,5 mil i skogsterräng. I maj väntar 21 kilometer på asfalt, vilket är avsevärt tuffare. Men jag hoppas kunna fixa även den utmaningen.

Inspiration, va ordet.

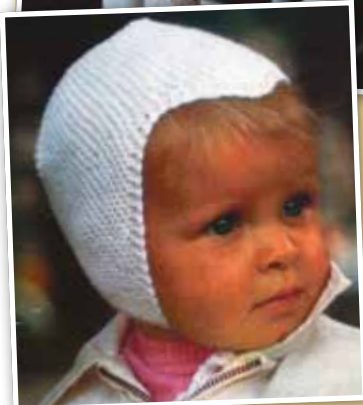
Den som Susanne Asp helt saknade efter de två första åren i gymnasiet.

Men det är, som sagt, aldrig för sent att börja med något nytt.

Kjell-Ove Andersson



Från tiden som modell.



SUSANNE ASP

✓ **Född:** 1 november 1969.

✓ **Familj:** Gift med Niclas, 47, arbetsledare inom säkerhetslogistik på Stena Line, döttrarna Fanny, 19, Lova, 16, hunden Milton, 1,5 år, en labrador, och Calvin, 3, en norsk skogskatt. Samt mamma, pappa, en fyra år yngre bror, och fyra yngre halvsyskon.

✓ **Yrke:** Företagare och klädcoach i egna butiken, Cotton Hill Store, på Göteborgsvägen i Sävedalen.

✓ **Uppväxt:** Härlanda-området och Öjersjö fram till åtta års ålder då föräldrarna skildes.

✓ **Bor numera:** I hus i Öjersjö sedan 2013.

✓ **Andra 031-adresser i kronologisk ordning:** Björndammen, Sveagatan (Linéstaden), Olof Nilssons väg (Partille), Björndamsterassen, Kåsjön-området, Pärstickaregatan (Lunden), Birkegatan (Lunden), Solrosgatan (Källtorp), Lydingehemsgatan (Munkebäck), Fjällbogatan (Utby). Samt dessutom ett halvår i Tranås.

✓ **Utbildning:** Hoppade av studierna, ekonomisk linje, vid Porthällagymnasiet efter två år av tre. Gick barnskötarutbildning parallellt med jobb som timvikarie på dagis. Kompletterade ämnena svenska, engelska och samhällskunskap vid Majornas vuxengymnasium (Komvux) 1993-94 och tog studentexamen vid 24 års ålder. Studier vid lärarhögskolan i Mölndal 1994-97 med utbildning till förskolelärare. Studier vid Sälj- och marknadshögskolan (SMH) i Mölndal 2005-07. Examinerad som internationell säljare och marknadsförare.

✓ **Arbeten:** Fotomodell som baby och ungdom. Brickficka på Bräutigams konditori, expedit på klädavdelningen hos Åhléns i Nordstan, konditorianställd i Tranås, timvikarie på olika förskolor i Göteborg, barnskötare, förskolelärare, säljare av profilmateriel hos Hampton, sedan augusti 2008 egen företagare i klädbranschen.

✓ **Intressen:** Familjen, kläder, idrott, hälsa, och kost.

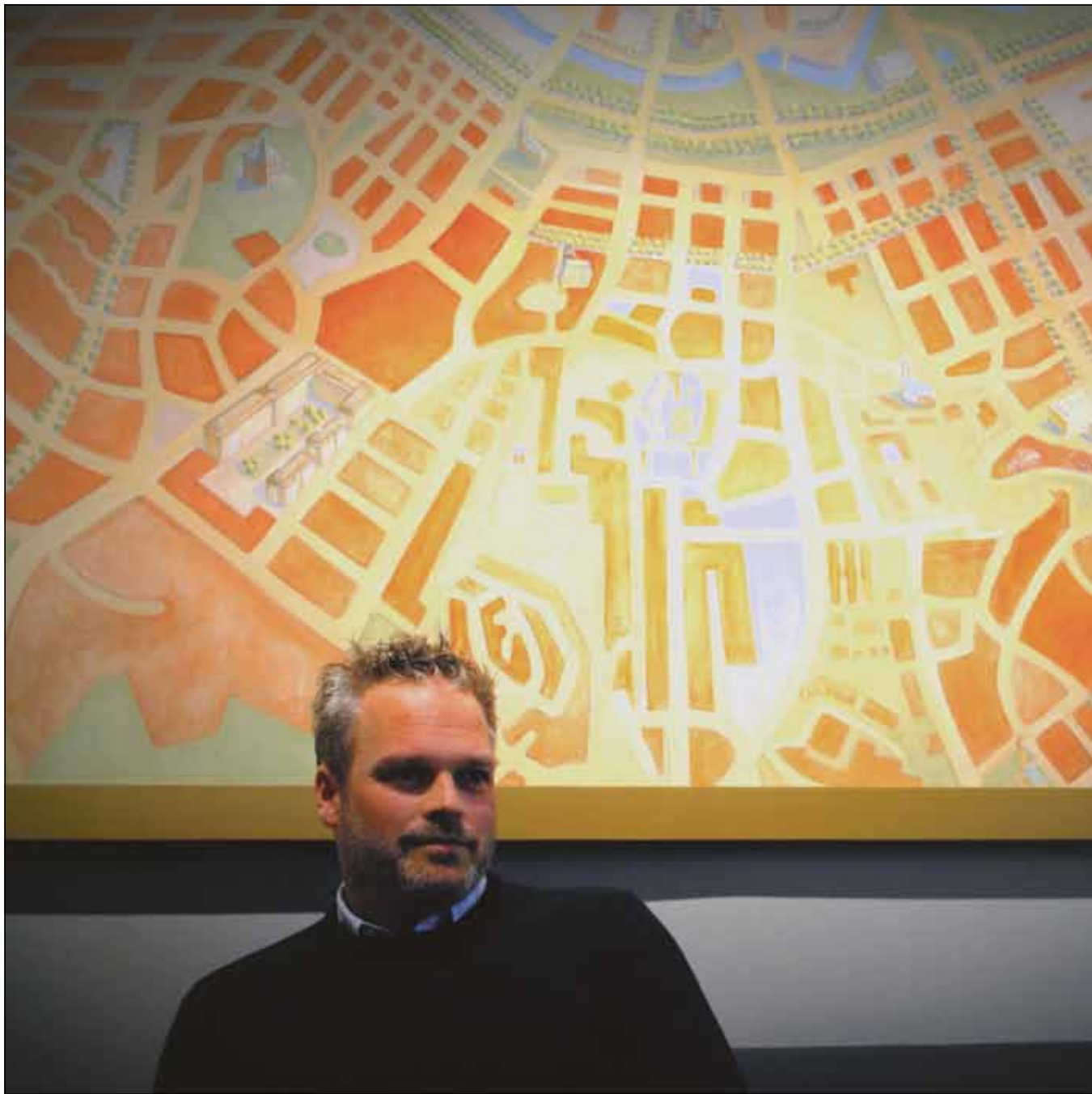
✓ **Motto:** Ångra aldrig någonting du gjort utan våga och vinn nya utmaningar.

✓ **Framtidsdröm:** Vara engagerad och arbeta inom friskvård med att leda och motivera andra människor.

TIPSA KOA!

■ Vilka intressanta människor möter Du i våra kvarter, på gator och torg, och rent av i butiker, som bör porträtteras under vinjetten "Folk vi möter"?

■ Det kan vara ung som gammal, en känd, en okänd, en kvinna eller en man. Hör av dig till koa.andersson@gmail.com så tar vi hand om tipset.



ERNST ROSÉN AB STÖDJER: "För oss handlar det om ett generationsbyggande", säger vice VD Johan Rosén.

FOTO: RICHARD KJAERGAARD

”Det är fantastiskt att se alla engagera sig så helhjärtat”

Insamlingsstiftelsen för Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus arbetar aktivt med att skänka glädje för patienterna som vårdas inom sjukhuset och i många fall även deras familjer. Ett sätt att få in medel är att arrangera Sveriges största golftävling för välgörenhet – Barngolfen.

– Det är mitt första år som projektledare och det är med stor stolthet som jag tar mig an uppgiften. Insamlingsstiftelsens motto är enkelt; ”glädje läker”. Det är något vi verkligen tror på och jobbar stenhårt för, säger Madeleine Wahlberg.

Barngolfen arrangeras för trettonde året i rad av insamlingsstiftelsen. Sammanlagt har arrangemanget under årens lopp inbringat drygt femton miljoner kronor. De insamlade medlen går till saker, miljöer och upplevelser som till exempel en läkande trädgård, mer lekfulla och terapeutiska miljöer för patienterna teknik som i-pads, spel och tv, syskonstödjare, sjukhusclowner, listan kan göras lång. Ett arbete som verkligen gör skillnad på sjukhuset.

Men vad är då arrangemanget Barngolfen? Madeleine Wahlberg berättar mer.

– Det är en dag i glädjens tecken. Företag satsar pengar för att medverka och får spela golf i samma lag som ett golfproffs och en kändis. Alla dessa proffs och kändisar ställer upp

helt ideellt, säger hon.

Och det gör även ett stort antal volontärer och sponsorer. Många av dem har stöttat arrangemanget i flera år.

– Det är fantastiskt att se alla engagera sig på ett så helhjärtat sätt. Årets tävling genomförs den 11 juni på Kungsbacka Golfklubb samt avslutas med en middag och välgörenhetsauktion på Elite Park Hotel i Göteborg.

Men det är inte bara vuxna som spelar under dagen. Även barnen på sjukhuset har en självklar plats.

– Vi kommer bjuda på olika aktiviteter för barnen då de även blir mycket uppskattade träffar med några av barnens idoler. Dagen brukar bli precis lika kul för barn- och ungdomar som för deras familjer. Förutom att få en

härlig dag med aktiviteter bortanför sjukdomar får även de vuxna chansen att träffa artister och idrottsstjärnor som de kanske uppskattar och beundrar, säger Madeleine Wahlberg.

Fastighetsbolaget Ernst Rosén AB har valt att stötta Barngolfen under många år. Företaget förvaltar bland annat fastigheter i Örgryte och Lunden. Johan Rosén är vice VD och fjärde generationen i familjeföretaget.

– Vi fattade ett strategiskt beslut för drygt fem år sedan om att fokusera vår sponsring och olika partnerskap i verksamheter som rör just barn. Därför stöttar vi dels själva arrangemanget Barngolfen, men även insamlingsstiftelsen generellt. Vi har bland annat öronmärkt medel för att viss dedikerad personal ska kunna finnas på lekterapi på barnsjukhuset, säger



Många kändisar har ställt upp för Barngolfen – som Lotta "På Liseberg" Engberg (t h) och Barbro "Lillbabs" Svensson exempelvis.



Barngolfen – golftävlingen som gör skillnad

- ✓ Barngolfen har spelats sedan 2006, till förmån för Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus.
- ✓ Tävlingen är idag Sveriges största välgörenhetsgolftävling.
- ✓ Barngolfen 2018 spelas på Kungsbacka Golfklubb måndag 11 juni. Spelformen för Barngolfen är Texas Scramble ett lagspel där laget består av 3 spelare från ett företag som köpt ett sponsorpaket. Sedan kryddas laget med en celebritet och ett golfproffs som agerar lagkapten.
- ✓ Några av de som tackat jag till att medverka i årets tävling är bland andra Lillbabs, Douglas Murray, Kristin Kaspersen, Viktor Åkerblom och Magnus Wislander samt golfproffsen Carin Kock, Fredrik Jacobson, Linda Wessberg, Niclas Fasth, Sophie Gustafson och Joakim Björkman.

Läs mer på www.barngolfen.nu

Insamlingsstiftelsen för Drottning Silvias barn och ungdomssjukhus

- ✓ Stiftelsen samlar in pengar och gör olika samarbeten för att kunna tillföra saker, miljöer, upplevelser och aktiviteter som ger glädje och en ökad livskvalitet för barn, unga och deras familjer på Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus. Det som behövs när man drabbats av sjukdom utöver ordinarie vård och som inte kan finansieras via skatten. Stiftelsen grundades 2006. Insamlingen har ett 90-konto.

Mer finns att läsa på www.barnsjukhuset.nu

★★★

Vill du också hjälpa till och ge ett bidrag?

Swish: 900 834 3 • BankGiro: 900-8343

Vi är butiken med det lilla extra



SÄVEDALENS SALUHALL

Butiken med gott kött &
ljuvliga ostar & delikatesser

VÄLKOMNA



BLACK ANGUS



Göteborgsvägen 34 Sävedalen | Christina: 0708 66 14 19
Öppet Onsdag-Torsdag 11-18 | Fredag 10-20 Lördag 10-16
www.kotthall.se

Greengate Strömshage • Yankee Candle • Bukowski • Alterhedens • Miljögården

Sävedalens Gårdscafé

Inredning & Presenter

FRUKOST | FIKA | LUNCH

Långfredagen drar vi till Blåkulla och är tillbaka
på tisdagen den 3/4 med ordinarie öppettider!

Vi är det lilla mysiga caféet med mycket
roligt att ge bort som teer, godis och inredning!



Göteborgsvägen 85 i Sävedalen • 031 361 44 20
Måndag-Fredag 8-16 • Lördagar 11-15

Cotton Hill

- store -



VÅR-KICK!

ÄNTLIGEN – MÖT VÅRENS TRENDER HOS OSS!
VÄLKOMNA!



Göteborgsvägen 89, Sävedalen • Mån-Fre 10-18 • Lör 10-14 • Tel. 031-26 80 01



Påskkänslan & Midas åsneöron

Det var för några år sedan. Påsken kom då senare än i år, så det japanska körsbärsträdet vid Örgrytekolonins grind stod vackert i blom.

Björkekärrsflickorna Tina och Wilma, som nu går på gymnasiet, gick då ännu på mellanstadiet och hade som tema att studera varsin figur ur Antikens gudasagor. I den påskgula trivselen i min stuga snackade vi om guden Apollon, kung Midas och förstås även om Påskharen.

Jag hade pyntat med bonader, gula gardiner, påskliljor på bordet och traditionella påsksaker lite varstans. Mestadels hönor och ägg av porslin eller papp eller marsipan. Men Tina hade också med sig några extra stora kort med Påskharen på.

- Wow, tjöt Wilma. Baconmackor med en ägghalva på varje! Och vad kaffet luktar gott.
- Säg doftar, rättade Tina. Doftar låter vackrare än luktar.
- Påskharen är ganska så orimlig, påpekade jag. I de klassiska sagorna är det inte hönorna utan haren som lägger ägg, fastän den är ett däggdjur. Och till råga på allt så är det för det mesta hanen som värper. Det är tur att det inte är i biologin ni ska redovisa.
- Men haren finns som lyckosymbol. Och som det nya livets symbol i nästan varje antik religion, sa Tina. Så den passar bra ihop med påskens återuppståndelse. Och att naturen på våren får nytt grönt liv och allt det där.
- Jo...det förstås. Men våren är också snösmältning, ett evigt regnande och evigt ösande med hinken så inte föreningens gemensamma kranar i brunnen här på min tomt står under vatten.

Men, log jag, jag är glad att ha hörntomten här åt gatan...även om det innebär att dygnet runt ha ansvar för detta så kallade gemensamma. Den mödan, någon kvart om dagen, räknas som ingenting, medan andra berömmar sig för att städa dusch och toalett någon gång om året, ska ni veta. Se så, Wilma, slår du upp kaffet är du snäll.

– Visst, Alice. Här ser du en med talang som den värsta servitris, log Wilma och knöt lite demonstrativt ett sött men annars onödigt påskförkläde på sig, innan hon slog upp den doftande heta varmdrycken i våra rejäla koppar (med kycklingmotiv). Himlar



TROGNA TRÄDET. Vissa år, då påsken kommit senare, har det japanska körsbärsträdet hunnit slå ut i blom vid kolonins grind åt öster. Sedan bilden knäpptes för bara några år sedan har det på andra sidan gatan byggts höga nya bostadshus.

FOTO: ALICE RADOMSKA

vad påskriset är brett. Jag kommer knappt åt koppen din, Alice.

– Människor är människor och kan inte ha gudarnas sinne för rättvisa och sånt där, mumlade Tina, som om hon tillämpat Antikens mytologi för att bedöma kolonitillvaron. Vad underbart, tillade hon, att ha stuga med så nära till Liseberg! Och till Avenyn och allt ju!

– Jisses, jag tar mig alltså en tredje macka, log Wilma och mumsade vidare.

– Jag tänkte, tillade hon, skrivit om en figur som inte var gudomlig utan bara mänsklig, den där jordiska prinsessan Coronis, som födde en son åt ljusets, klarhetens och sångens gud Apollon. (Hon tittade på en fuskklapp, tack och lov, för så himla högt allmänbildad kunde det aldrig vara nyttigt för en tolv års flicka att vara.)

I stället för Coronis valde hon som ämne något helt, helt annat. Nämligen kung Midas, han med en åsnas öron på sitt annars normala huvud. Och innan flickorna på vanligt sätt kollade fakta på nätet, kunde de bläddra i några böcker ur stugans närmaste bokhylla.

En som skrivit mycket i ämnet var Alf Henriksson. Känd som en av 1900-talets ledande folkbildare, författare inom skandinavisk historia, forna religioner, folksagor, Antikens berättelser – och hans ständiga spalter i Dagens Nyheter och Vecko-Journalen.

Enligt uppslagsboken

BETRAKTELSE

av Alice Radomska
– författare
och konstnär



”Hexikon som lexikon” lyckades Midas fånga den gamle guden Silenos och skulle släppa honom fri endast om han uppfyllde Midas högsta önskan. Henriksson skriver där:

”Midas önskade då att allt som han vidrörde skulle förvandlas till guld, vilket strax visade sig vara en idiotisk önskan, ty maten som han förde till munnen blev obevkligen guld, och i sin nöd bad Midas att få ta tillbaka sin önskan, vilket då beviljades.”

– Men...den legenden påstår ju inte att Midas hade öron som en åsna, konstaterade Wilma.

Nej, så vi sökte vidare och fann en legend där Midas hade hört Pan spela flöjt och Apollon spela lyra. När Midas sa att i hans öron lät Panflöjten vackrast, blev den mäktige Apollon arg och lät Midas öron förvandlas till åsneöron.

– Aha, så Apollon tyckte att Midas var korkad. Och redan då fanns väl uttrycket ”dum som en åsna”, sa Wilma med en liten vissling.

– Mycket möjligt. Eller så har uttrycket blivit till med denna legenden som grund, gissade jag. Men det är ju rätt så orättvist, för en åsna är i själva verket lika klok som en häst.

Vi läste vidare vad Alf Henriksson berättar lite senare i boken, att Apollon lät ”två åsneöron växa ut på Midas, som i fortsättningen hade all möda att dölja detta för

sina undersåtar. Han bar därför ständigt tiara, de persiska kungarnas höga och omfångsrika huvudbonad.”

I assyriska skrifter kallas Midas för Mita. Trots de sagolika berättelserna är han en historisk person som levde på 700-talet före Kristus.

De uråldriga legenderna har gett upphov till ord på världens alla stora språk. Slangordet midas avser i Grekland en girig men inte särskilt klok person. Pan och hans flöjt, och hur man beter sig när man hör den, har gett upphov till ordet panik.

– Och Apollon som rör sig blixtnabbt och lätt genom hela världen har förstås fått ett resebolag döpt efter sig, log Tina med ett litet bett i ett till hälften chokladöverdraget marsipanägg.

Vi gick ut i den inte alltför kyliga, lite duggregniga vårvinden. Ett stilla varv runt hela koloniområdet. Goda grannar vinkade glatt, med tydliga vårkänslor. Där stod Gunilla Johansson belåten i sin lilla trädgård. Det lyste mysigt ur Malins fönster. En kompis till någon medlem körde en skottkärra med jordsäckar. Det trevliga paret Lars och Carina hade hunnit långt i sina vårsysslor. Luften var frisk och härlig.

Det japanska körsbärsträdet vid grinden åt Helmutsgatan stod i blom, beundrat av förbipasserande på trottoaren. En spårvagn rasslade på Mölndalsvägen. Biltrafiken på bron åt Skår och Kallebäck hade glesnat efter rusningen.

Vi öste föreningens brunn igen, och när flickorna hjälpte mig tog det inte många minuter att få den klanderfri. Wilma sa visst något om att körsbärsträdet är Japans nationalträd. Tina nynnade lite omedvetet på en sång.

– Apropå påskharen, sa hon. Den betyder liv genom död och hör ihop med månen. Mångudinnan Eostre, som är orsak till att påsk på engelska heter Easter, har kvinno-kropp med harhuvud. Eller hade, för ingen tror ju längre på henne.

Men Påskharen finns. Förresten dyker han upp i sagan ”Alice i Underlandet”, närmare bestämt i kapitel 6 för att sedan hålla ett alldeles tokigt teparty för Alice i kapitel 7.

Där låg vår småpratiga fikastund i lä.

INSÄNDARE

Upprop från Föreningen Saknade barnbarn

De är hundratals mor- och farföräldrar i Sverige 2018 som hindras att träffa barnbarnen, utan att ens fått en förklaring på varför. De s k sociala instanserna borde ha mandat att kalla och uppmuntra parterna i konflikten till ett klagande samtal, som ansvarstagande vuxna, för att finna en lösning på problemet. Det handlar om att ta ansvar för sin del i konflikten. Med tanke på att barn är inblandade vore det ett försök till försoning värt en hel del. Dessvärre, socialnämnden nöjer sig med att hänvisa till att föräldern är vuxen och inget kan göras. Oftast bemöts man med förblamande konstaterande som t ex ”Det går inte att tvinga x att prata med dig”. Däremot går det för sig att tvinga mor- och farföräldrarna att avstå från barnbarnen.

Hur mår barnen i Sverige, världens ensamaste land, när nära släktingar plötsligt

försvinner ur deras liv?

Löser man konflikter genom att peta bort blodssläktingar ur bilden?

Att suddas bort människor ur ens liv vid konflikter, är det det vi lär barnen? Även om den låsta parten skulle behöva mer tid fr att reda ut situationen, bör det per automatik innebära att barnbarnen inte får träffa sina mor- och farföräldrar längre? Sverige är ett USA-vänligt land och så bekant mycket som sker i USA tas efter, varför inte lagen om visitations rights for grandparents, tro?

Vilka förlorar mest på att det inte görs något åt olösta konflikter mellan de vuxna barnen och mor- och farföräldrarna?

Det är ju kostsamt för samhället att låta människor vandra vidare med olösta konflikter inombords.

Flera försök har det gjorts i ärendet men hittills inte någon väsentlig ändring skett.

Exempelvis, har Barbro Westerholms motion 2016/17:650 inte fått gehör.

Föreningen Saknade Barnbarn är politiskt och religiöst obunden, startades 1996 av barnpsykologen Lilian Gottfarb. I sitt arbete märkte hon vilken skada som kunde drabba barn när vuxna var inbegripna i olika typer av olösta konflikter. Med de komplexa familjestrukturer som råder idag har detta problem vuxit. Barnen utnyttjas som ett slags vapen i konflikter mellan t.ex. mor- eller farföräldrar å ena sidan och de vuxna barnen å den andra. Föräldrarna förvägrar mor- och farföräldrar att få träffa sina barnbarn, ofta utan att ens ange någon orsak. Barn behöver ha nära och regelbundna kontakter med sina föräldrar och andra nära anhöriga, kanske främst mor- och farföräldrar.

I andra länder bl a USA har barn en lagstadgad rätt till umgänge med sina mor- och

farföräldrar, s k visitation rights for grandparents. Så icke i Sverige.

Föreningen Saknade barnbarn vill få till stånd ändringar av de orimliga reglerna i Föräldrabalken (FB) när det gäller bl a boende och umgänge. För att kunna föra sin egen talan i domstol om umgänge med sina barnbarn, måste mor- farföräldrar, be att socialnämnden ska ta deras sak till tingsrätten. Nekar (som oftast sker) socialnämnden detta, går beslutet inte att överklaga.

Vi vill uppmuntra alla inblandade parter att tänka till, ta ansvar för sin del i konflikten, vara helst del av lösningen och agera för barnets bästa i ordets riktiga bemärkelse.

Med förhoppning med att situationen ovan går från nuläge till önskeläge,

Beatriz Larsson
Föreningen Saknade barnbarn,
Arbetsgruppen Göteborg



**Nu med
fullt RUT-
avdrag!**

Med våren runt hörnet så är det tid att beskära dina fruktträd!

Våra duktiga veteraner kan b.la hjälpa er med
följande:

- Vi beskär träd och buskar
- Sågar ner mindre träd & grenar
- Forslar bort skräp & avfall
- Röjer sly
- Krattar löv



veterankraft.se

goteborg@veterankraft.se | tel: 031-310 76 60

REA REA REA REA REA REA REA
30%-50% på utvalda skor!

Har du problem med Hälsporre, Ryggvärk, knävärk?
Vi tillverkar ortopediska hålfotsinlägg efter avgjutning



**Hålfotsinlägg
NU 1500:-**

Bräckbandage
Sport kompressionsstrumpa
Hälavlastande kuddar
Knäbandage

SKOLABB.com



Ortopediska och fotriktigaskor



Friggagatan 29
Svingeln
Tel.031-155 380

Nu inviger vi den nya cykelbutiken på Olskrokstorget!

CYKELKUNGEN

Tisdagen den 3 april slår vi upp dörren kl 10.00
med fina erbjudanden under hela veckan!

Passa på att fynda bra kvalitetscyklar från Nishiki, tillbehör
från kända varumärken eller varför inte prova vår fullmatade
verkstad med lång erfarenhet i branschen.

Lördagen den 7 april finns representanter från Nishiki på plats.

ÖPPNINGSERBJUDANDE!



WINTHER 840 7,8 AH ELCYKEL

REA 20% 12.795:-

PRIS EFTER ELCYKEL-BIDRAG 9.595:-

ORD PRIS 15.995:-

VI BJUDER PÅ EN
FASTMONTERAD FRAMKORG

BEGRÄNSAT
ANTAL!

BUTIK • VERKSTAD • CYKELUTHYRNING

Redbergsvägen 2 Göteborg | Tel. 031 184 300 | www.cykelkungen.se

Örgrytesonen Måns Holmberg är klar för GKSS Match Cup Sweden

Årets upplaga av GKSS Match Cup Sweden har fått sitt första svenska team med rorsman Måns Holmberg i spetsen. Det står klart efter kvalet i Valencia där tio team gjorde upp om två direktplatser till Marstrandklassikern.

Under tre dagar, mellan den 23 och 25e februari, seglades kval, semifinal och final.

Måns Holmberg säkrade efter en jämn kvartsfinal mot en annan svensk, Nicklas Dackhammar en plats till tävlingarna i Marstrand och gick till final mot den danske tidigare OS-gulmedaljören Jonas Warrer (DAN) där han också vann.

– Vi är verkligen nöjda med resultatet, det är helt klart ett styrkebesked. Inte minst med tanke på att vi seglar med ett helt nytt lag. Killarna gjorde ett fantastiskt jobb. Vi visste från början att vi var tvungna att utvecklas i varje race för att ha en chans. Och det var precis vad vi gjorde. Vi längtar efter att få komma ut på banan i Marstrand – vi kommer bli farliga, kommenterar rorsman Måns Holmberg.

Både Holmberg och Warrer (DAN) kvalade, i egenskap av finalister i Valencia, till startplats till Match Cup Sweden i sommar. Ytterligare ett kval till Marstrand kommer att seglas under våren där två lag till direktkvalificeras. Dessutom kommer det delas ut två wildcards till tävlingen vilket ger totalt 12 startplatser med redan klara tour-kortshållare.

– Vi är så klart jätteglada att Måns har kvalat till Marstrand. Det var ju faktiskt hans far, Magnus Holmberg som tillsammans med Peter Klock startade Match Cup seglingarna för snart 25 år sedan, så det är extra roligt att Måns blir förste svensk 2018 att kvala in, säger Patrik Malmer, ansvarig för GKSS Match Cup Sweden.



MEDVIND! Måns Holmberg – till vardags boende i Örgryte – och hans team knep en startplats till GKSS Match Cup Sweden 2018.

GKSS Match Cup Sweden går av stapeln 4–8 juli på Marstrand. Match Cup Sweden är en av deltävlingarna på matchracingens världscup (World Match Racing Tour).

Han kommer på Marstrand i vecka 27 tävla mot internationella storseglaren Phil Ro-

bertson (NZL), som är förra årets vinnare av World Match Racing Tour.

Måns Holmberg från Göteborg och boende i Örgryte debuterade som 18-åring på World Match Racing Tour och har seglat match racing i tre år.

Han var förra året den yngsta deltagaren på Marstrand någonsin.

Andra redan klara namn är: Taylor Canfield (ISV), Ian Williams (GBR), Yann Guichard (FRA), Harry Price (AUS) & Torvar Mirski (AUS). **ÖHP**

EKONOMISKT

Blandade signaler spetsar till boräntebeslut

Samtidigt som de bundna bolåneräntorna kan dras med uppåt av den internationella utvecklingen, verkar de rörliga räntorna ligga kvar på rekordlåga nivåer ett bra tag till. Skillnaden mellan bundna och rörliga räntor kan därmed öka framöver och det blir allt viktigare att fatta ett genomtänkt beslut om sin räntestrategi.

Efter en lång period av starka börsuppgångar skakade det för några veckor sedan till på världens börser. Det är kanske inte så konstigt efter en så lång uppgångsfas men det är intressant att titta på vad som var den utlösande faktorn. Det var amerikanska rapporter om en överraskande stark arbetsmarknad och ett väldigt bra konjunkturläge som fick börserna att falla.

Varför då? En bra ekonomi och en stark arbetsmarknad borde väl vara bra även för företagets vinster och för världens börser? Jo, så är det för det mesta, men inte alltid. Den avgörande faktorn den här gången handlar om räntan. När den redan starka amerikanska ekonomin och arbetsmarknaden överraskar på uppsidan, ökar risken för stigande räntor. En anledning är att brist på arbetskraft ökar risken för inflation. Det, tillsammans med andra risker för överhettning av ekonomin,

gör att den amerikanska centralbanken (Fed) kan förväntas höja (den korta) styrräntan snabbare än vad de flesta hittills räknat med. Tillsammans med det faktum att de långa räntorna redan stigit en hel del i USA, blev intrycket att den stundande perioden av generellt högre räntor, nu är i antågande. Och eftersom högre räntor normalt sett är dåligt för aktiemarknaden så föll börsen på nyheten om den starka arbetsmarknaden.

Men högre räntor påverkar förstås mer än börsen. Det är också högtintressant för alla som har eller tänker ta ett bostadslån här i Sverige. Hur påverkas vi av den senaste utvecklingen? Innebär stigande amerikanska

räntor att de svenska bolåneräntorna följer efter och att man bör binda räntan så fort som möjligt?

Svaret är dessvärre inte entydigt.

När det gäller de bundna räntorna är de mycket riktigt internationella till sin karaktär och det är mycket riktigt så att de stigande långräntorna i t.ex. USA och Tyskland

kan dra med sig de svenska räntorna uppåt. Det skulle tala för att binda. Å andra sidan styrs de rörliga (korta) räntorna i huvudsak av inhemska förhållanden och då framförallt den egna centralbankens agerande. Och här i Sverige finns det inte mycket som antyder några snabba räntehöjningar från Riksbanken. Tvärtom kom

Vi hjälper dig med hela din ekonomi

– både företagets och din privata

Kom in till oss på St Sigfrids Plan. Du kan också boka rådgivningsmöte på kontakta5019@seb.se eller 031-62 28 90. Välkommen!

SEB

det härom veckan ny statistik som visar att den svenska inflationen är lägre än förväntat och vi tror därför att Riksbanken skjuter upp sin första räntehöjning ytterligare några månader, från september till december i år. Vi står därmed inför ett läge där skillnaden mellan rörliga och bundna räntor kan öka efter att de senaste åren ha legat nära varandra.

För den som vill ha bundna räntor och bara har väntat på rätt tillfälle att binda, är det därmed dags att skrida till verket. För den som vill ha rörlig ränta väntar sannolikt ytterligare en period av mycket låga räntekostnader. Baksidan av den rörliga räntan är då att risknivån stiger inför de räntehöjningar som ändå så småningom lär komma. (Eftersom de bundna räntorna då redan har stigit och det kan bli dyrt att då byta strategi.)

För de flesta är det (som så ofta) en bra idé att sprida riskerna i stället för att satsa allt på ett kort. Med en uppdelning av lånet i tre delar, varav en med rörlig ränta, en bunden på t.ex. 3 år och en på t.ex. 7 år, finns det goda möjligheter att både dra fortsatt nytta av ett lågt ränteläge och skapa en tillräcklig ekonomisk trygghet inför framtiden.

EKONOMISKT

med Jan Berger – kontorschef på SEB i Örgryte



ZOO

GÖTEBORGS ZOOLOGISKA

Kaggeledstorget 2 | 416 74 Göteborg | Tel. 031-25 88 48 | info@gbgzoo.se | www.gbgzoo.se

ÖPPET ALLA DAGAR
Vardagar 10-19 Lördagar 10-16
Söndagar 11-16

Hitta till oss: Med spårvagn tar du linje 1 mot Östra sjukhuset och går av på Kaggeledstorget. Kör du bil tar du E20 mot Stockholm/ Partille och svänger av på Torpamotet. Sedan tar du höger in på Torpavallsgatan kör c:a 500 m och svägar vänster in på kaggeledsgatan förbi biltvätten under spårvägen sedan kommer Kaggeldstorget.



STÖRST I STAN
PÅ REPTILER
OCH STORT UTBUD
AV FÅGLAR,
GNAGARE
OCH KANINER



Stor djuravdelning, många från egen uppfödning.
Kaniner • Gnagare • Fåglar • Reptiler m.m.



DU HITTAR FÖLJANDE MÄRKEN I BUTIKEN:



Vi har också
hemleverans – kolla för
mer info på hemsidan!

www.gbgzoo.se



3 krysslösande vinnare
belönas med
varsin trisslott

Lös krysset och skicka in det
senast 15 april till

Örgryte & Härlanda Posten
c/o Sally Bazar

**Ånäsvägen 20
416 67 Göteborg**

Jag heter:

Adress:

Postnummer:

Postort:

Telefon:

Förra månadens lösning:



Vinnarna!

■ Här är vinnarna av förra krysset.
Grattis – och snyggt jobbat – priset
kommer som ett brev på posten.

✓ **Ingrid Bergendahl,**
Norra Gubberogatan i Göteborg

✓ Åsa Rydberg,
Ekvatorsvägen i Torslanda

✓ **Ernst-Göran Törnbrink,**
Redbergsvägen i Göteborg

[illegible]

Glad Påsk önskar Göteborgs Pepparkaksbageri med 15% på hela sortimentet under v.13

Gäller även våra pepparkakor!

Välkommen in så hjälper vi till med presenten!

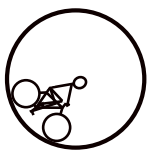
Vi har något för alla.

Öppettider: Mån-Ons 8.30-17.00 Skärtorsdag 8.30- 15.00



St. Sigfridsgatan 146
Tel. 031-401 045
www.goteborgspepparkaksbageri.se





RECYCLE SOULOOPER

Freddan's

CYKELVERKSTAD

VERKSTAD ELCYKLAR CYKLAR TILLBEHÖR



CYKELFREDDAN

Munkebäcksgatan 28
www.freddans.nu



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Skall du ut och resa?

Vaccinera dej hos Närhälsan Olskroken – din kompletta Vaccinationscentral

På vår Drop-In **vaccinerar** vi med de flesta resevaccin samt **HPV-vaccin, TBE-vaccin och influensa-vaccin** till låga priser

Vi finns på Redbergsvägen 6, mellan spårvagnshållplatsen Olskrokstorget och parkeringshuset på Lilla Olskrokgatan. **031-345 04 00**

Läs mer om våra öppettider
och priser på narhalsan.se

Närhälsan

fjällmans *begravning*

I tre generationer har vi på Fjällmans varit ett stöd för anhöriga i sorg.

Tack vare våra egna florister, jurister och transporter kan vi arbeta omtänksamt över hela Göteborg.

Oskar Fjällman



Härlanda	031-21 79 70	Olskroken	031-19 46 90
Högsbo	031-82 20 90	Sävedalen/Partille	031-26 55 22
Lundby	031-22 16 45	Torslanda	031-92 02 20
Majorna	031-14 97 54	Västra Frölunda	031-29 06 36

www.fjallmans.se

Ett gott liv för seniorer
Örgryte-Härlanda

Göteborgs
Stad

Bomässa för seniorer

Planera din framtid på Kulturhuset Kåken

Välkomna att möta utställare och ta del av föreläsningar med fokus på att bo bra på äldre dar.

Utställare

Bostadsbolag i stadsdelen, Boplatz Göteborg, Äldersvänligt Göteborg, Seniorgården, Boihop med flera.

Mingla med ansvariga politiker från staden.

Föreläsningar

Kl. 13 Trygghet och tillgänglighet i boendet på äldre dar
Lisbeth Lindahl, leg. psykolog, fil dr. och forskare vid FoU på Väst/GR.

Kl. 16 Trygghetsbostäder – boendeform för gemenskap och tillgänglighet
Henrik Ehrlington, Göteborgs Stads fastighetskontor och Patrik Hakenmyr, Bostads AB Poseidon.

Torsdag
19 april
kl. 11-18
Fri entré

Hitta hit: Kulturhuset Kåken, Stora salen, Kålltorpsgratan 2.

Hållplats: Härlanda, spårvagn 3 och 1. Buss 17. Flexlinjen mötesplats 571 Kulturhuset Kåken.

Kontakt: Emma Nilsson 031-365 52 73.

www.goteborg.se



Göteborgs
Stad

ÖRGRYTE-HÄRLANDA

Nämndsammanträde

Tisdag 24 april

Kl 17.00 börjar "allmänhetens frågestund". Då har du möjlighet att ställa frågor och framföra synpunkter till nämnden. Därefter börjar nämndens beslutssammanträde, då har du rätt att närvara, men inte att yttra dig. Handlingar till mötet finns cirka en vecka innan på: www.goteborg.se/namndhandlingar

Plats: Kulturhuset Kåken, Kålltorpsgratan 2, Stora Salen. Spårvagn 1 och 3, hållplats Stockholmsgatan.

Kommande möten 2018

28 maj, 19 juni, 28 augusti, 25 september, 30 oktober, 27 november, 11 december

Välkommen!

På www.goteborg.se finns föredragningslista med handlingar samt protokoll. Här kan du också lämna synpunkter.

Vad brinner du för?

AKTUELLT: Kåken-Ateljén, onsdag 4 april, kl 18:30
Föranmälan till entimmeomdagen@gmail.com krävs.

Har du någonsin ställt dig själv frågan om vad du brinner för? Att brinna för något innebär att vilja göra det där speciella varje ledigt ögonblick när du inte måste göra något annat. Allt som tar din uppmärksamhet bort från det du brinner för känns som en börda. Och när du väl får göra det du brinner för så känns det som om tiden både står stilla och flyger iväg på samma gång. Du upplever att den står stilla för att koncentrationen är så fullständig, och tiden tycks flyga därför att du helt tappar uppfattningen om

både tid och rum. Att vara så fullständigt uppslukad av något är ha passion för det med alla de känslor som hör till.
Så, vad brinner du för? Och hur viktigt är det att brinna för något? Alla människor strävar inte efter att få utlopp för sin passion, men jag tror att när vi ger oss själva utrymme för att brinna för något så fylls våra liv med spänning, utveckling, tillväxt och liv. Men det är inte allt som börjar som en passion. Ibland börjar det med en vanlig nyfikenhet. Allteftersom nyfikenheten växer till ett intresse och intresset växer till kunskap så kan detta utvecklas till en passion.

Ibland är vi rädda för att gå in för något med hela hjärtat. Kanske är vi rädda för att bli besvikna. Så vi håller ett visst känslomässigt avstånd som skyddar oss, men som också tyvärr håller oss på avstånd från det vi egentligen vill. Utmaningen är att släppa rädslan för besvikelse och våga vilja något med full passion och känsla. När vi tillåter oss själva att brinna för något så fylls vi av en känsla av syfte och mening vilket i förlängningen innebär att vi fylls av liv.
Genom följande frågor kan du testa dig själv vad gäller dina intressen och vad du eventuellt skulle kunna brinna för.
✓ Skriv upp fem av dina naturliga talanger och intressen

- ✓ Om du kunde fokusera på en av dessa naturliga talanger eller intressen, vilken skulle det vara och varför?
- ✓ Önskar du att du hade mer tid att resa till.../skriva, måla, designa en.../flytta till.../starta en.../studera om.../bygga en...?
- ✓ Om pengar inte vore något hinder, vad skulle du göra?

Gå nu över dina svar och se om du hittar något du verkligen brinner för. Leta efter saker som du naturligt tycker om att göra, saker som du är bra på, eller önskar du hade tid för, eller saker som du skulle göra oavsett din ekonomi.

Vad skulle bli annorlunda i ditt liv om du ägnade en timma dagligen åt din drömsysselsättning? En timma om dagen ger sex timmar i veckan, eller 312 fokuserade timmar på ett år. Detta i sin tur motsvarar 39 åtta-timmars arbetsdagar under ett år, eller ca två månaders heltidsarbete! Vad skulle kunna hända?!

Allt gott!

★★★

Vill du veta mer om hur du på sex veckor kan nå ett länge efterlängtat mål? Kom till Kåken-Ateljén, onsdag 4 april, kl 18:30. Föranmälan till entimmeomdagen@gmail.com krävs.

LIVSCOACHEN

Alexandra Tittus
– din personliga strateg och bollplank



KYRKFÖNSTRET

annons@ohposten.se

Björkekärns församling

www.svenskakyrkan.se/bjorkekarr
Tisdag 27 mars
19.00 Veckomässa med förbön, Ragnar Olinder
Torsdag 29 mars
19.00 Skärtorsdagsmässa, Björn Nilsson
Fredag 30 mars
10.00 Långfredagsgudstjänst, Björn Nilsson, Långfredagskören
Söndag 1 april
10.00 Högmässa, församlingens präster och diakon, gospelkören Inspirit, lovsångsteam
Måndag 2 april
10.00 Högmässa, Ragnar Olinder
Tisdag 3 april
19.00 Veckomässa Taizé med förbön, Björn Nilsson
Söndag 8 april
10.00 Högmässa & Söndagsklubben, Ragnar Olinder
17.00 Gudstjänst 17 Jämnt, Ragnar Olinder
Tisdag 10 april
19.00 Veckomässa med förbön, Ragnar Olinder
Söndag 15 april
10.00 Högmässa & Söndagsklubben, Martin Lindh
Tisdag 17 april
19.00 Veckomässa med förbön, Björn Nilsson
Söndag 22 april
10.00 Mässa för alla skostorlekar, Ragnar Olinder, Draget, Lovsångsdansarna m.fl.
17.00 Gudstjänst 17 Jämnt, Ragnar Olinder
Tisdag 24 april
19.00 Veckomässa med förbön, Ragnar Olinder

Örgryte gamla kyrka

Måndag 26 mars
19.00 Musik och meditation, Jutvik, Lundgren
Tisdag 27 mars
19.00 Musik och meditation, Leijon, Persson
Onsdag 28 mars
19.00 Musik och meditation, Leijon, Myrberg
Torsdag 29 mars
19.00 Skärtorsdagsmässa, Ånestrands, Lundgren

Örgryte nya kyrka

Torsdag 29 mars
12.00 Mässa, Jutvik, Persson
Fredag 30 mars
11.00 Långfredagsgudstjänst, Lönnblad, Hildén, Örgryte kyrkokör
Söndag 1 april
11.00 Högmässa, Jutvik, Hildén, Örgryte kyrkokör
Torsdag 5 april
18.00 Reflex-mässa, Jutvik, Persson
Söndag 8 april
11.00 Gudstjänst, Andersson, Hildén
Torsdag 12 april
18.00 Reflex-mässa, Ånestrands, Hildén
Söndag 15 april
11.00 Högmässa, Jutvik, Hildén, Lodoläkören
Torsdag 19 april
18.00 Reflex-mässa, Leijon, Persson
Söndag 22 april
11.00 Gudstjänst, Andersson, Lundgren

Skårs kyrka

Onsdag 28 mars
13.00 Gemenskapssamling "Påskens glädjebudskap i ord och ton", Anna Märta och Matilda Leijon
Fredag 30 mars
15.00 Långfredagsmusik "Membra Jesu Nostri", Gbg:s Vokalensemble, Leijon, Persson, Solén Hiller
Måndag 2 april
11.00 Emmausmässa, Andersson, Lundgren
Söndag 8 april
11.00 Högmässa, Lönnblad, Persson
Onsdag 11 april
13.00 Gemenskapssamling "Glimtar från det gamla Örgryte", Jan Westin
Söndag 15 april
11.00 Gudstjänst, Leijon, Persson, Cantando
Söndag 22 april
11.00 Högmässa, Lönnblad, Persson, Torsdagskören
Onsdag 25 april
13.00 Gemenskapssamling "Vårsång och musik", Sture Berg m.fl.

Örgryte församlingshem

Onsdag 4 april
13.00 Gemenskapsamling "Indien – Djungelbokens värld", Ingmar

Skogar berättar om Delhi

Härlanda kyrka

Torsdag 29 mars
14.00 Påskgudstjänst för barn och föräldrar, Rubenson, Boqvist, Lindström
18.30 Skärtorsdagsmässa, Carlheim, Rubenson, Lindström, Boqvist
Fredag 30 mars
11.00 Långfredagsgudstjänst, Gripenby, Båvenby, Molin
Lördag 31 mars
23.30 Påsknattsmässa, Gripenby, Båvenby, Molin
Söndag 1 april
11.00 Påskdagsmässa med mottagning av församlingsherde, Lindh, Rubenson, Carlheim, Gyll, Lindström
Onsdag 4 april
18.30 Vardagsmässa, Gripenby, Båvenby, Lindström
Torsdag 5 april
09.00 Morgonmässa, Gripenby, Lindström
Lördag 7 april
15.00 Familjekonsert "Jag vill uppleva musiken med dig", Boqvist, Molin, Lilja
Söndag 8 april
11.00 Söndagsmässa, Gripenby, Molin
Onsdag 11 april
18.30 Vardagsmässa, Gripenby, Lindström
Torsdag 12 april
09.00 Morgonbön
Söndag 15 april
11.00 Söndagsmässa, Rubenson, Lindström
18.00 Sinnesrokväll Agneta Wiklund
Onsdag 18 april
18.30 Vardagsmässa "Häng med Gud", Carlheim, Lilja
Torsdag 19 april
09.00 Morgonmässa, Gripenby, Molin
Söndag 22 april
11.00 Familjegudstjänst med musikal "Det kunde vara jag", Carlheim, Gripenby, Molin, Mannerström-Molin
18.00 Konsert med Härlanda Kammarkör, Molin
Onsdag 25 april
18.30 Vardagsmässa, Gripenby, Lindström
Torsdag 26 april
09.00 Morgonbön

Kvalitetsmattor sedan 1970!
**JUST NU:
EXTRA
FÖRMÅNLIGA
PRISER!**

Mattvätt & reparation av alla typer av mattor med garanti!

**REZA'S
MATTOR** Etab 1970

Södra vägen 18, mittemot Lorensbergs P-däck
Vardagar 10-18 • Lördagar 10-15
www.rezas.se • Tel. 031-18 06 35

Välkommen till
Nordengården
Stockholmsgatan 16



www.nordengarden.se

Alltid något på gång
– en given mötesplats
Välkommen!

Vi har mötes-, konferens- och festlokal för upp till 160 personer!
Drogrfri miljö.
Ring och boka på telefon 19 66 31 vardagar mellan 10 och 12.
Välkommen!



Fira påskan tillsammans

SKÄRTORSDAG 29 MARS

Jesus samlar sin närmaste, de tolv lärjungarna. De ska fira judarnas påskmåltid till minne av uttåget ur Egypten och befrielsen från slaveriet. De samlas och delar bröd och vin – det vi gör i än idag i nattvarden. Kom och var med om mystiken, känn hur spänningen ökar när altaret kläs av, naket och bart, kanske med en törnekrona, fem rosor eller ett enda ljus kvar...

**Kom med glädje
och med sång,
sjung om liv och frihet**

Sv Ps 470

LÅNGFREDAG 30 MARS

Jesus har blivit förrådd av en av sina närmaste, Judas, som gav honom en kyss, för att avslöja vem han är för de romerska soldaterna. Nu döms Jesus till döden på korset, det grymmaste av alla avrättningssätt. Han hängs upp på korset och dör med orden: "Förlåt dem – de förstår inte vad de gör". De som följt honom drar efter andan, mörkret sluter sig och ett dån hörs när marken rör sig. Är allt slut nu?

PÅSKNATTSMÄSSA 31 MARS

& PÅSKDAGEN 1 APRIL

Nej, han lever! Jesus segrar över döden! Kvinnorna som gått till graven för att göra i ordning kroppen: tvätta, smörja in med olja och örter – möts av att stenen är borta och graven tom! En ängel, en Guds budbärare, säger till dem att Jesus har uppstått och att de ska berätta för lärjungar och alla ska få träffa Jesus en sista gång...

ANNANDAG PÅSK 2 APRIL

Nu återstår att se vad som hände sen, vad blev det av allt? Lärjungarna skingrades först av rädsla för att också de skulle fångas och dödas. Nu har de samlats en kort stund och låst om sig. Då helt plötsligt står Jesus mitt ibland dem! Var kvinnornas prat om att han uppstått sant? Ja, Jesus står där, lugnar dem och ger dem del av helig ande och skickar dem ut i världen för att fortsätta hans arbete.

ÖRGRYTE GAMLA KYRKA STÄNGS FÖR RENOVERING

Efter påskhelgen stängs Örgryte gamla kyrka för renovering. Renoveringen är beräknad att fortgå ca ett år.



VI VÄLKOMNAR HÄRLANDA FÖRSAMLINGS NYA FÖRSAMLINGSHERDE

I påskdagens gudstjänst i Härlanda kyrka, välkomnas ERIK GYLL som ny församlingssherde.

Kom och fira påskan och Erik tillsammans med oss i gudstjänst och efterföljande påskfest!



Foto: Erica Emanuel

PÅSKENS GUDSTJÄNSTER

hittar du under rubriken Kyrkfönstret och på församlingarnas hemsidor, där du också hittar information om övrig verksamhet.

PASTORSEXPEDITIONEN 031-731 80 40

HERRGÅRDSGATAN 2 (VID ÖRGRYTE NYA KYRKA)

MÅ-FR 09.00-12.00, 12.30-16.00 (TISDAGAR UDDA VECKOR ÖPPNAR VI 11.00)

orgryte.pastorat@svenskakyrkan.se www.svenskakyrkan.se/orgrytepastorat

BJÖRKEKÄRRS FÖRSAMLING, SÖRENSENS GATA 1

HÄRLANDA FÖRSAMLING, HÄRLANDAVÄGEN 23

SANKT PAULI FÖRSAMLING, MÄSTER JOHANSGATAN 1

ÖRGRYTE FÖRSAMLING, HERRGÅRDSGATAN 2



PÅ GÅNG

annons@ohposten.se

Under vinjetten på gång kan just din förening tala om vad som står på programmet. E-posta till annons@ohposten.se. Och du, på det här sättet kostar det inget!

Bouleklubben Seniorena

- ✓ Vi spelar boule på Apslätten i Kålltorp under synnerligen gemytliga former varje måndag och torsdag kl 11, året om.
- ✓ Ring **Hans Westberg 84 24 52** eller kom.
- ✓ Stavgång varje söndag kl 10 med start från Apslätten. Stavar finns att låna. Ring **Erik Jones 0704-78 50 36** eller kom.
- ✓ I övrigt **Hans Westberg 84 24 52**

Ekparkens promenadgrupp

Lillkullegratan 23
 ✓ **Tisdagar 11.00–13.00.** Vi promenerar i Delsjön/Skatås terrängen med eller utan stavar, vi gör även utflykter och studiebesök (Ekparkens Träffpunkt).
Ring för info 031-365 60 22

Isblommans Pensionärsförening

Ekparkens träffpunkt, Lillkullegratan 23
 ✓ Onsdagar, 11–13: Vi samlas för allas gemenskap i kortspel, frågesport, boccia, bingo, musik m.m. Program finns för avhämtning.
Tel. 0702-56 03 11

Kulturhuset Kåken

Kålltorpsgratan 2
 ✓ Språkcafé på Kulturhuset Kåken på onsdagar kl 14-15.30. Kom och träna på att prata svenska. Arrangörer: Röda Korset
Tel 0705-53 42 98

PRO Kålltorp

Kålltorpsgratan 2 **www.pro.se/kalltorp**
 ✓ Möte kl 11.00 med underhållning och information tisdagar jämna veckor, ojämna veckor öppet hus och läsecirkel.
Info: Velta Jaunupe tel. 84 77 48

SPF GöteborgsVeteranerna

Örgryte Församlingshem, Herrgårdsgatan 2
 ✓ **April torsdag 19 kl 11.00** Gunilla Ericsson berättar om Edith Piaf och spelar hennes sånger.
 ✓ **Maj torsdag 17 kl 11.00** The Rosé – Tidlösa praliner från filmoch musikal av Ingmar Dalin& Susanne Pettersson.
Lokal: Örgryte församlingshem Herrgårdsgatan 2
 Anmälan till Marianne Nilsson tel.255344
 ✓ **After Work på Restaurang Leonardo,** Redbergsvägen mitt emot Olskrokstorget följande torsdagar: 25 januari, 22 februari, 22 mars, 26 april, 31 maj, 28 juni, 26 juli och 30 augusti kl 16.00–18.00. Anmälan till Ulla Enander tel 031-405 290 eller Barbro Netz tel 070-606 977.

SPF Seniorena Björkekärr

✓ Månadsmöten kl 16.00 på Björkekärrshus
 ✓ **12 april:** Musikunderhållning med Lena och Rolf
 ✓ **17 maj:** Ostindiefaren
Aktiviteter varje vecka:
 Onsdagar Tävlingsbridge 14.30 och Canasta 14.30 i matsalen på Björkekärrshus.
 Tisdagar 8-12 seniorträning med redskap i gymmet Björkekärrshus
 Kontaktperson: **Inga-Lisa Elzer,**
 tel **031-212 341**

SPF Skår

Skårgatan 93 **www.spfpension.se/skar**
 ✓ Månadsmöten onsdagar klockan 12.00 i Skårs-kyrkan (buss 50 eller 62). Efter en kort föreningsinformation följer föredrag eller annan underhållning. Därefter blir det kaffe med smörgås. Kostnad 80 kronor. Välkomna!

PRO Björkekärr

Trätorget 2 (under Jerkstrands)
 ✓ Möten torsdagar ojämna veckor kl 10.30. Trivselträffar, underhållning, föredrag.
Hasse Kimmevik tel. 0768–22 69 27

SPF Seniorena Örgryte

Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2
 ✓ På vårt program (spfseniorerna.se/orgryte) står trevliga sammankomster med intressanta föredrag och underhållning samt bridge, utflykter och studiebesök. Vi arbetar också i flera sammanhang för bättre villkor för äldre. Vill Du veta mer, kontakta **Monica Pahlsson 0707 43 46 63**

Onsdag 18 april kl 11: Om vits och humor i Göteborg. I Göteborg finns en alldeles egen humoridentitet som är väl värd att befästa och bevara. Sture Hegerfors, PS-teknare i GP och författare, tar ett grepp om göteborgarnas roliga historier och deras jättedåliga vitsar.
Onsdagen 23 maj kl 11: Sov i tid så tar bioklockan vid. Jan Hedner, som är professor i sömnmedicin på Göteborgs universitet och har ägnat sig åt sömnmedicinska frågor i mer än 30 år, kommer tillbaka till oss och berättar om hur vi kan få sova bättre och längre.
 ★★★

✓ För planeringens skull ber vi Dig om anmälan i förväg. Anmälan till föreningsmöten görs fredagen eller måndagen före mötet kl 9-11 till personerna nedan. Med mail går det bra när som helst före måndag kl 11.
Vibeke Carlander tel 0709 90 51 40
 vibeke.carlander@comhem.se
Inger Kannesten tel 83 13 29 eller mobil 0708 91 86 61 ingerkannesten@yahoo.com
 ✓ Om Du får förhinder meddela detta mötet torsdag kl 8–8.30 till samma nummer eller mail-adress. Entréavgiften till mötena under våren är 40 kr.
 Tag gärna med vänner! **VÄLKOMMEN!**

MIK-Knuten

Människan i Kålltorp och Härlanda frivilligcentral/Knuten, Råstensgatan 4
Tel: 21 12 54
www.kalltorp.info/mik-knuten

Trivselbridge Club Singelton

✓ Vi välkomnar nya och gamla bridgespelare till **Lindhultsgatan 25**, Dagcentralen på **torsdagar kl 18.30-22.00**. Även för dig som är mindre rutinerad.

Örgryte-Härlandas Träffpunkter

Välkommen till ett gott liv på äldre dar – i gemenskap med andra!
 ✓ **Ekparkens träffpunkt**
 Lillekullegratan 23 031-365 60 22
 ✓ **Kaggeleds träffpunkt**
 Kaggeledsgatan 36 031-365 68 14
 ✓ **Kallebäckens träffpunkt**
 Omvägen 13 031-365 60 24
 ✓ **Lundens träffpunkt**
 Danska vägen 61 A 031-365 64 27
 ✓ **Björkekärrs träffpunkt**
 Rosendalsgatan 10 031-365 55 25

Marie Jerkstrand REDBERGSGÅRDENS KONDITORI

Tel: 031-84 74 76

Påsktallrik / buffé

- Varmrökt lax m hjortronsås
- Senapssill
- Fransk löksill
- Potatis
- Skagenröra
- Gubbröra på danskt rågbröd
- Ägghalva m rom
- Ägghalva m räkor
- Rostbiff m potatissallad
- Köttbullar m rödbetssallad
- Nybakat bröd o smör



Glad Påsk!

140:-/pp

Öppet hela påsken:
 Skärtorsdag 7.30-18.00 • Långfredag 10.00-16.00 • Påskafton 9.00-16.00
 Påskdagen 10.00-16.00 • Annandag påsk 10.00-16.00

Westcoast Elite PERFORMANCE CENTER



WestCoast Elite – en anläggning som erbjuder det lilla extra

Ett ställe för dig som vill känna dig speciell, prioriterad och utvecklas.

Ett Performance Center för dig som vill ha ut lite mer av din träning.

Vi erbjuder också workshops, inspirationsdagar, kurser, events, företagskonferenser och mycket mer.

Se vår nya uppdaterade hemsida:
www.westcoastelite.se

LET'S MOVE TOGETHER

GYMKORT FRÅN
249
KR/MÅN

6 KLUBBAR I GÖTEBORG

BLI EN VINNARE, BÖRJA TRÄNA!

- ✓ Du blir starkare och mår bättre
- ✓ Du minskar risken för hjärt- kärlsjukdomar
- ✓ Du minskar risken för diabetes typ 2
- ✓ Du minskar risken för utbrändhet
- ✓ Du håller lättare vikten
- ✓ Ditt humör blir bättre
- ✓ Du sover bättre

**FÖR ETT
FRISKARE
SVERIGE!**

stc

TRAINING CLUB

STC GÅRDA - Norra Kustbanegatan 19, Göteborg
STC MÖLNDAL - Flöjelbergsgatan 20B, Mölndal
STC BJÖRKEKÄRR - Smörslottsgatan 26, Spåntorget
STC LÅNGEDRAG - Redegatan 1, Västra Frölunda
STC ÅBY - Idrottsvägen 9, Mölndal
STC BACKAPLAN - Backavägen 3, Göteborg

KÖP DITT KORT ONLINE: www.stc.se