



Välkomna in! Fredag 1a april öppnar vi butiken igen

Butiken kommer att ha öppet tisdag till fredag
08.30-17.00 fram till sommarledigheten.

Följ vår instagram för att hålla dig uppdaterad! @pepparkaksbageriet



St. Sigfridsgatan 146 Tel. 031-401 045 info@pepparkaksbageriet.se

Din lokala tidning

www.ohposten.se

nr 3 ● mars 2022

Örgryte & Härlanda POSTEN



primärtandvården

BARN | VUXEN | AKUT | IMPLANTAT | ESTETIK

Trött på vänta för att få en tandläkartid?
AKUT TANDVÅRD INOM 24H



ASTRA TECH
IMPLANT SYSTEM

Vi bjuder dig 25-29 år som inte
varit hos tandläkare på 1 år på en

GRATIS UNDERSÖKNING!

Ev. ATB dras vid undersökning

ERBJUDANDE: 399:-

Vid första undersökningen mot denna voucher

Kan finansieras med ATB

Gäller endast nya patienter

Akuttandvård – boka online eller ring!

PRIMÄRTANDVÅRDEN Kaggledstorget 1 Tel. 031-25 50 37
ÖPPETTIDER Mån-Tor 7-19 Fre 7.30-15

www.primartandvarden.se



Vi har fått hem vårens nyheter!



The view's
better from here.



STYLE: SOUTH SWELL

PolarizedPlus2® Sunglasses

COLOUR. CLARITY. DETAIL.

CARLBERG®
GLASÖGON & LINSER

Danska Vägen 76

Tel. 031 25 42 45

Mån-Fre 10-18

www.optikercarlberg.se



BYGGER & SKAPAR

ALLT FRÅN IDÉ TILL VERKLIGHET

JONAS HELLQVIST, SNICKARE

Tel: 0708- 99 28 28 | E-post: info@2828bygg.se | www.2828bygg.se

**PROVTRÄNA
GRATIS EN VECKA**

SCANNA FÖR
MER INFO



Vi erbjuder alltid nya
medlemmar en fri provvecka
på valfri Nordic Wellness 1 gång/år
under bemannade öppettider.
Lokala avvikelser kan förekomma.

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

Stabbetorget 4 • 416 80 Göteborg
Goda P-möjligheter och buss 17 stannar på torget



**Glayol
Salong**

FÄRG | SLINGOR | PERMANENT | HAL I ÖRA/NÄSA

En skön salong för skönhet

– även brudhåruppsättning och makeup!

Måndagar-Fredagar 10-18 | Lördagar 10-14 – VÄLKOMNA!

Munkebäcksgatan 6

Tel: 031-21 52 00

Mobil 0762-67 81 10

salong.glayol



	Sista mtrl.dag	Utg. dag
April	Tor 14	Ons 27
Maj	Tor 12	Mån 23
Juni	Tor 9	Mån 20
Juli	-	-
Augusti	Tor 18	Mån 29
September	Tor 15	Mån 26
Oktober	Fre 14	Ons 26
November	Fre 12	Ons 23
December	Fre 2	Ons 14



NYA GALLERIAN. Här på Stockholmsgatan delar de på lokalen som bildar Bagaregårdens Galleria. En – Bengt Ekman (till vänster) – tillhandahåller posters, affischer och litografier. Den andre – Tony Widerberg – där det mer handlar om markiser som behöver köpas, uterum som ska planeras, frågor om inredning, terrassvärmare, solskydd eller homestyling.

Foto: ÖHP

En galleria för två

En lokal – två verksamheter. Det är en god början på Bagaregårdens Galleria.

Lördag en bit in i mars. Solen värmer och våren ser ut att åtminstone vara på väg. Grus- och gräsyta på Änäsålfältet lockar såväl hundägare som fikasugna. Bakom dem pågår affärsverksamhet i ett behagligt tempo och i en genuin butiksmiljö.

Vi är på Stockholmsgatan 42.

Här är det numera möjligt att inhandla posters/affischer/litografier att pryda sina väggar och sitt hem med.

Eller om det är nya markiser som behöver köpas, ett uterum som ska planeras, frågor om inredning, terrassvärmare, solskydd eller homestyling.

Två verksamheter samsas i en lokal och tar hjälp av varandra.

Bengt Ekman har varit på plats i ett par veckor med sitt Oldprints och hyr in sig hos Handyman, som drivs av Tony Widerberg.

– Vi försöker hjälpa varandra om någon av oss av olika anledningar inte är på plats. Jag tycker det är av största vikt att boende i denna fantastiska stadsdel får veta att här finns två väldigt spännande verksamheter, säger Bengt Ekman.

För fem år sedan drabbades Bengt av en mycket allvarlig sjukdom som han i dag tagit sig igenom.

– Den blev på något vis livsavgörande för min del. Jag bestämde mig för att lämna en påfrestande byggbransch och i stället ägna mig åt en hobby jag alltid haft. Jag vill passa på att tacka Linda, som driver Sally Bazar en bit härifrån och som verkligen hjälpt oss att komma igång.

Tillsammans med sambon Lena erbjuder Bengt ett utbud av väggprydnader som får kan match i vårt land.

– Det finns en butik i Stockholm, annars tror jag ingen annan i Sverige kan matcha oss.

Kanske önskas en affisch som visar upp Liseberg, en poster signerad tecknaren/skulptören/designern Kjell Ringi eller något annat som symboliserar musik, historia, film, eller musik.

– Det vi erbjuder ska ses som ett tema; en värld i färger.

Utbudet – där produkterna kostar allt från 20 kronor till 10 000 riksdaler – kommer till denna del av världen på olika vis.

– Mycket jagande på nätet, auktioner och kontakter. Framöver hoppas jag kunna anordna vernissager för de som är intresserade. Jag vill se lokalen som Bagaregårdens Galleria.

I den andra halvan bedriver den utbildade möbelsnickaren Tony Widerberg sin verksamhet – Handyman – som också syftar till det estetiska, till hem och hus.

Tidigare var den inbjudande lokalen med högt i tak en Konsumbutik. Den som bor i närheten eller haft vägarna förbi senaste åren har även noterat verksamhet för den som vill testa fiskelyckan eller stannat till för att köpa nyårsraketer.

Sedan 2018, då Tony tog över kontraktet, är det dock en lugnare hyresvärd.

– De frågade oroligt om även jag skulle tillhandahålla explosiva varor.

Det kom dock ett lugnade nej till svar. Istället en betydligt mjukare inriktning som präglas av återbruk, bevarande och försäljning av äldre material. Exempelvis som en sliten plåt från Göteborgs Hamn, där tunga truckar gjort sitt yttersta för att orsaka slitage. Eller en vacker byrå som aldrig kommer att ha sett sina bästa år.

– Oavsett vad som efterfrågas har vi som ambition att alltid tillgodose det behov kunden önskar och som gärna får handla om återanvändning. Tittar vi på markiser, exempelvis, räcker det ibland att byta ut väven och inte hela armaturen.

Som många har Tony under den nästan två år långa pandemin upplevt ett ökat intresse för hemmet, för trädgårdsskötsel, renovering, för att göra saker och ting på egen hand och efter eget huvud.

– Det är härligt och vi bistår gärna med goda råd.

Direkt från Bagaregårdens nya galleria. **ÖHP**



Vårkänslor!



**Vinterhårdiga
Penséer**
Fr **15:-**



Påsklilja i kruka
Fr **25:-**

Påsklilja i snitt
20:-/bunt



**Massor av vårlökar
och vårblommor
till kanonpriser!**

Det går även bra att ringa till butiken på
031-19 50 50 för att förboka er bukett eller
för att beställa utkörning inom Göteborg!

Redbergsgårdens Blommor
Varmt välkomna till oss!

Danska vägen 110 • Göteborg • Tel. 031-19 50 50 • ÖPPET ALLA DAGAR!



Vårens fina nyheter från **RIEKER!**

Handla bland vårt stora sortiment i någon av våra RIEKER-Shoppar i
Allum, Frölunda Torg och Olskroken.



Moderna sneakers med
snörning och dragkedja. **799.-**



Bekväma promenadskor
med memory foam-sula. **749.-**



Scanna QR-koden

HANDLA ONLINE PÅ JOHANSSONS.SE/RIEKER

Johanssons

- SKOR TILL HELA FAMILJEN -

Allum | Frölunda Torg | Olskroken | **JOHANSSONS.SE/RIEKER**

Skeppsholmen

Sotheby's
INTERNATIONAL REALTY



**Topprenoverat radhus
i Stora Gårda - Sält.**

Vill du också sälja ditt hem
med branschens starkaste
marknadsföring?

Varmt välkommen.

Magnus Helin. 0739-82 80 39.
magnus.h@sothebysrealty.se



© 2022 Skeppsholmen Sotheby's International Realty
Kungsportsavenyen 18 Göteborg 031-18 22 00 goteborg@sothebysrealty.se skeppsholmen.se

STOCKHOLM GÖTEBORG Malmö HELSINGBORG BÅSTAD SKANÖR-FALSTERBO ÄRE

Några vitsar skall ni få våren 2022!

Hund som kund!

På Hisingen har det nyligen öppnats ett hundbageri. Vilka kommer att gå dit?

- Mest BULL-dogar...
- Blir hundarna friskare om dom går dit?
- Ja, dom får bra KONDIS!
- Din hund har blivit mycket snabbare!
- Ja, den är NY-TRIMMAD!

★★★★

På OST-fronten intet nytt :

- Vilken stad i Skåne är förknippad med OST-tillverkning?
- YSTAD!
- Blir man smal om man äter FETA-OST ?
- Var ligger Ungern?
- I OST-Europa!
- Hade ni fest efter OST-provningen igår?
- Ja, vi hade en OST-skiva!
- Hemifrån går man TILL SITT arbete!
- Vad har du för pålägg på din smörgås på morgonen?
- Fruk-OST!
- Vad sa kryddosten när Du knackade på?
- KUMM IN!

★★★★

– Skall inte steken vara varm?"

- Nej, gästen beställde KALL KON!
- Hur dags serveras desserten?
- EFTER ETT!
- Efter middagen vet jag hur lång jag är ty då har jag blivit mätt!

★★★★

Tyvär är en av våra KASSAAPPARATER en av våra KASSA APPARATER!

★★★★

I Systemkön: Har Ni ÖL PÅ LAGER?

★★★★

Länder och städer med vitsar som gläder:

- Hur var resan på Donau?
- Ömsom WIEN, ömsom vatten!
- Vilken svamp finns mitt i OSLO
- Karl Johan!
- I Prag tog jag ut en CHECK!
- Dom var inte svåra på Malta, dom VA LÄTTA!
- Vad heter damerna i Tallin?
- ESTER!
- Världens renaste huvudstad måste vara WASHington!
- Gör man något brottsligt i Rumäniens huvudstad hamnar man i BUKARREST!
- I Aten är det ordning och reda: AKRO POLIS!
- Om inte vinhandlaren bor i Bourgogne undrar var han BOR DÅ!

Vi Höörs nästa månad igen!



Restaurangerna Salt and Peppar, Maamaa Sushi, Pizzeria Napoli, La Cantina, Aptitgården, Domino's, Max Hamburgare och Pomodoro är samarbetspartners med Uber Eats i Örgryte.

Uber Eats lanserar i Örgryte

Uber Eats fortsätter att expandera i Sverige och är sedan i slutet av februari tillgängligt i Örgryte. Uber Eats gör det möjligt att få mat hemlevererad inom 30 minuter från välkända restauranger som Salt and Peppar, Maamaa Sushi, Pizzeria Napoli, La Cantina, Aptitgården och Pomodoro.

Från och med den 23 februari kan örgrytebor få mat levererad hela vägen hem till dörren

från populära restauranger med Uber Eats. Med lanseringen expanderar Uber Eats leveransområdet i Göteborg och breddar sitt erbjudande ytterligare.

I Örgryte samarbetar Uber Eats med ett brett utbud av lokala restaurangpartners såsom Salt and Peppar, Maamaa Sushi, Pizzeria Napoli, La Cantina, Aptitgården, Domino's, Max Hamburgare och Pomodoro.

– Vi har sett ett stort behov från lokala restauranger och butiker i Örgryte att expandera

sina verksamheter. Därför är vi glada att kunna hjälpa dem att ställa om till en leveransbaserad modell samtidigt som vi möjliggör för konsumenter att snabbt och enkelt få mat levererad hem till dörren inom 30 minuter, säger Henrik Berglin, Sverigechef på Uber Eats.

Uber Eats är tillgängligt mellan 11.00-21.00 alla dagar. Den genomsnittliga leveranstiden är 30 minuter.

ÖHP

VÄLKOMMEN TILL

EN BEKVÄMARE

PARKERING

Vi har garage- & p-platser i Lunden och Olskroken.

Från

875 kr

inkl. moms



ERNST ROSÉN

erparkering@ernstrosen.se

031-80 60 80

Våren är på intåg – Dags för skifte till sommardäck?



Nishiki City 601

12.495:-



Nishiki Allroad gravelbike

14.995:-

Winther Superb 4 elcykel
Bosch Active line motor

31.995:-



Under april månad
bjuder vi på montering
av dina befintliga däck
vid köp av service-
paket med tvätt
(900kr) – här hittar
du oss!



Återförsäljare av **NISHIKI**

CYKELKUNGEN



Följ oss på
Facebook!

BUTIK • VERKSTAD • CYKELUTHYRNING

Redbergsvägen 2 Göteborg | Tel. 031 184 300 | Mån-Fre 10-18 • Lör 10-14 | www.cykelkungen.se

DIN TRÄNING, VÅR STYRKKA!



GYMKORT FRÅN 299 KR/MÅN

INGEN BINDNINGSTID • TECKNA ONLINE
Lokala avvikelser kan förekomma



NORDICWELLNESS



@nordicwellness

Dr Stenström och barnsanatoriet

Doktor Fritz Stenström höll för hundra år sedan på att skriva del 2 av sitt historiska verk "Örgryte genom tiderna", vars första del hade utkommit 1920 med alla dess intressanta fakta, inte minst om Skår Östergården.

Då en bryggeriföreläsare häromåret berättade att doktor Stenström och syster Emilie steg av tåget och vandrade upp till Östergården en premiärdag 1917, gissade föreläsaren att det gällde introduktion av ett nytt öl.

Gissningen var synnerligen tokig, hur ordagrant detta med tåg och östergård än stödde sig på en tydlig något stympad gammal tidningsnotis.

Det kvarstående huset Skårs gård, noga räknat kallad Skår Östergården, kallades överdrivet förr i tiden för en herrgård. Huset har adressen Skårs Allé. Praktiskt taget allting där heter Skår. Själva allén är nära Skårs kyrka, minst lika nära Skårsskolan och nås från Skårgatan.

Enligt gårdsförteckningen, som blivit bilaga i Stenströms bok, ägdes Östergården vid den tiden (1917) av den åldrande ölfabrikören Melcher Lyckholm, vars bryggeris viktigaste byggnader ännu ses vid Skårs Led. (Dessutom ägde han dryga tre fjärdedelar av Västergården.)

Att stiga av tåget vid Almedals station där i Skår? Jo, det kunde man ju göra, men Stenström som hade mottagning och bostad på lagom promenadavstånd från Skår Östergården tog ju inte tåget dit. Nej, Östergården som Stenström några gånger besökte 1917 låg ingalunda i Örgryte utan nåddes med tåg några mil i riktning åt Borås!

En stor händelse för doktorn det året var öppnandet av Rävlanda barnsanatorium, vars premiärdag muntrades upp av en orkester, kontrasterande mot bleka små sjuklingars ynklighet.

Som ordförande för Örgryte förening mot tuberkulos hade Stenström varit en av inspiratörerna till grundandet av Föreningen för upprättandet av en vårdanstalt för tuberkulösa barn från medellösa hem i Göteborg, 1910. Dess sanatorium stod efter sju år klart.

Syster Emilie var slumsyster på Gårda, tidvis även i Landala. Hon kände smärtsamt till var fattigdom och sjukdom rådde i Örgryte kommun; det var värst i Krokslätt, Lunden och på Gårda.

Föreningen lyckades med donerade medel år 1913 köpa Rävlanda Östergård i Björkekärrens kommun, bara några mil från Göteborg och i sundaste skogsluft och lätt att nå med tåget till Rävlanda station. Barnsanatoriet för 60 barn i åldrarna 5-12 kunde när ekonomin så tillät börja ta form. Det öppnades alltså 1917.

I vår Örgrytegranskning fördjupar vi oss knappast i hur Rävlanda barnsanatorium blev helägt av Göteborgs stad 1943, blev mestadels för vuxna patienter 1949, slutade ta emot barn 1954, fick en liten avdelning för läkemedelsmissbrukare 1969, döptes om till Rävlanda sjukhem 1970 och vidare till Rävlanda eftervårdsklinik 1987, avsedd för främst kirurgmedicin- och ortopedipatienter.

Rävlandamaterialet – vissa av Stenströms hand gjorda anteckningar – återfanns av en händelse där på orten i tidigaste 1970-talet av



FEL ÖSTERGÅRD. Bryggare Lyckholm ägde Skår Östergården. Här ser vi från gångvägen dess baksida.. Men det var inte till denna Östergården doktor Stenström och syster Emilie tog tåget år 1917. FOTO: SÖREN SKARBACK

GT:s egentligen gode men så djupt underskattade sportjournalist Robert Carnegardt, som var fjärran från ämnena vård och hembygd och själv aldrig använde sig av fyndet. Fragmenten av fakta är främst från 1925-26, med som äldst några små noteringar från 1914.

Jag funderade vid ett tillfälle på ifall det vore möjligt att kontrollera en av Stenströms anteckningar från 1916. Den löd: "27 febr. informat. syst. Emilie till konfirmanderna, supé hos kh Nilman".

Den 27 februari 1916 visade sig vara en söndag. Och kyrkoherde Magnus Nilman, som var ordförande för Örgryte sockenbibliotek, hade länge uppmuntrat doktor Stenström att börja författa traktens historia.

Att doktor Stenström med hustru Asta superade hos Nilmans den nämnda söndagen skulle jag sannolikt aldrig kunna bekräfta. Men hölls det tidigare samma dag konfirmation i Örgryte? Så att doktorn och slumsystern Emilie där kunde tala och intressera konfirmander för sina kall, så som anteckningen antytt?

Med möda skulle Örgryte församling i dag kunna undersöka saken, men möjligen fanns det en genväg! Nämligen att kolla i dagstidningarna.

Medveten om att svensktalande medieforskaren Helena van Hoof i Amsterdam förfogar över en helt unik samling av dagstidningen



GRANNKÅK. Johannebergs huvudbyggnad står kvar vid Södra Vägen, här sedd från Korsvägen. Doktor Stenström måste haft sin mottagning alldeles intill. FOTO: TANJA VIRTANEN

Göteborgs Aftonblad, med knappt några nummer saknade från 1909 till dess namnbyte till Göteborgs Dagblad hösten 1918, ringde jag henne och bad henne se om hon kunde hitta något om konfirmation.

Tidningsbuntarna hade Helena inte hemma utan hos sin bror. Hon ringde mig tillbaka två dagar senare och prasslade med nr 47, lördagen den 26 februari 1916, sidan 15; Predikoturer, Örgryte, söndagens högmässa klockan 11 av pastorsadjunkt doktor Setterwall, nattvardsförhör kl 5 e.m. av kyrkoherde Nilman, kollekt till Vilhelmsro anstalt för fallandesjuka."

Därefter stod precis vad vi sökte: "Möte med pastor Wedlins förra konfirmander kl. 1 e.m.(!).

Den med doktors handstil angivna dagen hölls alltså en konfirmandsammankomst, där doktorn och syster Emilie bör haft sin nämnda möjlighet att informera om arbete inom vård och omsorg.

Rävlandamaterialet tillför inte Örgrytes historia något väsentligen nytt. Men detaljen var liksom övriga hittills kontrollerbara punkter korrekt. (Den nämnde pastorn Wedlin brukade i övrigt hålla de enklare veckogudstjänsterna, torsdagskvällar i Gårda gamla skola, vilket tidningen också angav för veckan därpå.)

Birger Sjöberg, diktaren av "Fridas visor" och författare till romanen "Kvartetten som sprängdes", hade en långt mindre känd bror, Gösta Sjöberg, som i 1900-talets början chefade ganska så spektakulärt för det från 1888 existerande Göteborgs Aftonblad. Helena citerade i telefonen från förstasidan 26 februari 1916: "Österrikarna ha företagit ett luftbombardemang på Valona, som hade det bästa resultat. 80 personer dödades, däribland den italienske konsuln med fru."

Helena syntes vid 22-25 års ålder, mot slutet av 1980-talet, allt som oftast i tv-rutor och på biodukar som modell i reklam för schampo, lotioner, halstabletter med mera. Hon berättade för några år sedan i nederländsk radio om språk och studier, dammiga utländska forskarsalar (Berlin, Göteborg,

Vancouver) samt hur modelljobb i såväl studios som utomhus gjorde amorteringen på studielånet rätt så odramatisk.

Hon guidade också på bussutfärder till Hedareds stavkyrka och Gräfsnäs slottsruin, även med tonårsklasser till tidningen Hallands-posten för att se varje steg i en dagstidnings tillkomst. Och hon föreläste om Handelstidningens redaktör Sven Adolf Hedlund och hans tid.

Helena van Hoof, som hon före sitt giftermål hette och som hon numera frångick mycket väl skulle kunna tänka sig att åter heta, fick i Göteborg på sin 27-årsdag tavla en tavla med motivet Örgryte Gamla kyrka av vänner och kolleger. Om jag inte minns fel hade Gunnar Laring i kyrkorådet suttit och målat, efter foto, hemma på Aroseniusgatan i Torp och sedan sålt sin utmärkta tavla för nästan bara materialkostnaden.

Vem var på den tiden småvitsigt villig att å våra vägnar hålla ett kort anförande och överlämna gåvan? Jo, Turistrådets ledamot (och med tiden hela stadens fadersgestalt) Göran Johansson.

Helena van Hoof var väl knappast fullfjädrad kännare förrän fram emot 1995. Men i Göteborgs Hembygdsförbunds kräset redigerade bokserie "Göteborg förr och nu" (med en ny utgåva vartannat år) sågs under rubrik "Tidningar och tidningsväsen" redan i deras 1992 utgivna bok (sid 137) en hänvisning till hennes skrivande om stadens äldre tidningshistoria.

Den nämnde konstnären Gunnar Laring var bror till den smått legendariske pastor Karl-Georg "Jojje" Laring, som inte hörde till Örgryte församling men höll en del gudstjänster i Örgryte Gamla i alla fall.

Kollekten gick då alltid till projekt i Afrika, bland annat till en terränggående ambulans, som hämtade sjuka och skadade från avlägsna byar till läkarstationer.

HISTORISKT

med Sören Skarback
– författare med Göteborg i fokus



Vi är bättre på sakfrågor än bara politik

Politik är inget värt om det inte leder till att vi skapar ett bättre Göteborg. Våra förslag baseras på fakta, kompetens och lokal erfarenhet.

I Göteborgs Stad finns en dokumenterad tystnadskultur. Anställda tystas genom hot, våld och påverkan av klaner och kriminella gäng. Samtidigt tystar chefer de anställdas rapporter om utsatthet och brister. Demokraterna har lyft problemet och fått igenom flera åtgärder. Vi fortsätter och kräver en extern granskning av stadens högsta ledning. Samtidigt vill vi säkerställa att alla anställda informeras om rätten att rapportera till politiken och media. Vi tillåter inte parallella samhällen i Göteborg.

Vi jobbar hårt för att lyckas. Sakfråga för sakfråga, för att lösa de problem som påverkar din vardag.

Vi är göteborgarnas parti!

Stöd folket i Ukraina.
Radiohjälpen 90 1950-6

Läs mer på demokraterna.se

D.
Demokraterna



BRÖDERLIGT. Tommy Dahlberg (till vänster) och Andreas Riksén utanför sitt surdegsbageri på Solrosgatan 11.

FOTO: SARA SEKUND

Glada bagare bakar gärna surt

Efter att ha arbetat på Göteborgs snusfabrik i många år bestämde sig vännerna Tommy Dahlberg och Andreas Riksén för att hoppa av ekorrhjulet och satsa på något helt annat- de skulle baka surdegsbröd på heltid. Hantverksbageriet Lilla Sur har funnits i åtta år och drivs av vännernas passion för bröd, ekologiskt mjöl och en stor skopa kärlek.

Doft av kanel, rosmarin och nybakt bröd blandar sig förföriskt med den svaga vårbrisen på Solrosgatan. Kön ringlar sig lång utanför det lilla surdegsbageriet och travar med jäskorgar, mjölpåsar och bullar radas upp mot väggen. Grundarna Tommy Dahlberg och Andreas Riksén ser brödets hantverk som en kulturell, nästintill filosofisk urkraft.

– Alla har en relation till bröd, säger Tommy.
– Ja, det finns så mycket känslor kring det. Hit kommer människor som nästan börjar gråta av doften. Det påminner många om barndomen, säger Andreas.

Bröd har alltid haft en given plats i vännernas liv. Men tanken om att starta surdegsbageri var länge en avlägsen tanke. Brödduon lärde känna varandra när de båda arbetade på den gamla snusfabriken i Göteborg.
– Eftersom man började arbetet tidigt, så åt vi frukost på jobbet, säger Andreas.
– Vi insåg att båda var intresserade av bröd, och började så småningom dela både recept och surdeg med varandra, fortsätter Tommy.

Ryktet om det goda brödet spred sig bland arbetskamraterna, som sopade rent vartenda brödfat som de två hobbybagarna bjöd på.
–Vi bakade på nätterna och ställde upp vårt bröd på hyllor utanför matsalen, säger Andreas.

–Till slut var det ingen som ville köpa bröd i cafeterian längre, säger Tommy med ett skratt.

Drömmen om att starta eget växte fram. Med en gnutta okunskap och några deciliter rädsla, hoppade Tommy och Andreas av ekorrhjulet. De stämplade ut, sålde sina ägodelar och satte i gång att bygga sitt bröduuniversum.
– Vi kunde bara inte gå ända till pensionen, stämpla på stämpelklockan och sen dö med tanken att vi inte följt vår dröm, säger Andreas.
– Men det är klart att det var oroligt, det finns ju en trygghet när man varit anställd så länge, säger Tommy.
–Men jag tycker nästan att det blev en filosofisk diskussion kring det hela. Det känns bra att tjäna sitt levebröd på ekologiskt, kemikaliefritt bröd och inte på någonting som människor blir beroende av, fortsätter Andreas.

Tommy och Andreas fixade bygglov, skissade ritningar, köpte en rejäl bakugn och satte i gång att baka. På nätterna sov de bland jäsande degar, för att sedan stiga upp och baka tidigt på morgonen. Den stora passionen för bröd visade sig delas av många andra.
– Vår allra första kund någonsin var en tysk kvinna som upplevt både första och andra världskriget. Hon hade länge levt under ransoneringstiden och berättade om när engelska trupper rullade in vid krigets slut. Med sig hade de mobila bagerier som spred doft av nybakat bröd över staden. För henne förknippades doften med frihet. Jag får fortfarande gåshud när jag berättar om det, säger Andreas och visar håren som rest sig på armen.
– Ja, det är så många människor från andra kulturer som känner igen sig när de kommer till oss. Alla har verkligen en relation till bröd, menar Tommy.

Trots den fantastiska framgångssagan har coronapandemin och kriget i Ukraina inte gått obemärkt förbi det lilla bageriet.
– Det är lite svårt när priserna höjs på kort tid. Det gäller ju inte bara livsmedel, utan även papper, påsar och drivmedel, säger Tommy
– Men vi har ju klarat oss genom en pandemi för att vi tidigt bestämde att vi ska fortsätta göra det vi tror på. Vi ska baka gott bröd, göra det vi är bäst på och ha roligt på jobbet, säger Andreas.
– Grannskapet här i Källtorp har verkligen ställt upp, säger Tommy
– Ja, en stor eloge till dem. De vill att vi ska finnas här. Det värmer i hjärtat, säger Andreas och håller med sin kompanjon.

Och det är inte så konstigt att brödsugna källtorpare besöker Lilla Sur. Förutom att brödet är gudomligt bakas här även den omtalade Kremlan. En blandning av kanelbulle och semla. De två brödentusiasterna skrattar i takt när de berättar om hur kremlan kom till.
–Tommy var ute i köket och fifflade med något, säger Andreas med stor inlevelse.
– Ja det var lite smyg i kulisserna, flickar Tommy in.
– Jag frågade Tommy vad han gjort för något, så svarade han bara; gött plus gött blir gött, säger Andreas på bred göteborgska.
–Nej men jag funderade på vad jag hade skapat och så svarade du att; det där är ju en kremla, säger Tommy med skrattet i halsen

Ja, ryktet om den goda kremlan har verkligen gjort sig känt i hela Göteborg och kunder kommer långväga för att få smaka den. När frågan kommer om hur många bullar man får lov att äta på en dag, svarar Andreas med glimten i ögat.
– Om man jobbar här får man äta hur

många man vill. Och annars är det ett tiotal väl? Det finns nog ingen övre gräns utan det är omständigheterna som styr. Ibland behöver man mer bullar och ibland mindre.
– Och om man missat en bulle en dag så blir dagen efter väldigt bra, säger Tommy med ett högt skratt.

Lilla Sur är inte likt något annat bageri. Brödduon kan sin grej, och pratar passionerat om sitt hantverk. De menar att surdegskulturen, den sitter i väggarna. Munnarna går i ett på de göteborgsbördige männen. Deras glädje och passion smittar av sig. Med mig som färdkost får jag ett par nybakta kanelbullar. Och en parkeringsbot på 850 kronor...men det var det sannerligen värt. Två kanelbullar senare befinner jag mig nämligen i himmelriket och inte ens en p-bot kan förstöra mitt humör.

Sara Sekund

Om Lilla sur

- ▶ Lilla Sur ligger i hjärtat av Källtorp så Solrosgatan 11.
- ▶ Genuin atmosfär, ursprunglig interiör och doften av nybakat utlovas.
- ▶ Bakar bara på närodlat Ekologiskt och KRAV märkt mjöl utan E-nr eller andra tillsatser.
- ▶ På Lilla Sur arbetar Andreas, Tommy och fem anställda.

Om Andreas Riksén & Tommy Dahlberg

- ▶ Driver tillsammans Lilla Sur sedan 2014
- ▶ Båda är numera utflyttade, men har tidigare bott i Källtorp i många år
- ▶ Bästa Bakverket på Lilla Sur? Lilla Sur brödet, det är som en vildhäst. Det går inte att tygla och blir alltid lite olika.

KAMPANJ

PÅ SOFFOR & FÅTÖLJER

BRUNSTAD
NORDIC WARMTH

OLIVIA SOFFA 3-SITS
15% RABATT

13.439,-

(ORD. PRIS FR. 15.810,-)

GÄLLER OLIVIA 3-SITS I TYG HEM

SYSTEM+ SOFFOR
15% RABATT

BRUNSTAD
NORDIC WARMTH

LYRIC SOFFA 3-SITS
16.990,-
(ORD. PRIS 19.990,-)

BRUNSTAD
NORDIC WARMTH

BELLA FÅTÖLJ INKL. FOTPALL
15% RABATT

BRUNSTAD
NORDIC WARMTH

—
SVENSKA
HEM

DANSKA VÄGEN 96
GÖTEBORG

ÖPPETTIDER
Mån - Fred: 10 - 18
Lördag: 10 - 16
Söndag: 11 - 16

—
SVENSKA
HEM

STORA MÖBELHUSET
KUNGÄLV

ADRESS Danska vägen 96, 416 59 Göteborg TELEFON 031-51 95 50

ADRESS Bultgatan 36, 442 40 Kungälv TELEFON 0303-24 54 90

Gäller 11-28/3 2022

Vi reserverar oss för ev. slutförsäljning, skrivfel och prisändringar. Kan ej kombineras med andra erbjudanden.

Tystnat lejon – klingande kyrkokör

Sveriges kungahus hemsida är något vi sällan klickar in på. Men Svensk Damtidnings redaktion lusläser den, för att ibland finna ett korn att spinna ihop en artikel på.

Något som kungahuset nu har meddelat, men som damtidningen tyvärr inte lär sätta på löpsedlarna, är att Örgryte kyrkokör låter lovsången ljuda i Slottskyrkan den 15 maj.

Hoppas någon ur kungafamiljen passar på att lyssna till skönsången.

Det uppges att vid högmässan den 15 maj medverkar Örgryte kyrkokör under ledning av dirigent Erland Hildén, alltså en av Örgryte församlings musiker. Mässan börjar klockan 11 och förrättas med rubriken "Att växa i tro" av hovpredikant Lennart Widing, som en tid på 1990-talet var kyrkoherde just i Örgryte.

Det blir inga löpsedlar i stil med "Drottning Silvia välkomnar Örgryte" eller "Prins Daniel rörd av lovsången". Men en smula eko ska det väl ändå kunna ge.

Hur vi nu i bilen kom in på samtalsämnet kungahuset och Örgryte kyrkokör, det minns jag inte. För det pratades om lite och varje, när Nettan och jag nyligen var passagerare i vår kompis Roffes mintgröna, mjukt spinande Mercedes Benz.

Bilradions musik var på så låg volym att vi på hemväg från ett jippo i Trollhättan lätt kunde prata med varandra.

– Slottskyrkan den femtonde maj, funderade jag. Tänk att fram till för så där tretti år sen så firades Sofiagatan varje femtonde maj. Redbergsbladet var medarrangör och längsgatan var det gycklare, tombola, provsmakning av mat med mera. Jo, det var en trevlig årlig tilldragelse på Sofiagatan där i Bagaregården, eller i Härlanda som kommunen hellre säger.

– Vad var det för Sofia man döpte gatan efter? frågade Nettan.

– Änkedrottning Sofia, log Roffe vid raten. Änkan efter kung Oskar II. Kungaparet hade några gånger gästade makarna Ekman på Gubbero herrgård, som väl låg ungefär vid Redbergsvägen och Norra Gubberogatan.

Oskar hade som prins gjort militärtjänsten i flottan, där kommandörkapten Emil Ekman varit hans överordnad. När de senare umgicks på äldre dar, hade de varsin Sofia till hustru, men fru Ekman stavade det Sophia.

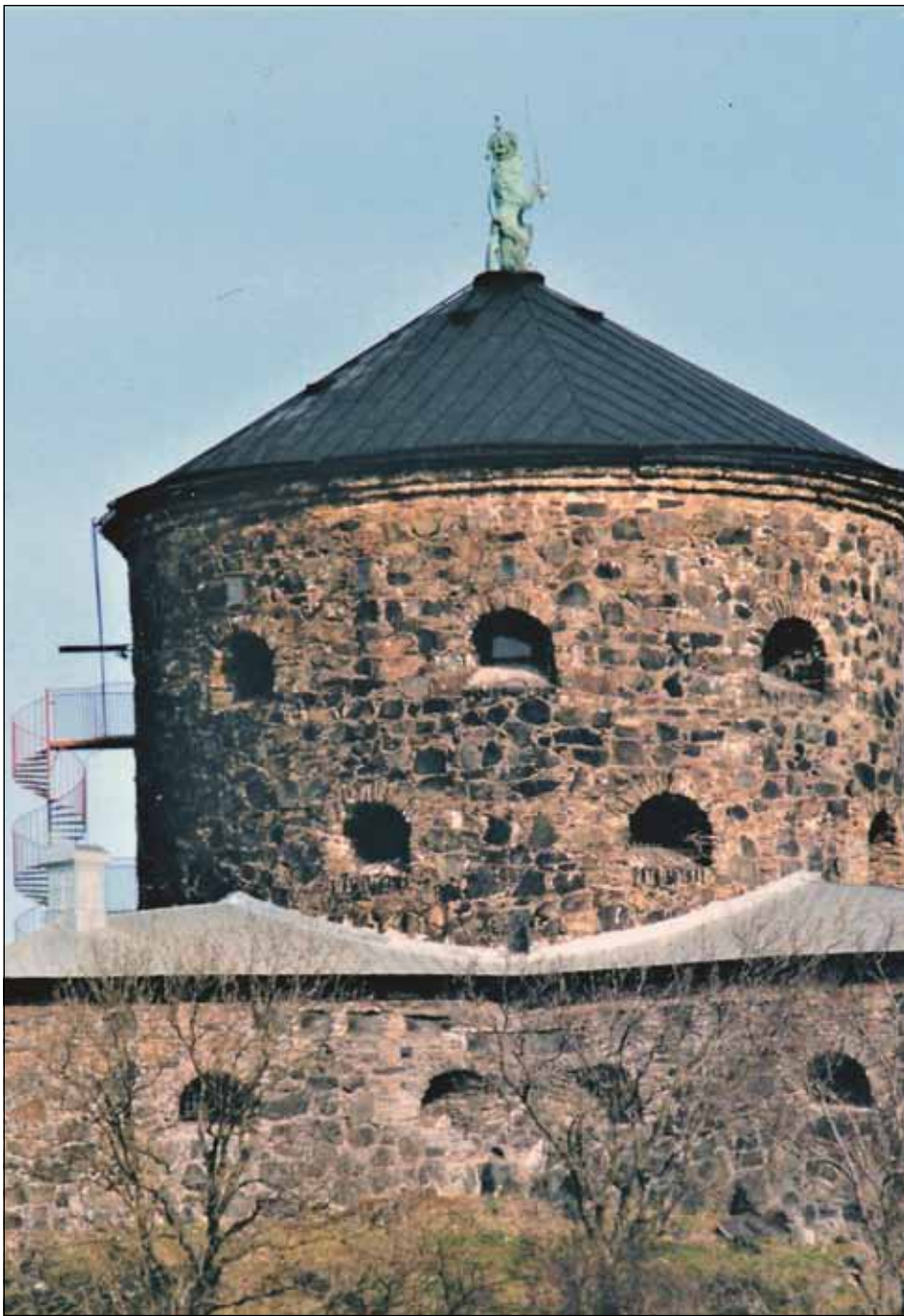
– Och när Sofiagatan festade, främst under 1980-talet men även in på 90-talet, så var det förstås på Sofias namnsdag femtonde maj, insköt jag.

– Nå väl, sa Nettan. Femtonde maj i all ära, men dessförinnan har vi ju först några veckor fram till påskan, med långfredag den 15 april. Påskan kommer två veckor senare än i fjol.

– Stämmer, skrattade Roffe. Mellan dessa två påskar har somliga fyllt år två gånger. Loretta Lynn, den amerikanska country-musikens forna First Lady, fyllde efter förra påskan 89 och hinner nu fylla jämna 90, den 14 april, innan årets alla påskägg puttrar i kastrullerna. Loretta hade en hjärtinfarkt härom året men står på scen igen, Sören Skarbacks gamla flamma, hähähä.

– Skarbacks flamma? Loretta Lynn? Vad... alltså vaaad menar du? flämtade Nettan.

– Tja, det var längesen, nästan tillbaka på stenåldern. Oberoende källor uppger att han höll henne i famn i 120 sekunder, alltså två



INTE ETT KNYST. Kopparlejonet på taket håller vakt i sin ödslighet. Vad det närmast kan skåda där uppfifrån är numera biltrafik.

FOTO: ALICE RADOMSKA

minuter. Inte den vanliga sorts lilla kram man ger som hälsning, inte.

– Men (tillade Roffe för ordnings skull) tydligen så skedde det inför 60-70 närvarande, inklusive Loretas make Oliver, medan hennes lillsyrra Crystal Gayle stod med klocka i hand och tog tiden. Skarbacks 23-årsdag övergick vid midnatt, halvvägs genom deras kram, till att bli Loretas födelse-



HOVSAMMA ORD. Hovpredikant Lennart Widing predikar om några veckor i Slottskyrkan om att växa i tro, meddelar kungahuset. När bilden för en del år sedan knäpptes var han kyrkoherde i Örgryte.

dag, då hon fyllde dubbelt så mycket.

– Dubbelt så mycket som 23, hon fyllde alltså 46, log Nettan. Och snart fyller hon 90. Alltså var det 44 år sen. Inte precis på stenåldern. Inte ens brons- eller järnåldern. Mätte varit... 1978.

– Tiden rinner undan, rinner rakt ut i ingenstans, suckade Roffe.

Han svängde av från huvudleden, ner under viadukten där Skansen Lejonet kom självsäkert mitt i blickfånget!

Att bilradion precis lät Katy Perry sjunga "Roar" (en låt som var mer i ropet för åtta, nio år sedan) kunde varit passande med tanke på att "roar" betyder "rytande". Men lejonet av ärgad gammal koppar stod tillsynes ljudlöst på borgtornets tak med svärd och sköld (i sin ständigt förhöjda beredskap).

– Påsk, muttrade Nettan och knappade fram YouTube i sin mobiltelefon, inte för att lyssna utan för att kolla lite datum och rubriker.

Förra påskan, när smittotalen under pandemin var riktigt höga och man skulle undvika att samlas eller ens träffas, lät Örgryte, Härlanda, Björkekärr och väldigt många andra församlingar visa gudstjänster på YouTube.

Nettan kollade i mobilen och meddelade oss:

– Här kan man klicka in och ta del av... påskdagen 2021 i Björkekärrs kyrka. Och på Örgryte församlings YouTube-kanal... har vi...

helgmålsbön i påsktid i Örgryte Gamla kyrka 2021, präst Anna Märta Leijon, musiker Stina Persson... och reflexmässa i Örgryte Nya... och helgmålsbön i Örgryte Gamla, andra söndagen i påsktid, i fjol alltså... präst Amanda Cardmarker.

– Ung spriderska av positivism och tillit, betonade Roffe. Kyrkans budskap rakt ut i vardagslivet, inte bara helg. Jag har hört Amanda Cardmarker en gång. Då höll hon en sån här mässa, ääh vad sa du det kallas?

– Reflexmässa?

– Just precis reflexmässa, skrattade han och svängde ut på den hektiska E6:an, där vi dock inom en halvminut vid riktningsskylten Olskroken kom upp i den skarpa rundsvängen till stoppljuset vid Redbergsvägens början.

Spårvagnar åt båda håll. Snart puttrade Mercan uppför vägen, längs butiker som precis stängt för kvällen. När statliga Sveriges Radio i bilradion då lät Miss Li sjunga sin synnerligen tröttsamma låt "Komplicerad" för ettusenfyrahundratjugosjunde gången, hade Roffe den goda smaken att stänga av.

Blink, blink åt höger...Danska Vägen... och snart vänster uppåt Röntmästarbacken i Lunden, hem till Rustan Nordebratt på den höglänta de Geersgatan. Vi hade till hans samlingar fyndat en rödvit fin gammal emalj-skyt från legendariska Trollhätte-Glass.

Från den forna glassfabrikens sortiment, som dominerade även i Göteborg tills fabriken köptes upp, återstår i dag endast tillverkningen av glasspinnen 88:an, ännu älskad och känd för sitt hölje av choklad med hackade små nötbitar.

Rustan välkomnade oss. Jag polerade den stolta emaljskyt lite till, medan Rustan slamrade fram tallrikar och glass, inte pinnar utan en rejäl glasstårta ur frysen.

– Passa på, sa Rustan. Glasstårterna stiger väl i pris varannan dag och blir svindyra framåt påsk. Inte bara elen och bensinen utan praktiskt taget allt höjer man nu, med kriget som svepskäl.

Han tillade buttert:

– Äggen blir dyra till påsk, fastän dom inte är ryska utan mest är från mastodont-höns-serierna på Västgötaslätten. Prishöjningar på färgglada fjädrar och plastiga påskharar också. Fastän de är billigt tillverkade i Kina(!).

– I äggpriset ingår förstås el för uppvärmning i höns husen, sa Nettan. Allt har fördyrats efter ryssarnas invasion den 24 februari. Transporterna också.

– Jo, men havregrynen till morgongröten då? Havren skördades i höstas, grynen har funnits i lager på Hisingen och i Högsbo sedan december, påpekade Rustan.

– Ja, du har rätt. Inte skördades havre på stelfrusna åkrar i förra veckan, suckade Roffe. Man höjer allt när ingen konsument någonsin ifrågasätter det. Dom som verkligen klagat gör en helomvändning och hyllar storsint höjningarna, om en radioreporter sticker en mikrofon under näsan på dom.

– Men riktig påsk ska vi ha. Jag ska unna mig kalkon, rökt lax och allt det traditionella, sa Nettan.

Himla god glasstårta. (Jag tog en bit till.)

BETRAKTELSER

av Alice Radomska
– författare
och konstnär





Vi söker
pensionärer
som vill jobba
med oss!

Vi vårstädar trädgården!

ORDNAR STAKETET • GÖR TRÄDGÅRDEN FIN
BESKÄR TRÄD • GÖDSLAR • FIXAR ALTANEN
HÖGTRYCKSTVÄTTAR HUS OCH ALTAN



veterankraft

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



DE SOM DRABBATS AV KRIGET I UKRAINA BEHÖVER DITT STÖD.

Tillsammans kan vi vara
en tillflykt i oro, nöd och krig.

DIN GÅVA BEHÖVS NU!

Människor på flykt är i stort behov av mat, vatten och hygien-
artiklar. Med lokala partner på plats ger Act Svenska kyrkan stöd
till människor som flyr kriget i Ukraina.

act
Svenska kyrkan

SWISHA TILL
900 1223
SKRIV: AKUT

svenskakyrkan.se/act



Foto: Antti Vrijonen / FCA

optikkällaren

Vi bjuder på solglasögon i din styrka vid köp av glasögon

Välj mellan 100-tals olika solglasögon
från People sun och Office sun.

Värde upp till 3395:-

Fler fina erbjudanden i butiken.
Välkommen in, så berättar vi mer!



Kostnadsfri synundersökning vid köp av glasögon. Värde 395:-

Utförs av legitimerad optiker.

optikkällaren

Redbergsvägen 17 Telefon: 031-19 84 70

Angivna erbjudanden gäller t.o.m. 2022-06-04.
För öppettider se: www.optikkallaren.se



FÄRLIG ROTVÄLTA längs motionsspåren 5 km och milspåret.

FOTO: STIG ANDERSSON

Alla dessa träd behöver väl inte ligga kvar..?

Är du ute i Delsjöskogen och vandrar, så har du säkert noterat alla de nedfällda träd, som ligger lite "huller om buller" överallt, ofta med en hel del otäcka rotvältor.

På några få ställen är delar av träden samlade i högar och då får man också ett helt annat intryck av naturen vid sidan av dessa högar.

Du kanske har sett att här och där finns en lapp på träd, som ligger ned med följande text: Liv i död ved!

Här har stockar lämnats för att gynna den biologiska mångfalden.

Många insekter, svampar, mossor och lavar är beroende av gamla döende eller döda träd för sin överlevnad.

Vi vet mycket väl att de nedfallna träden tillhör naturen, men *alla* dessa träd behöver väl inte ligga kvar, utspridda som ett naturens plockepin?

Ätminstone utefter de mer frekventerade grusvägarna och stigarna och framförallt inte som hinder för människor, som faktiskt vill röra sig i fri terräng, som till exempel orienterare och andra livsnjutare.

Vid Skårs Lund (södra delen av Jakobsdalsgatan) har Trafikverket tagit ned och placerat träden i en "fin" hög och skriver i sin text:

Här i Skårs Lund har Trafikverket tagit ner ett tiotal träd inför bygget av den arbetstunnel till Västlänken Göteborgs Stad tar hand om och använder alla nedtagna träd i staden för olika ändamål, till exempel för att göra möbler till stadens utemiljöer eller för att skapa gynnsamma miljöer för växter, djur och svampar som är beroende av gamla döende eller döda träd för sin överlevnad.

I vårt moderna landskap finns inte längre



PREMIÄRLOPPET är först ut bland motionsloppen. Sist i raden 2022 är Finalloppet!

FOTO: STIG ANDERSSON

grov död ved i samma utsträckning som tidigare. För att gynna den biologiska mångfalden placerar Göteborgs Stad nedtagna träd antingen i så kallade biodepår där större mängder träd läggs eller som här i Skårs Lund där de nedtagna träden placerats ut som död ved.

Nu till en annan sak, som lätt irriterar oss naturintresserade. I förra numret skrev vi om nedskräpningen i Delsjöskogen. Återigen sänder vi nu en vädjan: släng ditt skräp i någon av de många papperskorgar som finns i området eller ännu hellre ta med det hem till din egen soptunna.

Vi behöver var och en hjälpa Park & Natur, som förtjänstfullt gör vad de förmår. Ibland räcker inte ens det till. Som du ser på bilden så var den här soptunnan (20 m till vänster om klockan vid Motionscentralen) milt uttryckt välfylld.

Vi hoppas på en tillfällig miss av städteamet.

Det är inte bara vi naturälskare som vistas ute i Delsjöskogen.

När jag och min vän, Lars-Erik Säll, smekte stigarna för några dagar sedan, så fladdrade två citronfjärilar förbi oss i vårlig yra och mellan bergen ekade korpens hesa stämma.

Det var nästan så att vi i vårlig yra, när vi passerade Odensvaletjärn, kunde förnimma Odens svala, d.v.s. den svarta storken, när han på breda vindar gled på tjärnet.

Under vår vandring passerade vi flera ställen, där vildsvin härjat rejält. Bl.a. terrängen mellan Bredare mossen och Håledal vittnade om en större gruppas bökande efter rötter och annat "godis" i marken. Som tur var såg vi inte till några svin under vår vandring.

Snart är det premiär för ett av de populära motionsloppen i Västsverige.

Lördagen den 2 april går Premiärloppet i Skatåsområdet.

Premiärloppet är det lopp på värkanten, där du kan testa formen efter vintern. Det går på en lätt kuperad grusbana. Du kan välja mellan 10 km eller 5 km.

På 5-km banan finns en tyngre stigning upp till toppen av Brudare mossen.

Nytt för i år är "gångklassen", som är ett lopp för alla.

Arrangör är den aktiva föreningen Sävadalens AIK Friidrott.

Mer information och anmälan finner du på saik.nu, scrolla ned på sidan så finner du informationen.

PÅ SPÅRET

med Stig Andersson
– som håller koll på friluftslivet för oss



LITE HULLER om buller i skogen.

FOTO: STIG ANDERSSON



TRÄD SNYGGT UPPLAGDA vid Skårs Lund – liv i död ved!

FOTO: STIG ANDERSSON



SNYGGT JOBBAT i skogen. FOTO: STIG ANDERSSON



HÄR var det fullt...

FOTO: STIG ANDERSSON



HÄR har vildsvinen härjat.

FOTO: STIG ANDERSSON

BURGERSSON

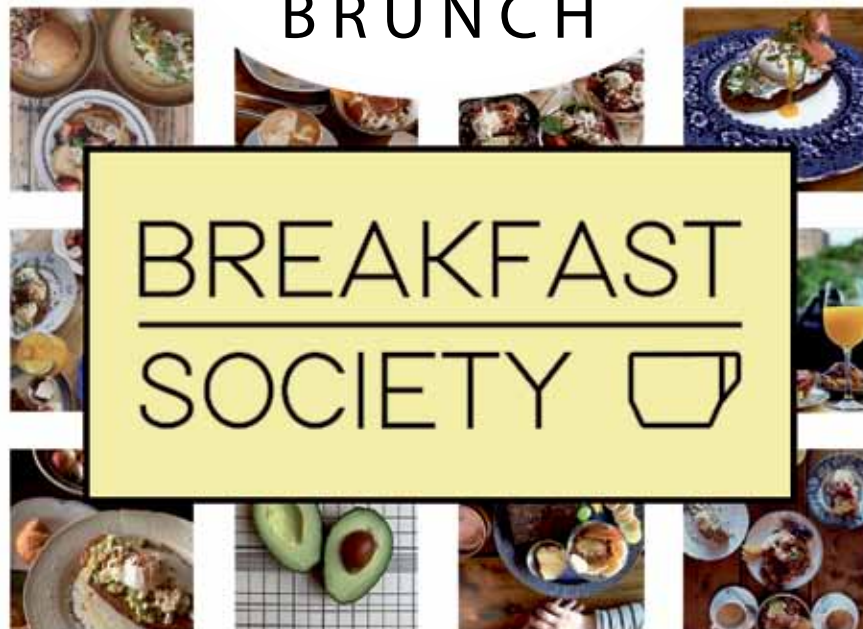
Här hittar du Göteborgs bästa burgare!
(alltid svenskt ekologiskt nötkött)

Lunch	måndag - fredag	11:00 - 13:30
Middag	tisdag - fredag	16:30 - sent
	lördag & Söndag	09:00 - sent

| Friggagatan 14b | 411 01 | Göteborg | www.burgersson.com |



FRUKOST & BRUNCH



BREAKFAST SOCIETY



LÖRDAGAR & SÖNDAGAR
09:00 - 15:00

BURGERSSON FRIGGAGATAN



 @BREAKFASTSOCIETY_GBG

 VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Få hjälp på din mottagning eller online.

När du behöver oss finns vi här för dig.
Hitta din mottagning och boka tid på
narhalsan.se

Närhälsan

Vårdcentral – Rehab – Online





PREMIÄR för "I Love Arvingarna" den 16 september och spelas till den 17 december (30 föreställningar) på Kajskjul 8 i Göteborg.

FOTO: PRESSBILD

"I Love Arvingarna" ny krogshow – premiär hösten 2022 på Kajskjul 8

Arvingarna är tillbaka med ny krogshow "I Love Arvingarna" i regi av Hans Marklund. Premiär blir det den 16 september på Kajskjul 8 i Göteborg, showen spelas hösten 2022.

En krogshow om Arvingarna sett ur fansens perspektiv, full med nostalgi, sång, glädje och fest.

Du får följa med på en musikalisk resa, från tonårsrummet med idolposters och signerade vinylskivor till dansbanor, konserter, allsånger och minnen för livet. Partillegänget får förstärkning på scen av blås, saxofon, percussion och sång.

– Det ska bli så skoj! I tidigare shower har vi fokuserat på våra egna minnen och sett tillbaka på våra karriärer utifrån vad vi minns och har upplevt. Nu är det dags att äntligen få uppleva det ur fansens perspektiv. Att uppleva vår musik genom någon annans minnen och historia kommer bli så fantastiskt roligt för oss, vi kan knappt vänta på att få köra igång! Säger Casper Janebrink, Arvingarna.

För över trettio år sedan började medlem-



marna i Arvingarna att skriva låtar tillsammans i Partille.

Med föräldrar i Streaplers och Flamingo-

kvartetten hade de dansmusiken i blodet, men redan från början hittade de sin egen stil.

Så här långt har de hunnit med tjugo al-

bum, ett tjugotal låtar på Svensktoppen, tre grammisar och sju framträdanden i Melodifestivalen.

Det stora genombrottet kom med låten "Eloise" som tog hem segern i Melodifestivalen och gav dem en sjunde plats i Eurovision Song Contest 1993.

1995 var de tillbaka med "Bo Diddley", en låt som har blivit en av deras mest älskade. 1999 tog de en tredjeplats med "Det svär jag på" och 2002 blev de sexa med "Ingenting är större än vi".

Killarna gjorde comeback 2019 med superhiten "I do".

Förra året var det dags igen med låten "Tänker inte alls gå hem". En riktig schlagerdänga som blev en favorit på dansgolvet, i duschen och i bilen på väg till jobbet.

De har också hängt med på Diggiloo-turnén och hunnit med att fira sina första trettio år med en bejublade krogshow. Som om inte det skulle vara nog har du säkert sett dem i alla möjliga tänkbara sammanhang på teve. Inte minst i programserien Så mycket bättre.

ÖHP



100 SÅNGER

Om det obeskrivliga ögonblicket
före katastrofen

Premiär 14 april Lilla Scen

Av ROLAND SCHIMMELPFENNIG Regi MICHAEL COCKE

Biljetter 031-708 71 00

www.stadsteatern.goteborg.se



"briljant skådespeleri och magi" BT

"Tomas von Brömssen briljerar" DN

"ett mästarpöv" GP

"det är mycket sevärt" SvD

KONTRABASEN

Om det obeskrivliga ögonblicket
före katastrofen

Nypremiär 8 april Stora Scen

Av PATRICK SÜSKIND Bearbetning och regi EVA BERGMAN

 **Göteborgs
Stadsteater**

KLIPP UT OCH SPARA

Farligt avfall-bilen Hämtschema



Göteborgs
Stad

Öster Örgryte-Härlanda

ÅVS = Återvinningsstation

Vill du få sms när
Farligt avfall-bilen
kommer till ditt område?
Anmäl dig på
goteborg.se/fabilensms



Passa på att lämna batterier,
lampor, elektronik, kemikalier
och annat farligt avfall när Farligt
avfall-bilarna kommer till ditt
område.

Observera att bilarna tar emot
smått farligt avfall från privatper-
soner, inte stora saker som kyl, frys
och tv-apparater eller stickande/
skärande avfall och läkemedel
(lämnas till apoteken).

Det byggs mycket i staden. Bilen
försöker alltid parkera så nära an-
givet stopp som möjligt, men kan
behöva korrigera med kort varsel.

Saknar du schemat för övriga
Göteborg? Titta i vår annons
i Göteborg Direkt eller på
webben. Schemat finns på
goteborg.se/farligtavfallbilen

Lämna till välgörenhet

Har du en lampa som fungerar, kläder
du inte använder eller kaffekoppar som
inte längre får plats i skåpet? Lämna
det till Björkåfrihets återbruksbilar
som följer med på hälften av Farligt
avfall-bilarnas turer. Sakerna säljs och
förtjänsten går oavkortat till sociala
verksamheter.

☑ Dessa turer följer Björkåfrihets
återbruksbilar med.

[björk&frihet](http://bjork&frihet.se)

MÅNDAG 4 APRIL

17-17.45 Stabbetorget, Stabbeg. 1, ÅVS
18-18.45 Trätorget, Coop
19-19.45 Träkilsg. 2, ÅVS
17-17.45 Mejerig., Ostkupan, ÅVS ☑
18-18.45 Snöskateg. 2, Skårsskolan ☑
19-19.45 Sankt Sigfrids plan 5,
SE-banken (SEB) ☑

TISDAG 12 APRIL ☑

17-17.45 Prästgårds./Danska vägen, ÅVS
18-18.45 Bögatan./Anders Zornsg., ÅVS
19-19.45 Bogärdesg./Råsteng.
17-17.45 Bromeliusg.
18-18.45 Torpavallen, parkering SOVA
19-19.45 Moräng. 11, ÅVS

TISDAG 19 APRIL

19-19.45 Soldathemsg. 16, ÅVS

TORS DAG 21 APRIL

17-17.45 Solrosg., vändzon
18-18.45 Kyrkåsg. 16, vändzon
19-19.45 Spelmansplatsen, Spelmansg.
17-17.45 Bagaregårdsg./Landerig., ÅVS
18-18.45 Olskrokstorget,
Lilla Hökeg. vändzon
19-19.45 Schéeleg. 6, bokbusszonen

TORS DAG 28 APRIL

17-17.45 Fräntorpsg. 8, ÅVS ☑
18-18.45 Hagforsg. 6, vändzon ☑
19-19.45 Kageledstorget ☑
17-17.45 Studiegången 1, ÅVS
18-18.45 Sofiag./Moräng., ÅVS
19-19.45 Falkg./Övre Olskroksg., ÅVS

MÅNDAG 9 MAJ

17-17.45 Moräng. 11, ÅVS
18-18.45 Stabbetorget, Stabbeg. 1, ÅVS
19-19.45 Trätorget, Coop

ONSDAG 18 MAJ ☑

17-17.45 Mejerig., Ostkupan, ÅVS
18-18.45 Snöskateg. 2, Skårsskolan
19-19.45 Sankt Sigfrids plan 5,
SE-banken (SEB)

TORS DAG 19 MAJ ☑

17-17.45 Olbergsg./Wingårdsg., Tempo
18-18.45 Smörg. 38

TISDAG 24 MAJ ☑

17-17.45 Olskrokstorget, Lilla Hökeg.,
vändzon
18-18.45 Prästgårdsg./Danska vägen, ÅVS
19-19.45 Delsjökolonin, parkering

MÅNDAG 30 MAJ ☑

17-17.45 Schéeleg. 6, bokbusszonen
18-18.45 Valåsg. 40, butiken
19-19.45 Hogenskildsg./Ulfsparrg.

Göteborgs gamla kyrkor som kom att bilda en defensiv försvarslinje 1526

År 1526 beordrade kung Gustav Vasa, Härlandas dåvarande församling att riva sin gamla medeltida kyrka av rent försvarstekniska skäl. Beslutet var grundat på att försvåra för danskarna ifall danskarna vid ett eventuellt anfall mot staden Nylöse. Misstanken var att danskarna skulle kunna använda kyrkan som en näraliggande torr lagringsdepå för krut vid en belägring av staden Nylöse.

Min direkta tanke när jag läste om ”den gamla Härlandakyrkan” öde var har det borde också ha legat en motsvarande gammal även om liten 1100 - 1200-tals kyrka, där St. Paulii kyrkan ligger idag. Troligen var det så att den gamla St. Pauliikyrkan har rivits vid samma tidpunkt av samma försvarstekniska skäl som den gamla Härlandakyrkan. Men jag har inte lyckats komma över några skrivna källor i om en 1100-talskyrka som kan ha varit St. Paulii kyrkans föregångare, eller ett samtida rivningsbeslut om att riva den gamla kyrkan. Dagens St. Paulii kyrka har dessutom riktningen NordOst på kyrkoskeppet Se tabell nedan)

Vad beträffar Domkyrkan finns det mycket utförliga beskrivning från 1626 om ”Brädkyrkan” på den nuvarande dagens Domkyrkans plats. Någon äldre föregångare till Brädkyrkan nämns ej i dessa beskrivningar. Vad som direkt gjorde mig misstänksam beträffande den nuvarande Domkyrkan placering är att den ligger ”snett” på kyrkogården. Man måste betänka att staden Göteborg byggdes med en militär precision med helt raka gator – varför skulle man då tillåta den centrala kyrkan att ligga ”snett” på kyrkogården?

Vidare ligger dessa kyrkor på en linje som är nästan rak och det är ungefär lika lång mellan var och en av kyrkorna och Nylöse beroende på vilken uppmarschväg som danskarna valde. Vidare ligger alla tre kyrkorna ”snett” dvs i riktningen NO (Se tabell nedan)

Det finns i Västsverige ett antal 1100 – 1200-tals kyrkor som också ligger ”snett” i väderstrecken på sina kyrkogårdar. Dessa kyrkor ligger alla i riktningen NO beroende på hur naturen ser ut i riktningen mot Nord-Ost. Skälet är ofta till att dessa nyare kyrkor ligger ”snett” i en viss riktning är att det då döljer sig en gammal riven 1100-talskyrka under den nuvarande kyrkan och man har byggt den nya kyrkan i samma riktning som den gamla hade. De gamla 1100 – 1200-talskyrkorna var riktade mot soluppgången på Påskdagen (Jag är väl medveten om att detta blir ett medelvärde på kyrkans riktning eftersom Påskdagen datum flyttar sig mellan olika år. Jag mäter dock upp det värde som kyrkan har byggts med.)

Det var så att man ville se den uppståndne Jesus komma med solens första strålar genom korfönstret i den egna kyrkan på Påskdagens morgon. Det finns mätbara riktningar hos dessa av mig omnämnda kyrkor, som bevisar riktigheten i mina tankar. Jag söker då främst egenskaper som visar på tidigare har funnits 1100 - 1200-talskyrkor vid St. Pauliikyrkan och Domkyrkan. Jag söker vid denna under-



Härlanda gamla kyrkas ruin sedd från sydöstra hörnet mot altaret.

FOTO: ANDERS BEHN



Platsen för St. Paulis labyrinth.

FOTO: ANDERS BEHN



Troligen Härlanda gamla kyrkas Brudsten som har rests upp vid restaureringen.

FOTO: ANDERS BEHN



Platsen för ”Domkyrkans labyrinth” sydväst om Domkyrkan. Labyrinten ligger delvis på Domkyrkoplanen och delvis på Kungsgatan.

FOTO: ANDERS BEHN

sökning främst efter rester som ligger under de nuvarande kyrkorna eller i kyrkornas direkta närhet. Min undersökning avsåg att dessutom ske med en metod som inte skadar något i eller kring de nuvarande kyrkorna. Vid dessa mina undersökningar som jag avser att undersöka om det finns några lämningar efter tidigare kyrkor på dessa kyrkors nuvarande platser. Dessa undersökningar kommer jag att göra med hjälp av s.k. jordpuls-mätningar med pekare. Fördelen med att använda sig av dessa jordpuls-mätningar är att de inte gör någon skada på de idag befintliga kyrkoanläggningarna. Jordpulserna är låg-frekventa elektromagnetiska pulser som har sitt ursprung i solen och studsat mot månen vilket ger en interferens på Jorden.

	Härlanda	St. Pauli	Domkyrkan
Plats	Ruin N	Under Kyrka	Under
Kyrka	om kyrka		
Riktning	52 grad	56 grad	47 grad
Pulsrikt			
i muren	Motsols	Motsols	Motsols
Storlek	6x11 m	8x11 m	7x13 mm
Brudsten	mot öster	mot öster	mot öster
	1 stråle	3 strålar	4 strålar
Labyrint	11 varv	9 varv	11 varv
	S 10 m	75 m	SV 15 meter
	från kyrkan	NV kyrkan	från kyrkan
► 1. Antalet strålar berättat att om det är en stråle så har kyrkan anlagts av en tysk munk			

– är det flera strålar fram röllops brudstemsens så är det en engelsk munk som är anläggaren
► 2. Brudstenen är ett bröllopsarrangemang för gamla asatidens seder som prästen inte ansåg skulle utföras inne i kyrkan vid bröllop.
► 3. I de medeltida kyrkorna fanns det inga bänkar utan man stod eller låg på knä under gudstjänsten
► 4. Labyrinten är ett reningsinstrument som hör till asatrons gudstjänst
► 5. Kyrkorna ligger på en elipsformad grund som har två brännpunkter helt enligt geometriteorin. Den positiva brännpunkten ligger nära det östra delen och koret och altaret.
Den negativa brännpunkten ligger vid västra sidan delen kyrkan

Utgående från detta inser vi att människorna i dessa små byar s.k. ”kyrkolösa byar efter 1526” blev hänvisade till Örgryte gamla kyrka, som då fick byggas till även om det tidstypiska långskeppet hos denna kyrka behölls.
Ovanpå resterna av ”Domkyrkans gamla kyrka” byggde man 100 år (1626) efter den troliga rivningen (1526) av den gamla kyrkan en ny kyrka till den nya och då starkt växande befolkningen i staden Göteborg. Den nya i kyrkan 1626 i Göteborg har gått till historien under namnet Brädkyrkan. Utgående ifrån namnet bör det ha varit en träkyrka.

Brädkyrkan har fått vissa beskrivningar i den efterlämnade litteraturen
Ovanpå resterna av den ”gamla St. Paulii-kyrkan” byggde man en ny kyrka på 1880-talet när Göteborg hade vuxit så att en ny kyrka var ett starkt efterlängtat behov i denna då nya stadsdel. Det finns många beskrivningar i Göteborg hur denna kyrka blev till.
Söder om den ovan beskrivna ruinen av den ”gamla Härlandakyrkan” byggde man på 1980-talet en ny kyrka. Denna nya kyrka är helt modern och på intet sätt kopplad till den gamla kyrkan, som är en ruin idag mera än närheten.norrut.
Närvaron av stora labyrinter vid alla dessa tre kyrkorna visar på att redan under förkristen tid var dessa tre beskrivna platser föremål för andra tidigare religiösa kulturer.
Undersöker man vidare i Göta Älvs norra omgivning så hittar man samma förhållanden på beträffande kyrkor med ellips i boten, kyrkor riktade mot Soluppgången på Påskdagen och en väl fungerande labyrint. Dessa egenskaper finner vi vid Lundby gamla kyrka, Tuve kyrka och Torslanda kyrka.
Som slutsats vill jag fastslå att de tre av mig undersökta kyrkplatserna i centrala Göteborg också har uppenbart varit religiösa samlingspunkter redan långt innan den tidiga medeltiden och kristendomens ankomst till vårt land..

Anders Behn

Det är dags för slutspel!

26/3 Kvartsfinal 1 (D) och (H) vs?

5/4 Åttondel European League IK Säv-
hof vs Kadetten Schaffhausen

10/4 Kvartsfinaler 3 (D) och (H) vs?

BOKA ERA BILJETTER PÅ
SAVEHOF.EBILJETT.NU
HÅLL UTKIK PÅ VÅRA
SOCIALA MEDIER FÖR
MER INFORMATION



Fler och fler barn blir närsynta. Detta kan bromsas med behandlingsglas eller kontaktlinser.

Starkare glasögon betyder tjockare glas och att barnet kommer vara alltmer beroende av sina glasögon. Även om detta i sig är en olägenhet kan det dessutom även öka risken för vissa ögonsjukdomar i framtiden.

Nu finns det kontaktlinser och glasögon som kan minska utvecklingen av närsynthet på barn.

Vi jobbar dagligen med barn och deras närsynthet.



**Boka en synundersökning för att ta reda
på det bästa alternativet för just ditt barn.**

**Gratis synundersökning* för
alla barn mellan 8-12 år.**

199 kr för ungdomar mellan 13-19 år.

* Nyttillpassning av kontaktlinser 899 kr

Salong Hårfiness



**EXPERTER
PÅ
TRÅDNING!**



MÅNADENS ERBJUDANDE!

30% RABATT PÅ KLIPPNING!

Kort hår	225:-	Ord.pris 320:-
Mellanlångt hår	270:-	Ord.pris 380:-
Långt hår	300:-	Ord.pris 420:-

Erbj. gäller endast nya kunder och längst t.o.m. 26 april 2022

Salong Hårfiness

Danska vägen 79 • Mån-Fre 10-18 • Lör 10-14
031-84 62 97 0736-14 61 53

 **SYNSAM**
MUNKEBÄCK

**MUNKEBÄCKSTORGET 1
TEL: 031-25 45 45**



**KOM IN OCH
GÖR DIG VÅRFIN!**

**SALONG
LILLKULLE 24**

Klippning
pensionär/student **220:-**

Permanent fr **500:-**

Färgning fr **400:-**

OBS! Jag arbetar ensam i salongen.

Fri parkering Varmt välkomna!

Lillkullegatan 24 | Göteborg Tel: 031-40 61 20
Mittmot Ekmanska vårdcentralen 0707-65 30 69
Öppettider: Mån-Fre 9.30-18 | Lör 10-15

**Vi hjälper dig med
hela din ekonomi**

– både företagets och din privata

SEB

KÖPER – SÄLJER – RENOVERAR MATTOR



Före fransning



Efter fransning

"Bästa mattaffären!"

**REZA'S
MATTOR** Etab 1970

Södra vägen 18, mittmot Lorensbergs P-däck
Vardagar 11-18 • Lördagar 10-14
www.rezas.se • Tel. 031-18 06 35



Lyft där du står

Just nu tror jag många med mig följer krisen i Ukraina med många känslor.

Vi ser hur ett land attackeras där all respekt för liv och medmänsklighet verkar helt bortblåsta.

Vi ser lidande, förlust, sorg och rädsla. Samtidigt ser vi beslutsamhet och en enorm kämparglöd hos dem som just nu står inför att förlora allt.

Samtidigt ser jag att många här berörs hårt av det som sker. Vi har alla vaknat till hur viktigt det är att vara beredd, även för det värsta. Det handlas in mat, kommunikationsmedel och filter som aldrig förr. Vi vill vara beredda, inte bara för vår egen säkerhet men också för att kunna hjälpa. För vi vill ju alla kunna hjälpa!

Hur kan vi då hjälpa andra under en kris? Det finns många sätt och det viktigaste är att lyfta där vi står, bidra med de medel vi har och finnas till för varandra. Kriser kommer i många skepnader men

de för med sig i princip samma behov. Här kommer några förslag som kan vara till hjälp om du står nära någon som upplever en kris.

- ▶ Att bara finnas tillgänglig för någon kan vara till hjälp. Du kan visa att du är tillgänglig och att du tänker på dem i form av ett telefon- eller videosamtal eller ett sms. Vetskapen att du finns där för dem kan vara lugnande och tröstande.
- ▶ Lyssna – lyssna med hjärtat och fokusera på personen du pratar med. Du behöver inte tänka på vad du ska säga, det viktiga är att du kan lyssna.
- ▶ Kom ihåg att vi alla hanterar kriser på olika sätt. Tillåt andra att gå igenom sina egna erfarenheter utan att du tar upp dina. Vi kanske aldrig kan förstå någon helt och fullt men vi kan känna med personen, och det är mer än nog.
- ▶ Ställ frågor om hur de mår och vad de upplever och anta inte att du redan vet hur de känner sig.
- ▶ Uppmuntra och låt dem ge uttryck för sina känslor men låt det komma i

den takt och utsträckning som känns rätt för dem.

Att vara medmänniska är det finaste vi kan vara och vi har alla mycket att ge varandra. Det finns några gemensamma saker som vi alla behöver: få medkänsla, få lov att uttrycka våra känslor, få empati och bli påmind att det är normalt att inte alltid känna sig okej. Ibland behöver vi också få konkreta och praktiska förslag när vi fastnat i våra tankar och känslor. Vi behöver få hopp igen när allt känns hopplöst. Allt det här kan vi alla ge varandra!

Jag är djupt berörd och känner mig inspirerad av alla de fantastiska, modiga och kreativa människor som gör så mycket för de behövande idag. Du och jag kanske inte kan göra allt det som de gör men vi kan lyfta där vi står och vara goda medmänniskor var vi än är.

LIVSCOACHEN

Alexandra Tittus
– din personliga strateg och bollplank



ELCYKLAR OCH TILLBEHÖR

Välkommen in till oss på Friggagatan
och provkör. Ca 40 olika modeller i lager.

www.batbike.se



Batavus Harlem

7 växlar med korg, Bosch motor med 400 Wh batteri
29990:-



Friggag. 3A | 031-388 07 05 | info@batbike.se
Öppet: Mån-Fre 11-18 | Lör-Sön 10-15



VÅRERBJUDANDE!

Handla för minst 2 000:- så får du välja
en valfri vara för 500:- på köpet!

Erbj. gäller på ord.priser t.o.m. 23 april 2022

JOHNNY WAS | DU MILDE | STAJL | COSY HOUSE | LOUISE LINDROOS
ÖJBRO VANTFABRIK | BLACK COLOUR | BELLA BALLOU



Danska vägen 85 | Tel. 070-343 78 66 | Mån-Fre 11-18 | Lör 11-15

[f Jaspis](https://www.facebook.com/jaspis) | [jaspis_](https://www.instagram.com/jaspis_)



Vid er sida de första åren.

Välkommen till din barnvårdscentral. Hos oss får du
stöd i ditt föräldraskap och tillsammans skapar vi en
god utveckling för ditt barns hälsa och trygghet.



Delta i vår föräldragrupp för att knyta nya kontakter
och dela erfarenheter med andra nyblivna föräldrar.

Närhälsan Ekmanska barnvårdscentral
Lillkullegatan 21A, 031-747 92 90
narhalsan.se/ekmanskabarnavardscentral



Gör ditt vårdval. Du väljer själv
var du vill lista dig på 1177.se.
Eller kontakta oss så hjälper vi dig.

Närhälsan Munkeback barnvårdscentral
Munkebackstorg, 031-345 06 00
narhalsan.se/munkebackbarnavardscentral

Närhälsan

Här finns det mesta du kan behöva för egenvård och hälsa



KOLL PÅ LÄGET. Butikschefen Ulrika Ekström visar produkter ur det breda hudvårdssortimentet. FOTO: JENNIFER HAJDIC

Efter att ha drivit hälsokostbutiken i 20 år som ett familjeföretag har Ulrika Ekström sålt den och Life Olskroken på Redbergsvägen tillhör nu butikskedjan Life. I februari öppnade butiken med förnyat koncept och utbud men personalen är densamma.

– Tanken var att jag skulle börja jobba med nåt annat, men i slutändan blev jag kvar som anställd. Jag trivs ju så bra här och skulle sakna mina kunder, säger butikschefen och tidigare ägaren Ulrika Ekström.

Familjen driver också ett skyltföretag där Ulrika jobbar två dagar i veckan och eventuellt skulle hon satsa mer av sin tid på det. Istället blev hon erbjuden en tjänst som butikschef i hälsokostbutiken som hon drivit så många år och det tyckte hon var en bra lösning.

– Vi var ju en Lifebutik innan också men vi ägde den själva och var en så kallad medlemsbutik. Det är ett koncept som Life har. Vi hade stora delar av Lifes sortiment men köpte också in många andra produkter och varumärken som vi valde själva, säger hon.

Nu följer butiken Lifes grundkoncept vad gäller sortiment och det innebär att en del produkter de hade tidigare har fått utgå. Vissa av de utgångna produkterna saknar kunderna men oftast kan de hitta någon likvärdig produkt framhåller Ulrika. Hon fick behålla sin fina kollega sedan många år, Kerstin som också anställdes av Life.

Lokalen är stor och öppen med bra läge på butiksgatan Redbergsvägen. På hyllorna finns en mängd olika produkter som kosttillskott indelat i kategorierna Man och Kvinna, träning, immunförsvar, ledhälsa, lust, uppiggande och rogivande bland mycket annat. Hudvård i form av oljor, krämer, rengöring och badsalt samt även av hårvårdsprodukter finns mycket att välja på. De är av naturliga ingredienser och ska verka välgörande både för kroppen och miljön genom sin framställning.

– Weleda är ett populärt märke i hudvårdssortimentet, det säljer vi mycket av, säger Ulrika och visar på hyllan.

Förpackningarna i Weledas serier är i olika färger och innehållet baserat på granatäpple, mandel, havtorn och citrus. Allting doftar milt och naturligt. På en annan hylla finns eteriska oljor som är koncentrerade doftande oljor av olika växter. De kan tillsättas i oparfymerade krämer eller i egengjorda städ- och tvättmedel bland annat. Just städ- och tvättmedel har Ulrika märkt att många gör själva allt mer. Det finns många recept på nätet och ingredienserna är skonsamma för både människa och miljö, då de inte innehåller onödiga kemiska tillsatser. Oljorna kan också droppas i aromalampor för att sprida doft i hemmet, eller i bastun och lavedelolja till exempel kan droppas på kudden i sängen för en rogivande effekt.

– Det här är ett nytt märke som jag själv inte har hunnit testa än, säger Ulrika och visar på en hylla flaskor och tuber med stilrent snitt i

mörkröd färg. C/o Gerd står det på.

De ser lyxiga ut och innehåller fröolja av lingon, blåbär och hjortron. Det är ett svenskt hudvårdsmärke med rötter i Norrland som vill värna om natur, djur och människa. De doftar friskt, träigt och örtigt.

Annat nytt i butiken är stöd för olika kroppsdelar som kan drabbas av stelhet och värk. Bland annat en hållningsförbättrande väst som kan bäras under kläderna. Den drar bak axlarna och stödjer i ryggen vilket ger en rak hållning.

– Det är ju många som får problem med stel nacke och axlar, särskilt sådana som jobbar mycket framför datorn. Då är det perfekt med hjälpmedel som kan dra bak axlarna och det är väldigt skönt när man får sträcka upp ordentligt, säger Ulrika.

Vidare finns träningstillbehör och tränings-tillskott och de lockar en viss kundkrets.

– Det ökar med unga killar som handlar här och många av dem är intresserade av proteinpulver och kosttillskott för träning, men också fiskolja, krillolja och D-vitamin, säger Ulrika.

För övrigt är det mest kvinnor i kundkretsen och många av dem 40-talister. Men det har blivit ett generationsskifte i området tror Ulrika, för det blir allt fler yngre kunder. Något som Ulrika tycker är jättekul och hon ser att det finns mycket kunskap bland de yngre kring kosttillskott och hälsa.

• Men vad säljer mest då?

– Överlag vill många ha immunstärkande kosttillskott, det blev en trend under pandemin och lever kvar ännu. Det kan vara vitaminer och mineraler, främst C och D. Kroppsvård i form av oljor och krämer säljer vi också mycket av.

Själv tar hon olika tillskott under året och varierar utifrån vad hennes kropp behöver.

– Jag är i den åldern att hormonerna behöver lite stöttning, så jag tar tillskott med växthormoner i form av phytoöstrogener. Det har en god effekt på mitt mående. D-vitamin under vinterhalvåret och tillskottet Maxosol eller liknande under sommarhalvåret som stärker hudens pigment. Varje morgon tar jag ett pulver med tarmbakterier, berättar Ulrika.

I sortimentet finns även ergonomiska skor och tofflor av hög kvalitet, som även utökas med sandaler inför sommaren. Underkläder, t-shirts och strumpor av bambu som är mjuka och sköna samt ett mer miljömässigt hållbart alternativ till bomull finns också, olika teer av frukt och örter, naturligt godis, juicer, granola samt pulver av bär, torkad frukt och alger att blanda i nyttiga smoothies. Här finns det mesta du kan behöva för egenvård och hälsa.

På lifebutiken.se hittar du aktuella kampanjer och utbud samt på Instagram: Life_Olskroken. Lifebutiken Olskroken ligger på Redbergsvägen 8 vid Olskrokstorget.

Jennifer Hajdic

SKOLABB

**Super tunna ortopediska
hålfotsinlägg
nu 1600:-**

Ord. pris 1900



**SKOLABB Friggagatan 29 (svingeln)
031-155380
Var. 10-18, Lör. 10-14
www.skolabb.com**

PÅ OLSKROKSTORGET!



**HÄR HITTAR DU ALLT
INFÖR PÅSKKALASET!**

**FISKBODARNA KÖTTBODEN
SVEN-ERIKS BLOMMOR**

HANDLA I GOD TID OCH HÅLL AVSTÅND!

**Butiken fylld
med massor av
fint inför våren
& påsken**



Freja Blommor
– för alla blomstrande tillfällen

Redbergsvägen 7, Göteborg
Tel: 031-25 86 80
frejablommor.se

Marie Jerkestrand
**REDBERGSGÅRDENS
KONDITORI**
Tel: 031-84 74 76

Påsktallrik / buffé

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



150:-/pp

Glad Påsk!

Påskens öppettider:
Skärtorsdag 7.30-18.00 • Långfredag 10.00-16.00 • Påskafton 9.00-16.00
Påskdagen och Annandag Påsk har vi stängt

Garn Garn Garn Garn

Kanske inte alla vet? Att vi även har Göteborgs största sortiment av garner och tillbehör.

**"Hittaossrabatt" t.o.m. 2/4
10% rabatt på alla stickgarn.**
-10% på våra redan låga priser! Även på tillbehör.

Stora sammetskuddar 175.-

Linne-handdukar 75.-

Nya vaxdukar fr. 39.-/m.

Lakan 2st200.-

Barnfrotté fr. 29.-

**NORDISKA
HEMtextil**

Redbergsv.15

Stora delar av vårt sortiment finns även på hemtextil.se

3 krysslösande vinnare
belönas med
varsin trisslott

Vinnarna meddelas per post.

Lös krysset och skicka in det
senast 15 mars till

Örgryte&Härlanda Posten
att. Helene Fast Martinsson
Båtsman Lustigs Gata 27
422 57 Hisings-Backa
 - märk kuvertet "KORSORDET"

Du kan fota av sidan och mejla till
annons@ohposten.se
– glöm dock inte namn och adress!

Jag heter:

Adress:

Postnummer:

Postort:

Telefon:

Förra månadens lösning:

[illegible]

Vinnarna!

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

✓ **Ottilia Danielsson** på Danska vägen 77 i Göteborg

✓ **Eva Sundberg** på Wingårdsgatan
4A i Göteborg

✓ **Stéphane Verdier** på Björcksgatan
56B i Göteborg



	BETE SIG VALHÄNT		VIKT	EN I VECKAN	SLÅ ETT SLAG	KLIPP- BRANT		ATTEST	BRUKAR TURTUR- DUVOR	ANSIKTE				SÄNKT TON		ORKA I SKÅNE
												STÅR PÅ POST				
												ÄR RAK- AD HAKA				
			SMITTAS EJ						UNDER ALL KRITIK				HIMMEL			
			TYP AV PRIS										FÅS KAN- SKE TILL MATEN			
INTE SÅ VACKER					HAR HUNGRIG GOD						TAPPA INTRESS- ET					
ÄR TRUBB- NOSIG		SANNO- LIKHEIT					ÄR JAPAN ETT		LÄNGTA					EN LÅNG TID		PRAT- GLAD FÅGEL
		HEDER- LIG							PINNE I HJULET							
					STYR- BORD					MID- NATTS- TID		FINNAS TILL				
					GRÄBEN							SOVA ÖVER				
DRA BENEN EFTER SIG	KATT SOM BIL							VASS PÅ TASS							PÅ GRIS- SVANSEN	
	PELLE SVANSLÖS															
KALLT SKÅP				VARA LÅNG- SAM		GÅR BJÖRN I				LÄMNA LAGRET		GÅ AV OCH AN				
						GÅ SAMMAN						BUBBLIG DRYCK				
			FÖR- RÅDERI					BLEV KÖTT- BULLEN						GÅR ÖVER VATTEN		KAN MAN SLÅ OM PENGAR
			NUMRER- AD PÅ BIO					HÖGTID								
TYP AV KRITIK					VILL VÄL INTE FRIAREN FÅ				TJURIG					SKURK- AKTIG TYP		
SPRID I SPILTA		HELA HÖGEN					INTE SÅ GAMMAL				TITTA STORT					
KAN MAN I ÖPPEN SPIS					DURK- SLAG				HIMLA- VÄSEN					BESTÅR MENING AV		



Vaccinera dej hos Närhälsan Olskroken – din kompletta Vaccinationscentral

 VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

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

90

SVENSK
INSAMLINGS
KONTROLL

act

Svenska kyrkan

DE SOM DRABBATS AV KRIGET
I UKRAINA BEHÖVER DITT STÖD.

Tillsammans kan vi vara en tillflykt i oro, nöd och krig.

SWISHA TILL
900 1223
SKRIV: AKUT

svenskakyrkan.se/act



Valborg

vid Härlanda Tjärn

Nu firar vi Valborgsmässoafton vid Härlanda Tjärn igen!
Mer information i nästa nummer och på www.goteborg.se



Scanna QR-koden med din smart phone för att komma till Göteborgs stads kalendarium.

Livemusik, brasa, café, lotteri, grill och mycket mer



goteborg.se



Göteborgs Stad

Däcksläpp!

Nu till våren släpper vi ut våra allra bästa sommardäck på grönbete.



Kom in till oss så ser vi till att du har de bästa däckerna när du ska ta en tur ut i vår herres hage!

Däckteam Göteborg / Jojjens Däckservice AB
Artillerig. 29 • 031-253496 • mån- tors 7-17 • fre 7-16
info@joj Jens.se • www.joj Jens.se

DÄCKTEAM
vet vilka däck du behöver

Behagligare klimat - Inne

plisségardiner - rullgardiner - persienner - lamellgardiner - gardiner - belysning

Erbjudande
20% rabatt på
utvalda markiser
och invändigt
solskydd

Erbj. gäller april
månad ut

Vi hjälper dig!



Från mätning till montering och service – boka kostnadsfritt hembesök eller besök vårt showroom.

och ute

markiser - pergola - terrassvärmare - gardiner - belysning



The Handyman i Norden AB | SHOWROOM Stockholmsgatan 42 i Bagaregården (Tisd & torsd 12-18)
Tel: 031 25 53 02 | E-post: service@thehandyman.se - www.thehandyman.se

VÄLKOMMEN TILL EN UNIK BUTIK!

Köper och säljer
gamla affischer och tryck

Professionella inramningar utföres efter önskemål



Stockholmsgatan 42, Göteborg | Tel: 072 341 58 54
Instagram @oldprints4u
Ons 12-18 Tors 12-19 Fre 12-18 Lör 11-16 Sön 12-16.

Ti 29/3 19 Veckomässa, Vitalis, Payerl
O 30/3 12 Middagsbön
S 3/4 10:30 Högmässa, Olinder, Payerl
Ti 5/4 19 Veckomässa, Olinder, Payerl
O 6/4 12 Middagsbön
S 10/4 10:30 Högmässa, Vitalis, Payerl
Ti 12/4 19 Veckomässa, Olinder, Payerl
O 13/4 12 Middagsbön
To 14/4 19 Skärtorsdagsmässa
F 15/4 10:30 Långfredagsgudstjänst, Olinder,
 Payerl
S 17/4 10:30 Högmässa, Olinder, Payerl
M 18/4 10:30 Högmässa, Olinder
Ti 19/4 19 Veckomässa, Vitalis, Payerl
O 20/4 12 Middagsbön
S 24/4 10:30 Högmässa, Vitalis

O 30/3 18:30 Mässa, Carlheim, Johansson
To 31/3 08:45 Morgonbön, Lindblad
S 3/4 11 Regnbågsmässa med små och stora, Carlheim, Molin, Ericsson Barnkör och Våga sjungakören. Söndagsskola för alla barn.
O 6/4 18:30 Mässa, Carlheim, Johansson
To 7/4 08:45 Morgonbön, Lindblad
S 10/4 11 Mässa, Gripenby, Diurlin, Löfdahl
O 13/4 18:30 Mässa, Grimbeck, Johansson
To 14/4 08:45 Morgonbön, Lindblad
14 Familjegudstjänst med påskens berättelse
18:30 Skärtorsdagsmässa, Gripenby, Diurlin, Carlheim, Ericsson. Efter mässan finns möjlighet att dela en Agapemåltid tillsammans.
 Anmäl dig gärna i förväg till måltiden till VT Carlheim.
F 15/4 11 Långfredagsgudstjänst, Lindh, Molin
17 Stabat Mater, Göteborgs Flickkör, barockensemble, Birgitta Mannerström-Molin, sopran och Amanda Flodin, mezzosopran.
S 17/4 11 Påskdagsmässa med kyrklunch & värmarknad, Grimbeck, Carlheim, Molin, Ericsson, Löfdahl
M 18/4 11 Mässa, Gripenby, Grimbeck, Löfdahl, Diurlin. Efter mässan kl 11 ger vi oss tillsammans ut på en eftermiddagsvandring i Delsjöterrängen.
O 20/4 18:30 Mässa, Carlheim, Johansson
To 21/4 08:45 Morgonbön, Lindblad
S 21/4 18:30 Mässa, Carlheim
S 24/4 11 Mässa, Grimbeck, Diurlin, Löfdahl

Gudstjänsten på söndagar direktsänds på
närradio 94,9 Mhz, streamas (ljud) på
www.sanktpauli.se samt på Youtube "Sankt
Pauli församling"

M, Ti, F 12 Middagsbön (vardagar)

O 30/3 12 Middagsbön med lunchmusik, Nils-
son, Holmlund, Arpád Solti, orgel.

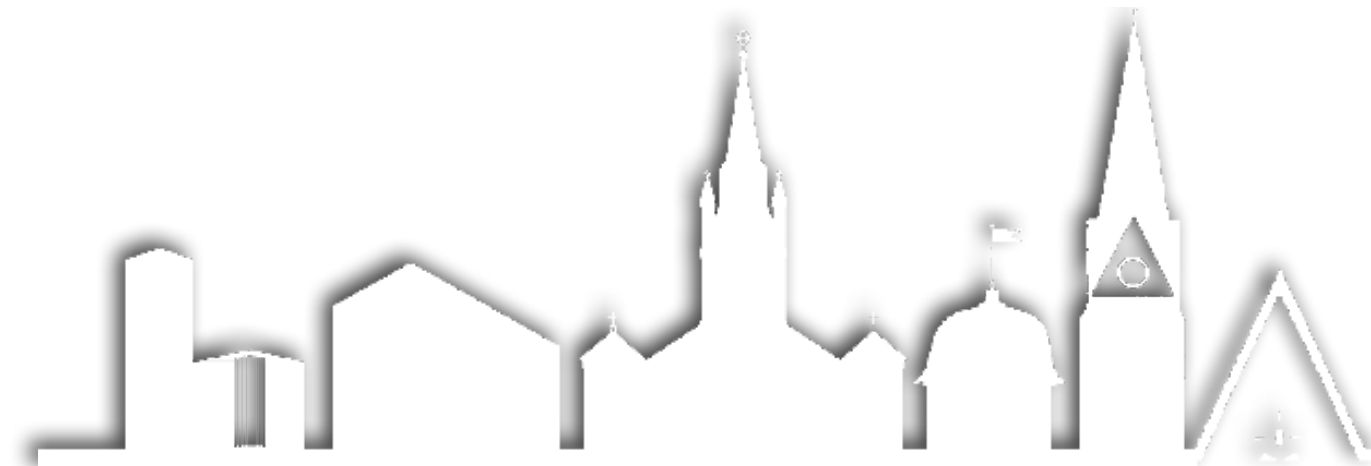
18:30 Passionsgudstjänst, Larsson, Holmlund

To 31/3 12 Mässa, Larsson, Holmlund 1/4
12:00

S 3/4 11 Högmässa, Larsson, Holmlund. Ung-
domskören. Söndagsskola i tre åldersgrupper.
Efter mässan fortsätter vi gemenskapen i
Pauligården med kyrkkaffe!

18 Aftonsång – kvällsgudstjänst med bibelför-
klaring, Larsson, Paulsone Johansson.

O 6/4 12 Middagsbön med lunchmusik. Joar



18:30 Passionspredikan, Bennsten, Holmlund
To 7/4 12 Mässa, Bennsten, Holmlund

S 10/4 11 Högmässa, Bennsten, Holmlund
18 Musikkudstjänst, Nilsson, Holmlund
O 13/4 12 Middagsbön med lunchmusik,
 Bennsten, Holmlund, Göteborgs oboekvartett.

18:30 Passionspredikan, Nilsson, Holmlund
To 14/4 18:30 Mässa, Bennsten, Holmlund
F 15/4 11 Långfredagsgudstjänst, Larsson, Johansson Abaffy
L 16/4 23 Påsknatt, Bennsten, Holmlund
S 17/4 11 Högmässa, Nilsson, Holmlund, Kyrkören. Söndagsskola i tre åldersgrupper.
M 18/4 11 Högmässa, Larsson, Paulsone Johansson
O 20/4 12 Middagsbön med lunchmusik, Elisabeth Feldt, sopran, Mikael Holmlund, piano.
To 21/4 12 Middagsbön, Nilsson, Holmlund
S 24/4 11 Högmässa, Landgren, Paulsone Johansson
18 Musikgudstjänst, Bennsten, Johansson Abaffy

S 3/4 II Mässa, Lindh, Persson
S 10/4 II Gudstjänst med små och stora, Warawko, Persson, Gustafsson, Lundahl
F 15/4 II Långfredagsgudstjänst, Cardmarker, Lundgren, Karin Knutsson cello
M 18/4 II Emmausvandring med mässa, Leijon. Efter massan vandring i Delsjöterrängen.
S 24/4 II Gudstjänst, Warawko, Persson

L 2/4 18 Bön för fred
L 9/4 18 Bön för fred
M 11/4 19 Musik och meditation i passionstid, Andersson, Hildén. Orgelmusik i Stilla veckan.
Ti 12/4 19 Musik och meditation i passionstid, Warawko, Lundgren. Orgelmusik i Stilla veckan.
O 13/4 19 Musik och meditation i passionstid, Cardmarker, Persson. Orgelmusik i Stilla veckan.
To 14/4 19 Skärtorsdagsmessa, Leijon, Persson
L 16/4 18 Bön för fred

To 31/3 18 Reflexmässa, Warawko, Persson
S 3/4 11 Gudstjänst, Andersson, Lundgren
To 7/4 18 Reflexmässa, Andersson, Persson
S 10/4 11 Sydafrikansk mässa, Andersson,
Hildén. Ola Sigurdsson predikar. Kyrkokören.
To 14/4 12 Mässa, Andersson, Hildén
S 17/4 11 Högmässa, Andersson, Hildén.
Sammanlyst till ÖNK
To 21/4 18 Reflexmässa, Warawko, Persson
S 24/4 11 Högmässa, Cardmarker, Hildén

90 SVENSK
KONTO INSAMLINGS
KONTROLL

act
Svenska kyrkan

DELA LIKA UNDER SAMMA HIMMEL

45 miljoner människor riskerar nu akut hungersnöd.*
Swisha halva beloppet för något du köper.

SWISHA
HALVA
MATKASSEN

SWISHA TILL
900 1223

Tillsammans gör vi världen hel.
Din gåva gör det möjligt.

*Källa: FN (nov 2021)

svenskakyrkan.se/act

fjällmans*begravning* fjällmans*juridik*

Vi på Fjällmans hjälper och stöttar er, ni kan alltid känna er trygga i våra händer.

Våra jurister hjälper er med bouppteckning, arvskifte, testamente, framtidsfullmakt och andra familjerättsliga handlingar.



Ring oss, dygnet runt.
031-727 00 00



Centrum Kungälv	Olskroken Höqsbo	Lerum Lundby	Majorna Torlanda	Sävedalen/ Partille	Västra Frölunda Mölndal
--------------------	---------------------	-----------------	---------------------	------------------------	----------------------------

www.fjallmans.se

Från mörker till ljus

Påskens berättelse rör sig från mörker till ljus. Vi följer Jesu väg från den sista måltiden tillsammans med lärjungarna, via Getsemane trädgård, till Golgata och korsfästelsen för att komma fram till dagen då ängeln säger till kvinnorna vid graven att han är uppstånden ifrån de döda. En berättelse som går från mörkaste mörkt till bländande ljus.

I vår tid finns det mycket mörkt. Oron är stor för det som händer i världen och det finns en stor rädsla för hur det utvecklar sig.

Men också i detta mörker finns det möjlighet att finna ljus – och att få vara ett ljus.

Vill du så kan du vara ett ljus för någon som kämpar i mörkret! Vare sig det är genom att bidra med ekonomisk hjälp till det arbete som bedrivs på plats i krigets Ukraina eller i det arbete som nu mobiliseras med att möta dem som kommer till oss. Varje insats, liten som stor, gör skillnad för våra medmänniskor.

Vill du göra en insats som volontär och möta flyktingar?

Vi besöker Migrationsverkets boende på lördagar varannan vecka. Där träffar vi dem som nyss kommit till Sverige, samtalar på svenska, bjuder på fika och leker eller pysslar med barnen. Vi åker från Härlanda kyrka klockan 13 och är tillbaka ca 17. Vissa volontärer åker endast några gånger per år och vissa är där nästan vid varje besökstillfälle.

För att få lov att åka dit som volontär krävs ett samtal med diakon samt ett utdrag ur belastningsregistret!

Kontakta Maria Löfdahl, diakon i Härlanda församling,
maria.lofdahl@svenskakyrkan.se
031-731 80 30

Stöd Act Svenska kyrkans arbete

Act Svenska kyrkan är Svenska kyrkans internationella bistånds- och utvecklingsverksamhet. Tillsammans med andra kyrkor, organisationer och frivilliga arbetar Act Svenska kyrkan långsiktigt mot fattigdom, förtryck och orättvisor och agerar snabbt vid katastrofer. Tack vare lokala samarbeten är arbetet effektivt och handlingskraftigt. Tillsammans med modiga människor över hela världen kämpar vi för alla människors rätt till ett värdigt liv.

Tillsammans kan vi göra skillnad! www.svenskakyrkan.se/act

Du kan swisha bidrag till Act Svenska kyrkans arbete i Ukraina:
Swishnummer: 900 1223. Skriv AKUT

Fira påskan i kyrkan

Under rubriken **Kyrkfönstret** ser du vilka gudstjänster som firas i våra kyrkor under den kommande månaden. Välkommen!

Bön för fred

Tills vidare är **Örgryte gamla kyrka** öppen för bön och ljuständning på lördagar kl 18.00.

Behöver du någon att tala med?

Våra diakoner och präster finns där för dig. Hör av dig till expeditionen så kan de hjälpa dig att få kontakt med rätt person.

*Gud, just nu är det svårt
att förstå vad som händer
och vart världen är på väg.
Vi ber för människor i Ukraina
och i Ryssland.
Vi ber om fred.
Vi ber om klarsyn, mod och hopp
för egen och andras del.
Amen*

Foto: Magnus Aronsson IKON

TELEFON 031-731 80 40 (EXP)

E-POST ORGRYTE.PASTORAT@SVENSKAKYRKAN.SE

WEBB SVENSKAKYRKAN.SE/ORGRYTE

PASTORSEXPEDITIONEN: HERRGÅRDSGATAN 2, ÖPPET MÅN-FRE 09.00-12.00



BJÖRKEKÄRRS FÖRSAMLING, SÖRENSENS GATA 1

HÄRLANDA FÖRSAMLING, HÄRLANDAVÄGEN 23

SANKT PAULI FÖRSAMLING, MÄSTER JOHANSGATAN 1

ÖRGRYTE FÖRSAMLING, HERRGÅRDSGATAN 2

Kontorsrummen är 16 kvm
respektive 30 kvm. Inflyttning
kan ske snarast. Vänligen mej-
la **info@pmfastigheter.se** för
mer information och pris.
Varmt välkomna på visning!

Fröken Rut Städ
Flyttstädning, storstädning,
hemstädning och dödsbo.
Rut 50% • Garantier
Bästa referenser finnes
kontakt@frokenrut.se
Peter: 0735-090 611
www.frokenrut.se

Högbergsmåleri
Måleri och Golv AB
Alla förekommande
måleriarbeten
Ove: 0708-80 23 19

Örgryte & Härlanda

SÅ HÄR GÖR DU: Kryssa i önskad rubrik och fyll i talongen, som du skickar in med pengar till: **Örgryte & Härlanda, Att. Helene Fast Martinsson, Båtsman Lustigs Gata 27, 422 57 Hisings-Backa.** OBS – kontant betalning. Önskas fotografi i retur, bifoga påskrivet och frankerat kuvert.

FAMILJ		RUBRIKANNONSER	
☐ Uppvaktning undanbedes	0:-	☐ Vigsel + foto	0:-
☐ Grattis (endast text)	0:-	☐ Födda (endast text)	0:-
☐ Grattis + foto	0:-	☐ Födda + foto	0:-
☐ Förlovning	0:-	☐ Till minne	0:-
☐ Vigsel (endast text)	0:-	☐ Tack	0:-
		☐ Månadens Ros	0:-
		Privatannonser	
		☐ Köpes	50:-
		☐ Säljes	50:-
		☐ Bytes	50:-
		☐ Djur	50:-
		☐ Förlorat	50:-
		☐ Tillvarataget	50:-
		☐ Dagmamma	50:-
		☐ Platsannons	50:-
		☐ Motor	50:-
		☐ Bostad	50:-
		☐ Uthyras	50:-
		☐ Önskas hyra	50:-
		☐	50:-
		Företag	
		☐ Företag (end. text)	60x40 150:-
		☐ Hantverkare	
		☐ Bilservice	
		☐	

VAR VÄNLIG TEXTA!

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

..... TELEFON:



EKONOMISKT

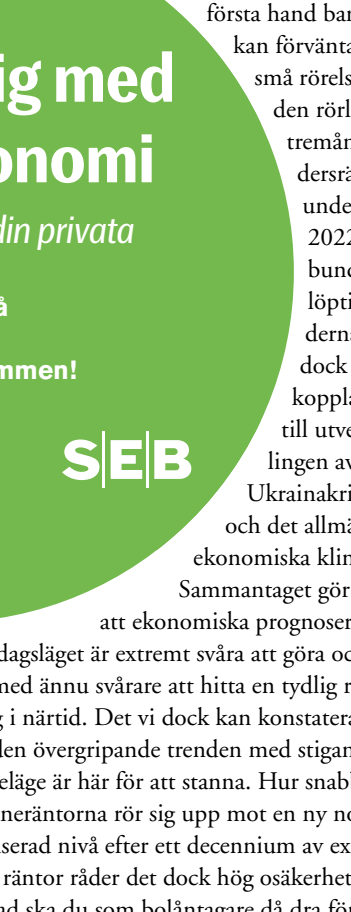
Ukrainakriget stresstestar det nya ränteklimatet

Det pågående kriget i Ukraina fortsätter medföra ett stort mänskligt lidande för landet och det ukrainska folket. En rad olika sanktioner har införts av västvärlden och i skrivande stund pågår fredsförhandlingar mellan Ukraina och Ryssland. Vid sidan av de mänskliga effekterna får kriget också effekter på bland annat inflationen och den ekonomiska återhämtningen. En utveckling som i förlängningen kan komma att stresstesta ränteklimatet och bolåneräntorna.

Efter fem dagar av krig i Ukraina är det fortfarande oerhört svårt att veta vart det här kommer sluta. Antingen kan de pågående förhandlingarna nå framgång inom kort eller så får vi se en mer utdragen konflikt med mer omfattande ekonomiska sanktioner som följd. Bara genom att släppa nyhetsbevakningen för att skriva det här rånterådet riskerar man att missa utvecklingen, så snabbt går det just nu. De initiala ekonomiska effekterna nådde hushållen genom ytterligare börsturbulens. Dock hade aktiemarknaden redan innan kriget inlett året med kraftiga nedgångar efter både en växande inflations- och ränteoro. När vi nu lyfter blicken ser vi att de tydligaste effekterna för svenska hushåll kommer att komma via stigande energi- och drivmedelspriser. När priset på rysk naturgas stiger följer resterande energipriser med, vilket för svensk del inkluderar elpriser som påverkar boendekonomin.

De stigande energipriserna kommer, allt annat konstant, att driva upp en redan hög

inflation. Redan före Ukrainakriget var inflationen på uppsving, mestadels i USA, och hade tryckt upp de långa marknads-räntorna vilket drev upp såväl upplånings-kostnader som bolåneräntor med långa löptider. Det som nu sker är ett stresstest av det allmänna ränteklimatet. I ena vågskålen finns en hög inflation och tydliga ränteuppgångar i sikte för att dämpa inflationstrycket som gör att bolåneräntor fortsätter sin gradvisa uppgång. I andra vågskålen finns scenariot att de höga energipriserna får så kraftiga effekter att de bromsar tillväxten och att vi istället hamnar i ett läge där marknads-räntorna hålls nere och trycket på centralbanker att höja sina styrräntor dämpas i syfte att hålla igång tillväxten. Vilken av dessa scenarier som blir verklighet är förstås svårt att veta och kommer avgöras av hur snabbt eller långsamt Ukrainakriget får en lösning. Oavsett scenario kommer el- och drivmedels-priserna fortsätta driva upp inflationen och



urholka hushållens plånböcker. Det gör att vi bedömer att Riksbanken höjer reporäntan i början på 2023, vilket innebär att vi i första hand bara kan förvänta oss små rörelser för den rörliga tremånadersräntan under 2022. De bundna löptiderna är dock mer kopplade till utvecklingen av Ukrainakriget och det allmänna ekonomiska klimatet. Sammantaget gör det att ekonomiska prognoser i dagsläget är extremt svåra att göra och därmed ännu svårare att hitta en tydlig riktning i närtid. Det vi dock kan konstatera är att den övergripande trenden med stigande ränteläge är här för att stanna. Hur snabbt bolåneräntorna rör sig upp mot en ny normaliserad nivå efter ett decennium av extremt låga räntor råder det dock hög osäkerhet om.

Vad ska du som bolåntagare då dra för slutsatser i dessa tider av osäkerhet? Den klokaste räntestrategin är att sätta dina privatekonomiska förutsättningar i första rummet istället för att tajma det perfekta ränteläget. Det

**dig med
konomi**
ch din privata

te på
e
llkommen!

SEB



innebär att du först och främst bör utgå ifrån din boendesituation. Bind inte längre än vad du planerar att bo kvar i bostaden. Om du väljer att binda; dela upp lånet på flera olika löptider så de förfaller vid olika tidpunkter. Sist men inte minst; bygg upp en bostadsbuffert som både täcker för ränteuppgångar och svängningar i elpriserna. Tillsammans utgör det här den tryggaste strategin för de flesta vilket gör att du förhoppningsvis kan minska den ekonomiska stressen och istället fokusera på viktigare delar i livet. I dessa dagar är det särskilt viktigt att ta hand om våra nära och kära och ägna en extra tanke åt det ukrainska folket som just nu går igenom ett ofattbart mänskligt lidande.

EKONOMISKT
med Antonio Latoracca
– kontorschef
på SEB i Örgryte





Med en helhetssyn på din hälsa...

PERSONLIG TRÄNING – FYSIOTERAPI – LPG – MASSAGE – PÖDD – SAMTALSCOACH – CRYO – FYSTRÄNING
HÄLSOPROGRAM – REHAB – FÖRETAGSTRÄNING – HLR – RADIOPROGRAM – SOCKERBEROENDETERAPEUT
WORKSHOPS – KOST COACHING – KONFERENSMÖJLIGHET – KURSER – MANUELL TERAPI – YOGA
TRÄNINGSRESOR – STYRKLYFT – FOTBOLLSKOACH – DNATESTER – PT SMALL GROUPS FÖRELÄSNINGAR
UNGDOMSTRÄNING – LIFE KINETIK – SJÄVLÄKNINGSTERAPEUT – ELITIDROTT – ANDNINGSTRÄNING

Vi har en helhetssyn på kroppen med fokus på att både kropp och själ ska må bra

www.westcoastelite.se

WestcoastElite

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. Kontakta **Hans Westberg** på **031-84 24 52** eller kom som du är!

Club Singelton

✓ Välkommen att spela bridge med Club Singelton. Vi hälsar nya spelare välkomna såväl rutinerade som mindre vana. **Torsdagar kl 18.30** spelar vi på **Lindhultsgatan 25, Dagcenter**. Vi har ingen partnergaranti men ring vår tävlingsledare Janne så kanske han kan hänvisa till ledig spelare.

Tel. 0706 756 632

Frivilligcentralen Pärlan

Danska Vägen 103 www.fcparlan.se

Gamla Redbergspojkarna

✓ Redbergspojkarna, **Uddevallagatan 14**, har öppet (helgfria) **torsdagar kl. 10-13** med fika kl. 10.30. Gamla som nya är välkomna. (Googla för Hemsidan: gamla redbergspojkar) **Tel. 031-84 56 99** (torsdagar)

PRO Kålltorp

Kålltorpsgatan 6B www.pro.se/kalltorp
✓ Möte **kl 11.00** med underhållning och information **tisdagar jämna veckor**.
Info Erik Jones **0704-78 50 36**

SPF Seniorena Björkekärr

Välkommen till Björkekärrshus!
✓ **Den 21 april:** Musik – Bingo med allsång, Vem vet mest och Bingolotto, allt specialdesignat för oss som minns 40, 40 och 60-talet.
✓ **Den 12 maj:** Drömmen om ett bättre liv. Från Fattigsverige till Amerika. Vi får berättelser om dåtidens ut- och invandring samt jämförelser med vår egen tid.
✓ **Utflykt: Den 19 maj** till Tollerød Bruksam-

hälle och Nääs fabriker. Vi får information om brukssamhälle med visning av kraftverket och Nääs fabriker. Därefter äter vi lunch på Nääs restauranger.

✓ Bridge och Canasta på Björkekärrshus på **onsdagar**.

För information ring Ann-Christin Lundblad

Tel. 073 734 57 11

SPF Seniorena Örgryte

Vi träffas i Redbergskyrkan följande **onsdagar kl. 11** till cirka 13:

✓ **13 april** berättar Ann-Catrine Fogelgren om KnappKarlsson

✓ **11 maj** får vi lära oss Konsten att äta gott och rätt. Sofia Azami berättar

✓ **8 juni** Åsa Lilliestam berättar om Krogar och busliv i Majorna.

Flera intressanta studiebesök erbjuds också under våren. Kontakta Barbro Netz:

b.netz@telia.com eller **070 660 69 77**

www.spfseniorerna.se/orgryte

Språkcafé

✓ Samarbetet mellan Röda Korset och Kulturhuset Kåken är igång igen. Vi träffas varje **onsdag kl 14.00-15.30** i bottenvåningen på Kulturhuset med en kopp kaffe och en enkel kaka tränar vi svenska för dem som behöver det. Ingen anmälan behövs.

Information Madelaine Bjärsborn Kinde

tel 0705 534 298.

MIK-Knuten

Människan i Kålltorp och Härlanda frivilligcentral/Knuten, Råstensgatan 4

Tel: 21 12 54

www.kalltorp.info/mik-knuten

Örgryte-Härlandas Träffpunkter

Välkommen till ett gott liv på äldre dar – i gemenskap med andra!

✓ **Kaggeleds träffpunkt**
Kaggeledsgatan 36 **031-365 68 14**

✓ **Lundens träffpunkt**
Danska vägen 61 A **031-365 64 27**

✓ **Björkekärrs träffpunkt**
Rosendalsgatan 10 **031-365 55 25**

RÄTTELSE

Rätt ska vara rätt: Er artikel om snapsen, där nämns att O P Anderssons och Wieselgrens gravar är på Östra kyrkogården. Det är fel. Deras gravar ligger på Stampens kyrkogård.

F.D. Kyrkogårdsanställd

Salong Nicole *Han*

Sofiagatan 6 Tel. 073-735 00 93

ALLTID BILLIGT – ALLTID BRA

Mån-Fre 10:15-18:00
Lördagar 10:15-14:00
Sönd & Helger stängt

TACK FÖR ATT NI GETT MIG FÖRTROENDE I SNART 30 ÅR!

KAMPANJ PÅ VÅRT GODA KAFFEBRÖD

ALLA FLÄTOR 39:-/st

ALLA KRANSAR 59:-/st



Erbjudandena gäller t.o.m. 30 april 2022

Marie Jerkestrands
REDBERGSGÅRDENS KONDITORI

Danska vägen 110

ÖPPET ALLA DAGAR!

www.redbergsgarden.se

Tel. 031-84 74 76



primärtandvården
BARN | VUXEN | AKUT | IMPLANTAT | ESTETIK

Trött på vänta för att få en tandläkartid?
AKUT TANDVÅRD INOM 24H



Vi bjuder dig 25-29 år som inte varit hos tandläkare på 1 år på en

GRATIS UNDERSÖKNING!

Ev. ATB dras vid undersökning

ERBJUDANDE 399:-

Vid första undersökningen mot denna voucher

Kan finansieras med ATB

Gäller endast nya patienter

Akuttandvård – boka online eller ring!

PRIMÄRTANDVÅRDEN Kaggeledstorget 1 Tel. 031-25 50 37

ÖPPETTIDER Mån-Tor 7-19 Fre 7.30-15

www.primartandvarden.se



Ivan Ivarson Såld för 2,4 miljoner kr – rekord för konstnären!



Carl Kylberg
Såld för 2,1 miljoner kr



Pablo Picasso
Såld för 280.000 kr



Stor efterfrågan på design och moderna möbler



Knut Knutson och Fredrik Blidberg
Två av Sveriges främsta experter



Ragnar Sandberg
Såld för 1,2 miljoner kr



Christian Berg
Såld för 1 miljon kr

VI KAN KONSTEN ATT SÄLJA!

Konst och design sökes till vårens auktion i Stockholm

Uppsala Auktionskammare har under 2021 sålt konst, design, smycken och antikviteter för över 397 miljoner kronor, inklusive 45 miljonnoteringar. Marknaden är glödhet och efterfrågan mycket stark!

Fantastiska resultat, ledande expertis, personligt engagemang, kraftfull marknadsföring och exklusiva kataloger gör oss till ditt självklara val vid försäljning av modern och samtida konst samt design. Inlämning pågår nu till vår kommande Internationella Kvalitetsauktion för Modernt & Samtida som äger rum 18 – 20 maj i Stockholm. Kontakta oss – vi kan konsten att sälja!

Kontakta våra experter eller besök oss på Kungsportsavenyen 41 i Göteborg.

För fri värdering och inlämning:

Fredrik Blidberg 0705 - 12 44 31
blidberg@uppsalaauktion.se

Knut Knutson 0708 - 12 12 27
mail@uppsalaauktion.se

Växel: 031 - 16 12 12
www.uppsalaauktion.se



UPPSALA AUKTIONS KAMMARE