



**SANNEGÅRDENS
PIZZERIA**

Munkeback
031-81 12 25
Munkebäcks Allé 52
Göteborg
sannegarden.com

VÄLKOMNA IN
OCH LÅT ER VÄL SMAKA!

Öppettider
Mån-Fre 10-22
Lör-Sön 11-22
Helgdagar 11-22



Sveriges bästa pizzeria – tre år i rad!

Din lokala tidning

www.ohposten.se

nr 4 ● april 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 Kaggeläddstorget 1 Tel. 031-25 50 37
ÖPPETTIDER Mån-Tor 7-19 Fre 7.30-15
www.primartandvarden.se

**Optimal
prestanda**

Mörknar snabbare.*
Ljusnar snabbare.



ZEISS
Seeing beyond

NYA ZEISS PhotoFusion X



Våra snabbaste färgskiftande glas någonsin.
■ Mörka solglasögon utomhus.
■ Upp till 2,5 x snabbare klara igen inomhus.**
■ Unikt skydd mot blått ljus och UV-strålning.

CARLBERG®
GLASÖGON & LINSER
Danska Vägen 76, Tel: 031 - 25 42 45
www.optikercarlberg.se, Öppet mån-fre 10-18

* Jämfört med föregående generation ZEISS PhotoFusion. ** Jämfört med övriga av marknadsledande produkter.



BYGGER & SKAPAR
ALLT FRÅN IDÉ TILL VERKLIGHET

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

**INVESTERA
I DIG SJÄLV!**

GYMKORT FR.
299:-
/ MÅN



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!

Munkebacksgatan 6
Tel: 031-21 52 00
Mobil 0762-67 81 10
[salong.glayol](https://www.instagram.com/salong.glayol)

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

Annonsmaterial

Attila Hein
070-228 27 36
Digitalt (max 20 MB) till:
attila@athemedia.se

Distribution

Posten

Tryck



Utgivningsplan

Varje månad (förutom juli)

ÖHP 2020

	Sista mtrl.dag	Utg. dag
Maj	Tor 12	Mån 23
Juni	Tor 9	Mån 20
Juli	–	–
Augusti	Mån 22	Ons 31
September	Mån 19	Ons 28
Oktober	Mån 17	Ons 26
November	Mån 14	Ons 23
December	Mån 5	Ons 14

★★★

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 Friggaga-
tan • Active Wellnes • Handelsban-
ken Prästgårdsängen • SEB
St. Sigridsplan • Sally Bazar på
Änäsgratan • Träffpunkten
i Kallebäck

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

redaktionen@ohposten.se
annons@ohposten.se

www.ohposten.se



HISTORISK. Adam Mellström svarade för FC Kålltorps första seriemål i division 6.

Foto: Privat

Adam visade vägen för FC Kålltorp

FC Kålltorp imponerade i sin seriepremiär. 4-1 (1-0) slutade matchen mot Chalmers SIS. Bland annat efter ett drömmål av Adam Mellström.

Regnet vräkte ner över Heden då FC Kålltorp – som bildades inför 2021 och som gick obesekrat genom sjuan förra säsongen – begick sin debut i division 6.

Varken väderlek eller motstånd kunde dock hindra FCK från att ta tre viktiga poäng.

– Vi gör det bra, framför allt starten av matchen då vi skapade åtminstone fyra riktigt heta lägen. Vi kunde haft ledningen med ett antal mål i första halvlek, säger tränare Tomas Bratt.

Nu stannade det vid 1-0 sedan Adam Mellström fått på en drömträff med högerfoten.

– Skönt. Väntat på att få till det sedan vi startade ifjol, säger mittfältaren som har ett förflutet i Qviding FIF.

Sedan Chalmers kvitterat efter paus höjde FC tempot och kunde trycka tillbaka hemmalaget.

Jesper Jörnvik skickade in 2-1 efter en lång löpning in i straffområdet, Oliver Strige utnyttjade ett motståndarmisslag och lyfte vaket in 3-1.

Slutresultatet kom sedan till efter matchens vackraste anfall. Jörnvik hittade Strige, som klackade tillbaka bollen, nytt avslut av Jesper och det var 4-1.

Tränare Bratt:

– Klart nöjd med genomförandet. En premiär innebär alltid lite extra anspänning. Sedan vet jag att vi kan ännu bättre än så här.

ÖHP

Nu kommer sommar-
blommorna till oss!



**Massor av fint för både
inomhus och utomhus**

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

Måndag-Fredag: 10-18 • Lördag: 10-16 • Söndag: 10-15 (1 Maj har vi stängt)



Nyhet från **RIEKER!**

Sportiga livsstilslinjen **Rieker Evolution!**
Innovativa skor med många funktioner och högkvalitativa material.



Sportigt och stilsäkert
till herr.

999.-



Elegant och sportigt
till dam.

899.-



Scanna QR-koden

HANDLA ONLINE PÅ JOHANSSONS.SE/RIEKER

Johanssons

- SKOR TILL HELA FAMILJEN -

Allum | Frölunda Torg | Olskroken | [JOHANSSONS.SE/RIEKER](https://johanssons.se/riecker)

Skeppsholmen

Sotheby's
INTERNATIONAL REALTY

**Fint renoverat
funkisradhus i Skår.**

Gulspargsgatan 59 | Örgryte - Skår
7 rok | 135 + 51 kvm | Tomt 214 kvm
8.250.000 kr/bud

Varmt välkommen.

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



BÅSTAD | SKANÖR-FALSTERBO | ÅRE

STOCKHOLM | GÖTEBORG | MALMÖ | HELSINGBORG

VITSIGT

med Anders Nielsen

– en ordkonstnär som bjuder goa skratt

Vitsarna i vårlig yra presenterar årets månad fyra!

Inför en arbetsam påskhelg:

- Kan en FULL TUPP ha FULLT UPP?
- Jag tänker bjuda på LAMM på påskaf-tonsmiddag!
- Tackar, jag kommer. Blir det LAMM FÅR MAN TACKA!

★★★★

– Skall du med ut och cykla på påskafton?

- Ja gärna, då blir det PÅSK-CYKLING!

★★★★

En kyckling kan väl kallas SKAL-DJUR!

★★★★

– Har ni påsar till alla PÅSKRIS?

- Nej, vi har tyvärr PÅSKRIS!

★★★★

Mycket konfekt till påskgodis i april görs i MARS-IPAN!

★★★★

Två svåra gåtor.

En gata i Örgryte: Easter-mountain-street

En ort i Småland: Easter-all-bay

★★★★

Jag vill beställa gravad LAX till en livad LAX!

★★★★

Man kan inte göra alla till LAGS!

★★★★

Sporttema: Lag EDIN vann VM i Curling i april. Hur gratulerar man lagkaptenen?

Man säger: Grattis, segern E DIN!

★★★★

I Superettan: Nu kan alla Superettanlag komma till Göteborg och njuta av UTSIKTEN!

★★★★

Angående stora problem för biobesökare i Göteborg: Nu kan man GÅ PÅ BIO!

- Ja, men man kan inte HA GOTT PÅ BIO!

★★★★

Snart är det dags att deklarera: Det är väl enda gången på året när man blir riktigt UPP-SKATTAD!

- Jag såg mej i spegeln och kunde konsta-tera att: Jag blir nog SKÖNSTAXERAD!

★★★★

Jag tappade min portmonnä på golvet och tänkte: Där föll BÖRSEN!

★★★★

Apropå partiledarbyte hos Liberalerna: VA SA BUNI?

★★★★

Ett gott råd från Handelsträdgården en vacker vårdag: KÖP SÄLG!

★★★★

Är blommorna dyra i vår?

- Kanske man kan få BLOMSTER-RA-BATT!

★★★★

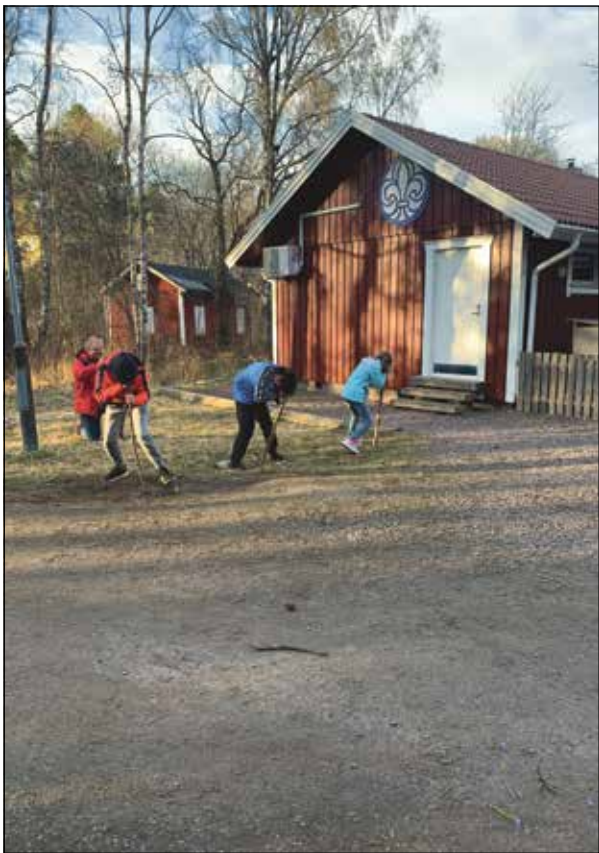
Ännu ett besök i Handelsträdgården: Hur stor rabatt får jag om jag köper hundra blomster-lökar?

- Det beror på hur tätt du sätter dom!

★★★★

Två obesvarade frågor: Varför kallas det rus-ningstrafik när alla bilar står stilla?

Varför kokar vatten vid hundra men mjölk när man vänder ryggen till?



ÅTER REDO. Björkekärns Scoutkår firar 65-årsjubileum i år. Efter några tynande år är det åter fart på aktiviteterna i föreningen. FOTO: PRIVAT

Scouterna i Björkekärr är redo igen

Alltid redo kanske ska bytas ut mot Åter redo. Efter ett antal år med allt färre medlemmar är det i dag full aktivitet i Björkekärns Scoutkår.

Scoutverksamheten infördes i Sverige i början av 1900-talet. Gymnastikläraren Ebbe Lieberath grundade 1910 kåren Riddarpojarna i Göteborg.

Så länge har inte Björkekärns Scoutkår funnits. Däremot har de verkat med valspråket ”Alltid Redo” i ett anseeligt antal år. 2022 firas 65 år sedan bildandet 1957. Bland annat med väffelstuga i den faluröda byggnaden, belägen i terrängen kring Härlan-da Tjärn. Även om just gräddandet fyller en annan och viktigare funktion.

– Stämmer. Vi har gjort det vid tre tillfäl-len under vintern och våren. Huvudsyftet har varit att samla in pengar till ett sommarläger i Norra Åsum (Kristianstad) Vi kommer även att arrangera aktiviteter, exempelvis fiskdamm

i samband med Valborgfirandet vid ”Tjär-nen” för att tjäna ytterligare medel i syfte att så många som möjligt kan åka med och delta, säger Hanna Tjörnhed

Campen som väntar i skånska snapphane-bygden pågår i en vecka (30 juli–6 augusti) heter Jamboree 22 och är en mötesplats och festival för landets scouter, som totalt är en rö-relse som uppgår till drygt 70 000.

– Bara från oss är vi ett 50-tal deltagare. Vår kår har vuxit enormt på kort tid efter att för ti-otalet år sedan bara varit ett fåtal, vilket gjorde att det fanns planer på att lägga ner verksam-heten, berättar Hanna, som varit aktiv scout sedan början av 90-talet, har ett förflutet som ordförande och idag verkar som avdelningsle-dare.

Detta i en kår som numera uppgår till 150 medlemmar i olika åldrar från åtta år och upp-åt. Många har anslutit under en tid som för ett flertal andra i föreningslivet inneburit att barn–

och ungdomar lämnat eller slutat.

– För oss har det tvärtom inneburit ett upp-sving. En stor del av det vi gör sker utomhus, vilket varit en tydlig uppmaning från myndig-heterna under pandemin. Likaså vikten av att framför allt de yngre behöver röra på sig under sin fritid.

Tjejerna och killarna delas in i olika grup-per beroende på ålder. Här finns exempelvis ”Upptäckargruppen” för fjärde- och femte-klassare. De något äldre återfinns i ”Äventyrs-gruppen”.

Då den 65-åriga kåren i Björkekärr ex-panderar kraftigt kommer ett medskick från Hanna Tjörnhed:

– Eftersom vi senaste tiden vuxit med så många nya scouter behöver vi fler ledare och det finns inga krav på tidigare scouterfarenhet. Finns det intresse ser vi gärna att fler hör av sig.

Ni behövs då kåren i Björkekärr åter är redo. **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

INSÄNT

Hej! Det är roligt att läsa Vitsigt med Anders Nielsen i Örgryte-Härlanda Posten. Har möjligen ett bidrag till lustigheterna: *Vad säger byggnadsarbetarna efter ännu en lyckad sprängning av Västlänken? – That’s dynamite!*

Anders Blomberg, Majorna

Äntligen är våren här!



Nishiki City 601

12.495:-



Nishiki Allroad gravelbike

14.995:-

Winther Superb 4 elcykel
Bosch Active line motor

31.995:-



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

SUCCÉN FORTSÄTTER!

ÅRETS PÅSKDEAL 50% PÅ 10-KORT

TECKNAS ONLINE ELLER PÅ VALFRI KLUBB MELLAN 14/4-30/4
KORTET ÄR GILTIGT 6 MÅNADER

EXKLUSIVT
ERBJUDANDE
I PÅSK!

NORDICWELLNESS



@nordicwellness

Doktor Stenström och tjälskadorna

Förra månadens krönika, som kretsade kring doktor Stenström, väckte en del uppmärksamhet i radio och följdes upp på ett intressant sätt.

Doktorn och herrskapen i Örgryte och Göteborg såg alltså till att ett sanarorium för barn kunde öppnas i det skogrika Rävlanda inom Björketorps kommun 1917.

Fritz Stenström levde 1871-1936. För att titta lite närmare på hans tid, men hålla oss inom Örgryte, tittar vi i dag på några av traktens gator, som så här års ofta hade sina tjälskador.

När tjälen gått ur marken och vårsolen sken hade många gator sådana hålor och bulor att det behövde åtgärdas, så att kärror och även enstaka fordon kunde köras där utan äventyrligheter. Tjälskador är inte lika allmänna i dag, men för bara någon generation sedan var de hur vanliga som helst och på doktor Stenströms tid nästan ofrånkomliga.

I centrala Göteborg var flertalet gator stensatta, men i delar av Örgryte – exempelvis Lunden, Kålltorp och Fräntorp – var det grusvägarna som dominerade.

Stensatta gator var givetvis av högre kvalitet, och mycket vackrare. Men även de kunde på våren visa tydliga skador av vinterns frost.

Danska Vägen och omgivande villagator i Bö var inom Örgryte kommun de mest väl-skötta. Där var stenläggningen ofta bekostad av de boende själva.

Många göteborgare vet i dag knappt var det existerar en stensatt gata, men ett antal goda och välskötta exempel finns.

Nedanför Örgryte Gamla kyrka, vid parkeringen där Danska Vägen diskret anknyter till Odinslundsgatan, är stensättningen värd att beskåda. Under vår senaste och periodvis mycket frostiga vinter har den också klarat sig utmärkt, beroende på hur väl arbetet med stenarnas underlag är gjort.

Vi kan tänka oss hur doktor Stenström i 1900-talets början från sin bostad och mot-tagning nära Korsvägen ofta promenerade till Örgryte, som han skrev sitt historiska verk ”Örgryte genom tiderna” om.

Han gick längs den stensatta Örgrytevägen, förbi landeriet Lisebergs grindar och över ån, och vandrade ibland in på Örgryte Gamla kyrkogård, där många namn ur hans bok var inhuggna på gravstenarna. Och han gästade vänner och bekanta i deras villor, men vid sjukbesök åkte han oftare droska, i synnerhet om vädret då var obehagligt.

Skötseln av Örgrytevägen var det lite si och så med. Men vad systrarna Nonnen på Liseberg mer haft ont av var hur mörk och ruggig den kunde vara under vinterhalvårets kvällar, om då lyktornas flammor helt enkelt hade blåst ut.

Fritz Stenström var länge drivande i kam-pen mot tuberkulosen. Som ordförande för Örgryte Förening mot Tuberkulos såg han år 1928 den viktiga Dispensären inrättas i det forna fattighuset (det ännu kvarstående röda trähuset) vid Stampgatans sväng, från Fat-tighusån räknat.

Men när han i tjänsteärenden begav sig till Stampen var det oftast med spårvagn. Alltså den linje som ursprungligen varit mellan Brunnsparken och Redberglid men med



STENSÄKER. Här i Danska Vägens nedersta krök ligger gatstenen trots den frostiga gångna vintern jämn och fin nedanför Örgryte Gamla kyrka. FOTO: SÖREN SKARBÄCK

tiden blev så mycket längre åt båda håll.

På fotografier från 1900-1920 ses Red-bergsvägen ordentligt stensatt. Det dåtida Olskrokstorget, Olskroksgatan, Borgaregatan och Bondegatan likaså.

Den långsträckta Danska Vägen var i lite skiftande skick men bitvis högt ansedd. För-utom kyrkorna Örgryte Gamla och Nya finns där från 1860-talet villor som byggdes för finansmännen James Jameson Dickson och Julius Lindström.

Faktiskt var Danska Vägen en grusväg även efter att trottoaren längs deras villatom-ter (Överås och Wilhelmsberg) blivit belagd med Örgrytes dittills bästa stenplattor. Dok-tor Stenström tar i del 2 av ”Örgryte genom tiderna” upp en anekdot om detta.

Stenström berättar där:

”Det var överenskommet mellan Dickson och hans granne Lindström på Wilhelms-berg, att dessa två skulle tillsammans bekosta ifrågavarande stensättning. Så reste Lindström vid ett tillfälle bort, och när han kom hem var trottoaren inte bara färdig utan Dickson hade betalat hela kalaset. Det sägs att Lindström blev stött i kanten över att inte få erlägga sin del av kostnaden, och att han därför aldrig begagnade sig av den nya trottoaren, utan vid

sina promenader från och till staden alltid höll sig ute på körbanan, hurudant väglaget än var.”

Men när ett exemplar av boken år 1924 gavs till Dicksons dotter, den då åldriga Beatrice Dickson, skrev hon i marginalen in vissa rättelser för hand. Hon skrev att det på Överås inte varit så många kungligheter på festerna som Stenström påstod, att äppelsor-terna i växthusen hette annorlunda än han uppgett – och att historien om trottoaren var henne obekant.

Hade den varit omtalad i faderns tid, skulle hon rimligen känt till den. (Boken som hon gjorde sina noteringar i förvaras av Christina Dickson som sköter släktarkivet.)

I sin Örgrytebok beskriver doktorn inte Stampen, som ju inte hörde till Örgryte kom-mun.

Men cirka trekvarts sekel före doktor Sten-ströms tillsyn på Dispensären vid Stampga-tan hade trakten en liten läkarmottagning, fungerande även som apotek, i regi av doktor Ludvig Zaar, som varit en av Göteborgs Läka-resällskaps grundare 1845.

Eftersom Zaar faktiskt även var veterinär och skötte om hästar och hundar, noterade han vid tjällossningen på våarna att hästar

allt som oftast trampade snett mellan gatste-nar som kommit ur läge. Två hästar hade haft benbrott så svåra att de behövde avlivas.

Sämst i skick i doktor Stenströms dagar kan ändå det backiga Lundens gator ha varit. Nästan fram emot 1940 förekom det i dags-pressen insändare om att Göteborgs stad efter införlivningen av trakten 1922 inte tagit sitt ansvar och gjort något åt de eländiga liderna.

1950-talet blev asfaltens stora årtionde. Detta gällde även landsvägarna. Tidningen Se hade 1950 ett bildreportage om att riksvägen mellan Stockholm och Göteborg skiftade un-derlag oräkneligt många gånger under färden. Asfalt vid städerna men annars grusvägar eller så kallat oljegrus. Påstod någon att oljegrus var ett prima steg från grus i asfaltens rikt-ning, så var åsikten allt en smula för positiv. Men från ansvariga politiker sades det så.

Under våra nutida asfaltsgator finns i som-liga fall stenläggningen kvar. Och vissa små gator var före bilismens breda genombrott av cement, på privata initiativ. (Som jämförelse med landsvägar kan nämnas att det var en ce-menterad bilväg mellan Malmö och Lund och att cementen ännu är kvar under asfalten.)

Men gatstenen...Var den alltid huggen uppe i Bohuslän?

Nej, faktiskt var Ranbergen, alltså Lun-dens berg i gamla Örgryte, en klassisk stenhuggartrakt. Spåren efter stenhuggarnas släggor på 1800-talet var på Stenströms tid fortfarande tydliga. Men efter främst den höglänta Ulfsparrerгатans färdigställande har bostadshus, lekplatser, parkeringar, gångstigar med mera raderat ut det allra mesta. (Ingen nackdel i detta.)

Efter sin död fick Stenström en gata namngiven efter sig, men det blev i Kålltorp. Alltså Stenströmsgatan, enhälligt beslutad i drätselkammaren 1936.

Stenström blev aldrig ålderstigen, för han levde i knappt 65 år. De sista fyra åren var han en någorlunda pigg bilist, inte nämnvärt hindrad av sina lindriga krämpor, då han körde till Dispensären eller på sjukbesök eller åkte med hustrun på utflykter.

Beträffande Dispensärens verksamhet, som fanns vid Stampgatan tills den flyttades till moderna lokaler i Landala 1976, kan jag nämna att även jag i min barndom var med skolklassen på Stampen för tuberkulinprov.

Man blev rispat med lite ”smitta” på överarmen. Om ens vaccin från ännu yngre barndomen då var fullgott, så blev där en öm och kliande svullnad med 2-3 centimeters diameter. Blev reaktionen inte tillräcklig så fick man en ny spruta.

Sjukdomen tuberkulos kunde vid millen-nieskiftet anses besegrad i norra Europa, men Sverige har på senare år fått tillbaka den från mer avlägsna delar av världen. Den har på sina håll, särskilt i ett antal norrländska kom-muner, börjat spridas igen via barndaghem etc. (Folkhälsomyndigheten ”följer noga ut-vecklingen”, som det vid handfallen passiviteten i politiska sammanhang brukar heta.)

Men aldrig blir TBC på nytt lika illa som på Stenströms tid, då de sjuka som högg och knackade gatsten och sågade plattor dessutom kunde få stendammslunga.

HISTORISKT

med Sören Skarback
– författare med Göteborg i fokus

Sjukvården ska styras av kompetens, inte politik

Visste du att sjukvården organiseras genom mer än 700 politiska uppdrag, bara i Västra Götalandsregionen?

Om du vill påverka din sjukvård och hur den organiseras så är det i regionvalet den frågan avgörs. Rösta på ett parti som vill lägga resurserna på undersköterskor och legitimerad personal som arbetar nära patienten i stället för på politiker och administratörer.

Vi demokrater vill ställa krav på att administrationen arbetar närmare vården och att de som verkligen kan sjukvård organiserar verksamheten. Dessutom måste personalen som vårdar patienten ha en förutsägbar lönetrappa och tjäna mer än de som väljer att arbeta administrativt. Idag är det tvärtom.

Vi vill göra skillnad i sjukvården i din region.
Sakfrågor är vår politik – även i regionen!

Läs mer på demokraterna.se

D.
Demokraterna



KLÄDSKAPARNA. Maria Widing och Fredrik Karlsson bär alltid Danseme's kläder och vill inte ha något annat.

FOTO: JENNIFER HAJDIC

Designat och tillverkat på plats här i butiken på Kobbarnas väg

Snygga, stickade plagg i klassiskt stilrent snitt med exceptionell komfort och passform i 100 procent naturmaterial, designat och tillverkat i butiken. Från garn till färdigt plagg utan mellanhänder – ett unikt koncept som du finner hos Danseme, en nyöppnad klädbutik och stickfabrik i Olskroken på Kobbarnas väg.

Vik av Olskrokstorget och in på det lugna kvarteret Kobbarnas väg, passera bageriet Cumpane, Dreja och strax därefter ser du en butik med stora fönster och exklusiv atmosfär. "MADE IN GOTHENBURG" står det på ett av fönstren. Inne i butiken möts du av en vacker, rymlig lokal med vita väggar, rustikt trägolv och stickade klädesplagg hängandes ordnade i färgskalor längs väggarna. Lounge-musik i bakgrunden. Detta är Danseme, en nyöppnad klädbutik med endast stickade kläder som tillverkas och säljs på plats.

– Vi saknade fina kläder som funkade alltid, med bra passform där materialet får tala, säger Maria Widing. Danseme's ägare, grundare och designer tillsammans med sambon Fredrik Karlsson.

Danseme är en omskrivning av titeln till en Leonard Cohen-låt, "Dance me to the end of love". "Dance me" ändrades till Danseme och det blev namnet på klädmärket.

– Det är lite så vi ser på våra plagg, att de ska dansa med en och följa en genom livet, säger Fredrik.

De har varit igång i ett och ett halvt år med företaget men öppnade butiken för två månader sedan. Båda har jobbat med design och teknik tidigare och har ett stort intresse för kläder. För några år sedan flyttade de till Lerum och fick fårhagar som utsikt, det väckte inspirationen och dragningen till får och deras ull. Nyckeln till Danseme's plagg. Allt är nämligen stickat av merinoull, 100% och ingen-

ting annat. Men plaggen är mjuka, tunna och stickade så tätt att det knappt ser stickat ut.

– Många tänker sig ulltröjor som sticksiga, tjocka och varma men vi använder tunna garn och plaggen blir mjuka och sköna att bära. De värmer men svalkar lika mycket vid varma temperaturer. Dessutom tar materialet inte lukt utan håller sig fräscht även om du har det närmast kroppen, säger Fredrik.

Han bar själv förr alltid bomulls t-shirts som han bytte varje dag. Nu kan han bära en Danseme t-shirt i två veckor utan att tvätta den. Det räcker att vädra den då och då.

– Merinoull är lättskött på så sätt att det knappt behöver skötas, bara hängas ut i fuktig luft eller i badrummet. Det räcker att tvätta ett par gånger per säsong.

Plaggen stickas på en maskin som finns bakom butiken, med en avancerad teknik som

innebär att de tillverkas i ett stycke istället för paneler som sedan sys ihop, som är det vanliga. Det innebär att plaggen inte har några sömmar, vilket ger kläder med maximal komfort och följsamhet på kroppen. Ingenting tillsätts, varken resår eller lappar.

– Komforten ska finnas med hela vägen och därför har vi ansträngt oss ända ner till detaljer som lapparna med varumärket och tvättråden. De finns inte i våra plagg, utan namnet Danseme stickas in bak på tröjorna. Tvätthanvisning och material sätts in som ett tryck på plaggens insida, förklarar Maria.

Garnerna köps in från Italien från de bästa spinnerierna och är spunnet av merinoull från får i Australien. De är tunna som sytråd och har en vacker lyster som gör plaggen levande. Så från får till färdig tröja är det endast två led

och du köper tröjan direkt från tillverkarna. Inga mellanhänder. Det innebär minimal miljöbelastning, noll prispålägg och kunden får bästa service av klädernas skapare som kan berätta om plaggen.

– Att få ta hand om allt själva för att få leverera kvalitet är just en del av vår vision, säger Maria.

Både hon och Fredrik bär alltid Danseme-kläder och vill inte ha något annat. Har man väl provat plaggen så förstår man skillnaden, menar de. Komforten och passformen är svårslagna. Plaggens klassiska snitt gör dem tidlösa och rätt för alla tillfällen, en investering för många år och så kan man alltid vara säker på att kunna köpa favorittröjan igen om den skulle bli utsliten. Alla plagg som tillverkas kan nämligen göras igen, även om de inte skulle finnas i butiken. Likaså kan kunden få plagg specialtillverkade i sin storlek om de inte redan finns, eller en annan färg. Storlekarna är Small till Large men kan vid behov göras även i Extra Small och Extra Large.

– I butiken finns ett 40-tal olika modeller och färger, från scarfar till kjolar, byxor, klänningar för dam, samt västar, t-shirts och tröjor i olika former för både dam och herr. Saknas det någon storlek eller färg så tillverkar vi det på beställning. Efter några dagar kan kunden hämta sitt specialtillverkade plagg, säger Fredrik.

Kollektionen utökas i takt med att de får nya idéer och av önskemål från kunderna. "Den klänningen skulle man haft med lång ärm", kan en kund säga. En vecka senare finns den.

– Inspirationen är ständigt att man i princip kan göra vad som helst. Vi lyssnar på folk som kommer in här och vad de efterfrågar. I slutändan ska du känna att det är fint och nåt alldeles särskilt. Känslan är det viktiga, vi gör kläderna för våra kunder.

Jennifer Hajdic



Maria Widing visar och berättar om plaggen. Hos Danseme får du bästa service direkt av klädernas skapare.

FOTO: JENNIFER HAJDIC

Danseme

- ▶ Butiken ligger på Kobbarnas väg 6.
- ▶ **Instagram:** danseme_official
- ▶ Webshoppen **danseme.se** är under uppbyggnad och startar inom kort.
- ▶ Alla plagg stickas på plats i 100 procent naturmaterial. Främst merinoull och cashmere, så småningom även lin och silke.
- ▶ **Skötselråd ullplagg:** Vädra i fuktig luft. Tvätta sällan och helst för hand, i max 30 grader. Använd ulltvättmedel. Finns att köpa hos Danseme.



IMPULSE SOFFA 4-SITS
12.995:- (REK .PRIS 19.307:-)
GÄLLER TYG OSLO, FÄRG BEIGE & GREIGE
- BEGRÄNSAT ANTAL!

SITS

10% RABATT PÅ HELA SORTIMENTET FRÅN SITS*
*GÄLLER ORDINARIE PRISER



JULIA SOFFA 3-SITS XL
FR. 19.279:-
(REK.PRIS FR. 21.421:-)



COLORADO SOFFA 3-SITS
FR. 21.632:-
(REK.PRIS 24.035:-)



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

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

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

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



Följ med på en vandring i ord och bild

För några veckor sedan var jag och min vän, Lars-Erik Säll, inbjudna till Örgryte församlings Gemenskapssamlingar i Skårs kyrka, där programpunkten denna onsdag var "Många mil i Delsjöskogen – kända och okända nedslag".

Bakgrunden var att Annika Källstrand, som är diakon i Örgryte församling, med ansvar för samlingarna i Skårs kyrka, hade läst i ÖHP om våra "vandringar och nedslag" i just Delsjöskogen.

Vi fick en förfrågan om vi hade lust att komma och prata om ämnet.

Något vi med glädje tackade ja till.

Vi välkomnades till kyrkan av Annika och den kunnige vaktmästaren Hans Björkroth.

Det skulle visa sig att ämnet lockade. Det var nästan ett fullsatt fikarum som väntade på oss.

Ja, det var inte många platser över.

Dessutom fick jag själv glädjen att träffa många kunder från min banktid hos SEB i Örgryte. Under den trivsamma kaffestunden var det ett antal "bankminnen", som flera av åhörarna berättade om.

Vi tänkte våra läsare också skulle få ta del av vår information från träffen.

Vi tog med oss gästerna på en vandring från "centralpunkten" – Skatås Motionscentral – längs "Grusåttan" söderöver, vilket bland annat gjorde att vi passerade ett antal natursköna sjöar.

Här följer några av platserna vi pratade om och visade bilder ifrån.

PÅ SPÅRET

med Stig Andersson
– som håller koll på friluftslivet för oss



1 Men innan vi tar oss till "starten", berättade vi om att det bara cirka 200-300 meter från Skårs kyrka finns ett par riktigt fina stigar ovanför Långåsberget, som bland annat bjuder på en fin utsikt över staden. Men även en riktigt härlig vildmarkskänsla, trots närheten till storstadens larm.

FOTO: STIG ANDERSSON



2 Första uppehållet på vandringen blir då vid Skatås Motionscentral. Anläggningen erbjuder det mesta av faciliteter, som du behöver, antingen du vill ta en promenad eller en joggingtur. Förutom omklädningsrum och bastu finns där ett välbesökt gym och så även en restaurang med ett antal maträtter, kaffe och kanske en macka. Alldeles framför byggnaden finns ett utegym, där du kan göra en hel del bra övningar. Dessutom finns det bra information om hur du skall utföra ett antal rörelser. Nedanför "centralen" finns "klockan", där många samlas inför träningsturen. Därifrån utgår också ett antal motionsspår - 2,5 km och 5 km (båda erbjuder elljus) samt Milen och 18-kilometaren. Alla spår är väl utmärkt. Nedanför stora gräsplanen har vi också den mycket populära Grusåttan, som man med fördel tar sig runt medsols, alltså mot Härlanda tjärn först. Även Grusåttan är elbelyst.



utrymmesbrist ta det vid ett annat tillfälle. Härondagen var vi några som gästade Bertilssons stuga och valde den klassiska drycken, varm saft och bulle. Ett besök där rekommenderas. Öppet alla dagar förutom måndag och tisdag. Du når Bertilssons stuga genom en fin promenad från Skatås längs Stora och Lilla Delsjön, en sträcka på cirka 3,5 km. Har du bil, så kör av vid Mölnlyckemotet och ta sedan Öjersjövägen. Vid Mekonomen tar du till vänster och följer vägen till grusparkeringen. Åker du kommunalt, så är det buss 512 som gäller. Den går från Korsvägen eller Lisebergstationen. Du går av vid Analysvägen, sedan en promenad på cirka 1 km.



8 Alldeles ovanför Bertilssons stuga finns det fantastiska stigar, okända för många. Bland annat finns det ett par mycket bra märkta stigar, som till exempel den Blåvita slingan (5 km) och den Rödvita stigen, som är 3,5 km. Den sistnämnda går till Sörlyckan i Sävedalen. Tar du den, så får du vandra samma väg tillbaka.



9 Om du viker av från den rödvita stigen efter ca 1,5 km och går uppför en brant uppförbacke, så står du snart vid skylten "Kott-Lasses skog". Sagan om Kott-Lasse berättade Lars-Erik hemligheten om.



10 Från Bertilssons stuga igen. Vi vände tillbaka mot Grusåttan till korsningen där vi har Kotången till vänster. Därute finner du några fina klippor att ligga och sola

på eller varför inte ta ett dopp från dem. Vår färd går till höger på Grusåttan uppför backen och fortsätter framåt. Strax kommer du till de 132 trappstegen, som leder dig upp till Västra Långvattnet. Ytterligare en fin badsjö. Där kan du också välja en stig, som leder dig fram till Östra Långvattnet. Det är bara att välja och vraka var du vill ta ett dopp eller en paus. Förresten, vid Västra Långvattnet finns både en grillplats och ett torrdass.



11 Vandringen fortsätter längs den långa raksträckan på Grusåttan till nästa sjö, "fågelsjön" Svarttjärn. Här brukar det alltid finnas många fåglar. Här finns också ett utsiktstorn där du kan blicka ut över sjön.



12 Strax är vi framme vid Härlanda tjärn. Ett mycket populärt ställe att stanna till vid. Här finns en "sommaröppen" kiosk, vattentoiletter och inte minst en bra badplats, som även är handikappanpassad, plus en hel del bra ställen att fika på eller bara koppla av vid. Dessutom är det också populärt och uppskattat att gå eller jogga runt Härlanda tjärn. Gör du det så har du avverkat ca 3,4 kilometer.



13 Vill du ge dig ut på "skattjakt"? Vem vill inte det!? Då finns det en "hemlig" plats någonstans i Delsjöskogen, där du hittar Tomtens Hus. Hittar du dit, så knacka på och hälsa på Tomten. Glöm inte att skriva din egen önskelista inne i huset i Tomtens lilla anteckningsbok.



3 Nu väljer vi Grusåttan söderöver. Ovanför backen, där vägen till Brudarebacken går, ligger Björkedalens snickeri, som tillhör Gbg kommun, Park & Natur. Ett förstklassigt snickeri, som bland annat tillverkar alla bord och stolar i Delsjöområdet, insekshotell, fågelholkar, anslagstavlor, torrdass m m. Dessutom kommer en del av virket från Delsjöskogen.



4 Backhoppning i Göteborgsområdet låter idag som en orimlighet. Men under många decennier var detta en stor och publikdragande sport i Göteborg. Publikrekordet är 10 000 vid tävlingar i Bragebacken i Slottsskogen. Hoppbacken i Hindås var också en publikmagnet under många år. Backen i Delsjön drivs och sköts av hoppsektionen i Göteborgs Skidklubb.



5 Nästa stopp blir vid Stora Delsjön, den största sjön i Delsjöskogen. Bilden visar Edsviken med TV-masterna i bakgrunden. Här finns möjligheter att sitta på första parkett och njuta av utsikten, kanske med en go' fika...



6 Vi fortsätter söderöver. Där Stora och Lilla Delsjön möts, vid de två gångbroarna - ta till höger och fortsätt till grillplatsen och torrdasset, cirka någon km. Viker du där av till höger, så kommer du strax till Svedsmossen och den nyligen renoverade, långa, spången.



7 Nästa stopp är Bertilssons stuga, välkänd för de flesta i StorGöteborg. Här finns mycket att berätta, men vi får av

Ny ägare med 20 års erfarenhet



Boka tid
och få
15%
rabatt
på hår-
behandling

(t.ex. slingor, färg
och permanent)

Boka alla tjänster
på telefon eller gå
in på Bokadirekt.

Hjärtligt
välkommen!



Erbjudandet gäller
t.o.m. 31 maj 2022

FRISYRFIXAREN

@frisyrfixaren.katja.se

Jakobsdalsgatan 13, Göteborg | Tel: 031-40 62 33
Måndag-Fredag 10-19 | Lördagar 11-16 | Flexibelt vid bokning



Välkommen till A'mon Studio

A'mon Studio välkomnar dig, din familj
och vänner till vårt helt nya café i hjärtat
av Munkeback. Njut av vår färska frukost,
utsökta lunch och trevlig fika i en kreativ
och barnvänlig miljö.



Munkeback's Alle 14
www.amonartstudio.com

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!



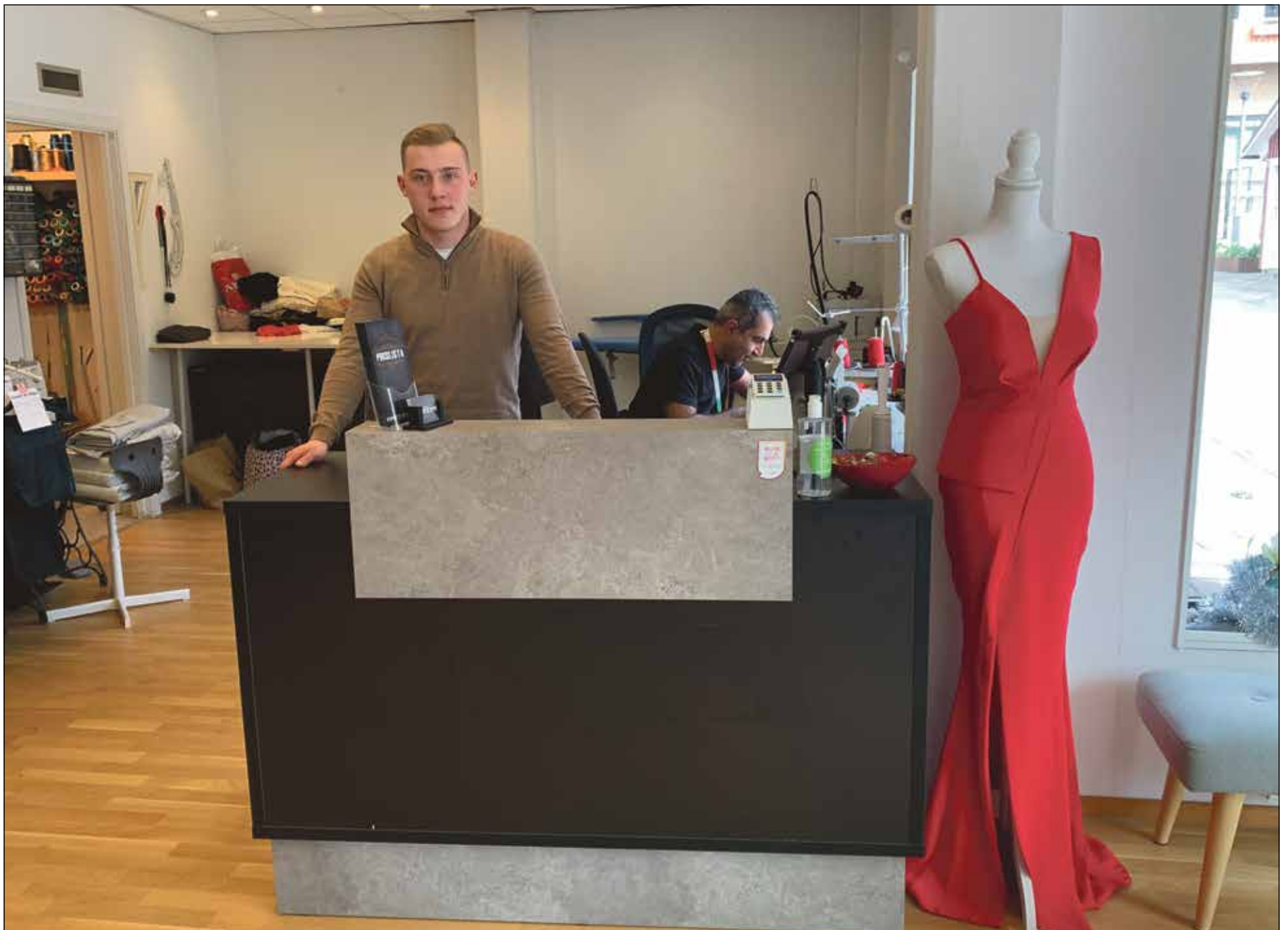
Kostnadsfri synundersökning
vid köp av glasögon. Värde 395:-

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



SKRÄDDAREN I OLSKROKEN. Oliver Pantic och skräddaren Sarwari Salahaldin i arbete.

Foto: JENNIFER HAJDIC

Oliver, 19, pluggar jobbar OCH driver skrädderiet på Olskrokstorget

Revor i kostymbyxor, för långa ärmar eller fel midjemått på nya kjolen? Det mesta går att fixa hos den skickliga skräddaren på Olskrokens skrädderi. I januari öppnade skrädderiet i ny ägo – en ung entreprenör som snart tar studenten.

Sedan 2016 har skrädderiet funnits på Olskrokstorget och tagit hand om lagningar och ändringar såväl direkt till kund som till klädbutiker. I januari tog Oliver Pantic över verksamheten och anställde en ny skräddare som är pappa till en av hans kompisar. En skicklig skräddare som kan laga riktigt krångliga skador på fint kostymbyxtyg.

– Ja, han är duktig på att göra lagningarna så diskreta att de inte syns. En kund kom in med en kostymbyxa där en liten tråd repat upp sig. Han lyckades ta bort den på något sätt och lappa innanför utan att det syntes alls. Det är svårt att ändra på så tunna byxor utan att det syns, men det kan han. Så det är alltid värt att komma hit och se om det går att laga innan man ger upp om ett trasigt plagg, säger Oliver Pantic.

Han är 19 år och går sista året på Hvitfeldtska gymnasiet ekonomiska program. Där lär han sig företagande och har ett starkt driv för

detta. Förutom att plugga på gymnasiet så har han ett bemanningsföretag, jobbar på Ica samt driver skrädderiet. Hur hinner han med allt?

– Det kan vara tätt men man får bita ihop och så får man kompromissa lite. Skrädderiet sköter sig självt, det är mest administrationen och expansionen jag håller i så jag behöver inte vara här så mycket, säger Oliver.

Expansionen går ut på att bygga samarbeten med butiker och ta hand om deras uppläggningar och ändringar av plagg som sålts till kund. Just nu har skrädderiet samarbete med vissa av butikerna Volt, MQ och Kappahl runt om i stan och det kan bli ännu fler.

– Varje dag åker jag och hämtar plaggen i butikerna, vissa har hämtning alla dagar och andra några gånger i veckan. Skräddaren gör ändringarna och jag levererar plaggen till butikerna igen. Vi har väldigt bra samarbete och alla våra företagskunder är jättenöjda med skräddarens arbete, berättar Oliver.

Han hade ingen aning om att han ville driva skrädderi förrän han genom sin bekantskap med den förra ägaren, fick lära sig om verksamheten och tänkte på affärsidén att samarbeta med klädbutiker.

– Jag kan ju inte så mycket om själva hantverket men gillar kundkontakten, bygga kontakt med personalen i butikerna. Det är kul att presentera och leverera, prata med kunderna och få alla att känna sig nöjda, säger Oliver.

Han kan också tänka sig att lära sig hantverket men än så länge kan han mest sprätta och sådana enklare saker. Däremot har han lärt sig ta tillvara på sina kläder mer och laga dem, vilket bidrar till en mer hållbar livsstil.

– Vi har ju också kunder som kommer direkt till oss och vill ha lagningar men allra mest är det företagskunder. Det vanligaste arbetet vi gör är att korta ärmar på kavajer, både från butikerna och till kunderna som kommer in. Våra flesta kunder är män i 40-årsåldern. Det kan ju vara för att de har börjat leva lite gott och kanske att man har plagg från ungdomen som man vill återuppliva och få passat, säger Oliver.

Två dagar till en vecka kan man räkna med i tid för att få sitt plagg fixat. Priserna ligger från runt 50 kronor för att laga en knapp till 150 kronor för uppläggning av byxor. Sedan kan mer avancerade jobb som byte av foder i kavajer och kappor också göras, men då blir det några hundralappar.

– Jag vet inte om folk har blivit bättre på att

ta tillvara på sina kläder genom att spara dem och laga istället för att köpa nytt, det är svårt att avgöra eftersom det alltid har varit skrädderiets syfte och det våra kunder kommer hit för. Men det är ju ändå lite lyxigt att få fixat och donat med sina plagg så det får vara nånting som kunden verkligen vill ha gjort för att de ska känna att det är värt det, tror jag. Det är oftast ens favoritplagg man vill få lagat, tror Oliver.

Han bor annars i Hagen och håller på att lära känna Olskroken.

– Det är ett toppentorg och trevligt att det är så mycket verksamheter samlade på ett ställe. Här finns inte bara de stora kedjorna utan mer privata och speciella verksamheter. Och mysigt är det om inte annat.

Olskrokens skrädderi hittar du på Olskrokstorget 12. Öppettider är måndag till fredag 10 – 18, lördag 10 – 15. Telefon: 031-718 88 89, Olskrokensskrädderi.se

Ska du ta studenten? Sök upp Olskrokens skrädderi genom Mecenat, där finns ett erbjudande på paketpris på kostym- och klänningsändringar till rabatterat pris. Erbjudandet gäller under våren.

Jennifer Hajdic

VÅRFEST & LOPPIS I OLSKROKEN

LÖRDAG 14 MAJ 11.00–15.00



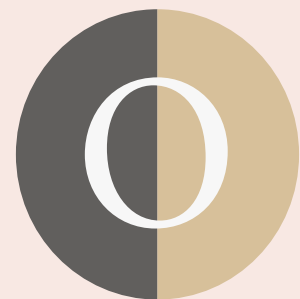
Se mer på vår
Facebooksida!
@olskrokengbg



- **Sommarunderhållningen** besöker torget med ett underhållande scenprogram
- Besök vårt **vårtält med fröplantering** för alla barn
- **Orienteringspromenad** i området med start och mål i vårtältet. Deltagarpris till alla!
- Fiska hållbart i vår **fiskedamm**
- Fynda bland **loppisborden** på torget
- **Popcornvagn**
- Fina **erbjudanden i butikerna**

SCENPROGRAM:

- 11.00 **Gretchen** – dagens konferencier inleder
- 11.15 **Longkalsong** (barnshow)
- 12.00 **Smoke Ring Sisters**
- 13.00 **LE Brixmark & New Holland Band**



OLSKROKEN

EN ÄKTA GÖTEBORGSK BLANDNING



Arrangeras av GöteborgsLokaler i samarbete med Olskrokens företagarförening och Bostads AB Poseidon

Förvaltas av GöteborgsLokaler – vardagsnära torg i hela Göteborg.



ANTIBES

– en av de vackraste städerna på franska rivieran

Avslappnat strandliv, blomstrande hamn med superlyxiga yachts som är, marknader och den bedårande vackra gamla stadskärnan från 300-talet. Här ringlar sig smala gränder som i en labyrint in för stadsmuren.

Det är den äldre delen man som besökare ska bry sig om.

Här kan man ströva runt och njuta av atmosfären. Mysiga små torg och charmiga små restauranger finns det gott om.

Färgerna på husen går i ljus pastell och havet glittrar blått och turkost.

Jules Verne och Evert Taube hittade ofta sin inspiration till sitt skrivande i denna vackra stad. Inne i gamla stan, i Grimaldiborgen, finns Picassomuseet som rymmer en stor och imponerande variation av konstnärens verk. Museet invigdes 1966, 20 år efter att Picasso spenderat långa perioder här och på andra platser på franska Rivieran.

Att han blev så förälskad i Antibes är det många som förstår och kan relatera till. Det är en härlig, livfull, romantisk och vacker plats.

Gyllene stränder

Kustlinjen som sträcker sig från början av Antibes till slutet på Juan-Les-Pins är ca 23 km lång varav 7,5 km är sandstrand.

Det finns väldigt många stränder att besöka.

Den mest fotograferade stranden heter Port de l'Olivette Beach Cap d'Antibes. Det är en liten bukt med vackra och färgglada små fis-

kebåtarna som ligger precis intill. Vattnet är kristallklart och stranden är en mix av sten och sand. Hit ska man komma tidigt på morgonen för att få plats.

Plage de la Gravette är stranden mitt inne i Gamla Stan. Perfekt för ett svalskande dopp eller för att spendera en eftermiddag med picknick och petanque eller cricket.

Juan-Les-Pins

I Juan-Les-Pins finns också ett flertal härliga stränder, Beach Clubs och strandrestauranger. Denna stad sitter numera samman med Antibes. Det är enkelt att vandra, cykla eller ta bussen mellan städerna. Medan Antibes är mer uppbyggt för sina lokalinvånare är Juan-Les-Pins mer än turiststad med designbutiker, restauranger och nattklubbar som lever upp endast under turistsäsongen maj – september.

Cap d'Antibes

Cap d'Antibes är en halvö som sträcker sig ut i havet från Antibes och här finns lyxiosa villor insynsskyddade av ståtliga cypresser. Sedan 1800-talet har den vackra naturen och avskildheten lockat mängder av aristokrater, artister, författare och andra fabulöst förmögna. Guy de Maupassant, Claude Monet, Dorothy Parker, Ernest Hemingway och F Scott Fitzgerald för att nämna några få.

Det mest extravaganta här ute numera är världskända Hotel du Cap Eden Roc. Under Cannes filmfestival är hotellet packat med celebriteter, och många har en egen svit de åter-

vänder till under året.

Här gäller det att hålla solglasögonen på för att smälta in.

Jazzfestival

Sedan 1960 har Antibes och Juan-Les-Pins gått ihop för att en gång om året arrangera en stor och prestigefylld jazzfestival a la New Orleans under 2 veckors tid.

Latin Jazz, Jazz-rock, modern jazz, blues, electro och till och med gospeljazz.

I La Penede-parken på Boulevard Edouard Baudoin kan man hitta över 50 handavtryck av kända legender som uppträtt genom åren.

Pink Floyd, Stevie Wonder, Eddie Louise, Ray Charles, BB King och många fler.

Scenen ligger väldigt vackert intill Medelhavet och bidrar till en stämningsfull atmosfär.

Matmarknad och absint

Varje dag mellan kl 06 på morgonen till ett på eftermiddagen är det marknad. Vandra runt under den vackra järnkonstruktionen och köp stora knippen färska örter och burkar med kryddor, provsmaka mögelostar och dofta på lavendeloljor.

Strax intill finns en annan känd institution och den är mer livlig framåt eftermiddag och kväll.

Absinthe Bar är väldigt autentisk och här serveras en stor variation av absint till tonerna av jazzig pianomusik.

Restauranger

Mat och gastronomi spelar en huvudroll för Antibes kultur och det dagliga livet här. Det finns något i denna stad för alla smaker och plånböcker men gemensamt är att all mat lagas med kärlek.

Hälsosam, smakrik och färgstark mat. Lokallodlade frukter och grönsaker, färsk fisk och traditionella rätter på lamm och kikärter. Oliver och olivolja finns med på alla menyer.

Bakom oansenliga små dörrar i Gamla stan

kan man hitta Michelin-krogar och familjära små brasserie.

Le Broc en Bouche är ett exempel. I denna pytte lilla bistro serveras fantastiskt god fransk mat och känslan som infinner sig är att man är på besök hos en kär vän.

Le Figuier de Saint-Esprit är ett annat bedårande alternativ och med en Michelin-stjärna. I ett litet gårdshus i gamla stan med en vacker vinterträdgård serveras lokala läckerheter av högsta klass.

Aktiv semester

Cykla, vandra, surfa och paddla kajak är några av aktiviteterna som är populära i detta område nästan året om.

Tennisälskare bör inte missa Mouratoglou Hotel & Resort ca 20 minuter in i landet i Sophia Antipolis. Tennisakademin anses vara en av världens bästa. Spela på en av de 16 tennisbanorna, träna på gym, gå en runda golf, spela padel, simma några längde och njut av maten och omgivningarna.

Res och bo

Till Antibes kan man resa året om men maj – september är det oftast väldigt härliga temperaturer.

Direktflyg går till Nice från Arlanda och Köpenhamn.

Från Nice kan man ta tåget eller en taxi på ett väldigt smidigt sätt.

All typ av boende finns att hitta här. Allt från privata villor och lägenheter till lyxiosa resorts och chika boutiquehotell.

Eller varför inte hyra en superyacht med egen skeppare och crew för en vecka eller två och åka runt bland övriga jetsettare och celebriteter?

RESE TIPSET

med Marlene Kettill
på resebyrå byKettill
www.bykettill.se



"Marie Delleskogs varma, lågmälda
och otvungna gestaltning gör att historien
får liv och egenvärde" DN

VAR ÄR MIN MAN?

När det otänkbara händer

Nypremiär 2 maj Foajébaren

Av YLVA LÖÖF Bearbetning och regi CARINA M JOHANSSON

Med Marie Delleskog

Spelas endast
2, 9 och 16 maj!

Biljetter 031-708 71 00
www.stadsteatern.goteborg.se

 Göteborgs
Stadsteater

 VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Minska smärtan och bli starkare.

Hos oss får du en personlig rehabplan med
aktiviteter och träning. Så att du kan må
bättre och bli starkare.

Sök rehab direkt utan att gå via vårdcentral.
Det går även att träffa oss online.

Hitta din mottagning och boka tid på
narhalsan.se

Närhälsan

 Vårdval
Rehab

AGNETA BANKS BALETTSKOLA

Ännu en fantastisk elevuppvisning avklarad i regi av Agneta Banks Balettskola!

Vill du vara med på nästa års elevuppvisning, eller börja redan nu på försommarkursen?

agneta.bank@telia.com
www.barndans.nu
0738-09 51 11

Svenska sjöräddare smiter från jobbet.

Tack alla arbetsgivare som låter våra sjöräddare släppa allt för att rädda liv till sjöss när larmet går. Läs mer på sjoraddning.se



SJÖRÄDDNINGSSÄLLSKAPET

Vi har 90-konto och kontrolleras av Svensk Insamlingskontroll.

KÖPER – SÄLJER – RENOVERAR MATTOR



Före fransning



Efter fransning

"Bästa mattaffären!"

**REZA'S
MATTOR** Etab 1970

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



KASTA LOSS! Efter två tunga pandemiår är Maritiman äntligen redo för en fullskalig säsong igen.

FOTO: MARITIMAN

Maritiman gör sig redo för en fullskalig besöksäsong

Efter två säsonger med krav på begränsat besöksantal kan nu kulturarvet och fartygsmuseet Maritiman äntligen kasta loss ordentligt igen. Från och med 2 april välkomnas nyfikna besökare ombord upplevelsemuseet, som i väntan på sommaren har helgöppet hela våren. Dessutom håller Maritiman sedan vanligt öppet under påsklovsveckan, med ett späckat dagsschema - perfekt för de yngre matroserna.

Lagom till att solen och värmen har gjort entré har nu fartygsmuseet Maritiman i Göteborg öppnat för en ny säsong.

Sedan den 2 april är det populära upplevelsemuseet redo att dra ut landgångarna igen, och välkomnar från och med då vårens alla besökare ombord på lördagar och söndagar under april och maj.

– Vi har laddat upp med havsdjurspysel, intressanta fartygs- och sagovandringar och sedan finns vår spännande basutställning "Livet under ytan" tillgänglig för alla besökare. Fika hittar man

i vanlig ordning ombord vårt flytande kafé Matrosen, och avnjuts bäst på färjans tak med vacker utsikt över alla våra fartyg, säger Emelie Leetmaa, marknadschef på Maritiman.

Utöver helgerna är även den efterlängtda arrangemangsbokningen i gång igen. Allt från barnkalas till skraddarsydda event går att boka, både för företag och privatpersoner.

– Det känns jättekul att äntligen kunna välkomna alla våra härliga besökare hit igen! Vi ser fram emot en säsong utan

restriktioner på Maritiman och vi har många spännande och intressanta aktiviteter på gång under säsongen framöver, avslutar Emelie.

Biljetter till Maritiman köps med fördel online via hemsidan (maritiman.se) eller vid Maritimans entré.

Maritimans fartygsflotta är ett flytande kulturarv, väl förankrat vid Packhuskajen. Följ med på en resa genom en svunnen epok med hjälp av visningar, audio guider och utställningar. Varje dag finns ett program fyllt av barn- och familjeaktiviteter. Missa inte ett besök i havslabbet, en gofika på Matrosen samt barnens favoriter Virvelina och Tim. Välkommen ombord Göteborgs maritima upplevelsemuseum och låt oss kasta loss mot en värld full av äventyr och nya upptäckter!

ÖHP

Naturhistoriska firar 100 år i Slottsskogen – med jubileumsäng

2023 firar Göteborgs naturhistoriska museum 100 år i Slottsskogen, vilket redan den 6 april nästa vecka kommer att uppmärksammas genom en äng, som blir en av flera kommande jubileumssatsningar. Tillsammans med museets pedagoger kommer skolklasser från Lilla Samskolan, Skytteskolan och Brandströmska skolan att så en blomsteräng, full av vilda växter som gynnar den biologiska mångfalden. Firandet sker tillsammans med Park- och naturförvaltningen och ingår även i projektet Så vilda! som drivs av Botaniska trädgården.

Museets uppdrag är att sprida kunskap och inspirera till nyfikenhet vilket innebär att ängen blir en viktig del av arbetet med museets jubileumsarbete inför 2023.

– Att tillsammans med aktörer från Västra Götalandsregionen och Göteborgs stad plantera en äng för att visa på vikten av biologisk mångfald är viktigt i en tid där den biologiska mångfalden är hotad genom mänsklig aktivitet, säger museichef Stefan Örgård.

Genom att barnen får vara med och skapa ängen är tanken att de då även får lära sig mer om samspelet mellan växt och pollinatör, men också om vikten av biologisk mångfald och vad de själva kan göra för att bidra till att viktiga insekter trivs.

– Kanske lyckas vi även bjuda in elever som inte varit i Slottsskogen eller på museet förut. Då kanske de hittar hit igen



Prästkrageäng mitt i grönskan.

FOTO: ELLINOR SMEDERÖD

och tar med familj och vänner, säger museets pedagoger Maria Carlson och Ola Brusehed, som hoppas att projektet på så sätt kan sprida kunskap om ängens betydelse och de insekter som lever där.

Slottsskogen har en lång historia av ängsskötsel, men idag finns ett ökat behov av att anlägga ängar på stadens grönytor eftersom pollinatörer ska få möjlighet att trivas även i stadsmiljö.

– Jämfört med en klippt gräsmatta

så låter vi ängens växter blomma så att det blir nektar och pollen åt insekterna. En del insekter, så kallade specialister, är väldigt kräsna i sitt val av pollen och de besöker bara vissa växter. I en äng finns det generellt många olika växter och därför kan det också finnas många specialister av insekter i ängen, förklarar Mattias Lindholm, naturvårdare på Göteborgs naturhistoriska museum.

Specialisterna är särskilt utsatta eftersom de är så beroende av att just deras växt finns tillgänglig. Idag är därför många specialister hotade.

En äng består främst av fleråriga arter, vilket gör att det ofta tar lite tid för den att växa sig stark. För att det ska finnas något för insekterna redan i år på museets äng kommer fröblandningen som används av skolklasserna även innehålla ettåriga arter, så som klätt och vallmo. De fleråriga arterna kommer börja blomma nästa år, i tid till museets 100-årsjubileum.

Växterna i ängen kommer låtas blomma klart och bilda fröer innan de slås, vilket innebär att ängen kommer bli tätare och tätare för varje år. Ängen förväntas vara helt färdig om fem år med ökad biologisk mångfald och surrande pollinatörer som resultat.

ÖHP



EXTRAPRIS!

DELIKATESS SMÖRGÅSTÅRTA

♥ Fyllning: Västviksallad ♥ Mimosasallad ♥
♥ Garnering: Räkor ♥ Skinka ♥ Ost ♥ Ägg ♥ Grönsaker ♥

350:-

6-bitars

Ord.pris 410:-

Erbjudandet gäller t.o.m. sista maj 2022

Marie Jerkstrands
**REDBERGSGÅRDENS
KONDITORI**

Danska vägen 110 ÖPPET ALLA DAGAR!
www.redbergsgarden.se Tel. 031-84 74 76

The Brilliant Choice

REASONS TO PRESENT MAUIBRILLIANT™ OVER POLYCARBONATE

- 1. Exclusive Technology:** Combines the patented Maui Jim PolarizedPlus2® color-enhancing lens technology with proprietary material design.
- 2. Clarity:** MauiBrilliant™ has an Abbe value of 56, almost the same as glass (58). While Polycarbonate has an Abbe value of 30.
- 3. Lightweight:** MauiBrilliant is the most lightweight Rx'able optical quality lens material ever released, and it's about 20% lighter than Polycarbonate.
- 4. Impact Resistant:** MauiBrilliant is just as strong as Polycarbonate and exceeds all ANSI impact standards to ensure your patient's eyes are protected.
- 5. Solvent & Scratch Resistant:** Standard optical lens cleaners can be used on MauiBrilliant while Polycarbonate often can be damaged by solvents.

- 6. Reduced Stress:** MauiBrilliant shows no stress in frames or at drill points and therefore is Maui Jim's preferred material for drill mounts.
- 7. Availability:** MauiBrilliant is available in plano and prescription and all frontside lens treatments; it's also compatible with any frame material. Polycarbonate is only available in bi-gradient and is not recommended for drill mounts or Acetate frames.
- 8. Customer Satisfaction:** MauiBrilliant's versatility, reliability, and availability adds quality, accuracy, and speed to Maui Jim prescription sunglass orders. Maui Jim has minimal returns due to scratches and coating issues. Customers appreciate the clarity and quality of their visual experience while wearing MauiBrilliant lenses, resulting in strong brand loyalty.

Onsdag 4/5 kl. 14.00-18.00
kommer vår representant från
Maui Jim med hela solkollektionen.

Passa på att köpa riktigt bra solglasögon inför våren och sommaren. Går också att få slipade med din egen styrka.

Välkommen in på mingel hos oss på Synsam Munkeback!

Vi erbjuder:
Synundersökning | Tryckmätning
Ögonbottenfotografering | Tårfilmsundersökning
Kontaktlinsundersökning | Bågisning
Glasögonabonnemang | Linsabonnemang | Solglasögon
Synfältundersökning | Körkortstest

 **SYNSAM**
MUNKEBÄCK

MUNKEBÄCKSTORGET 1
TELNR: 031-25 45 45

Mathildas café – en mötesplats i vardagen

Varje onsdag förmiddag slår Mathildas café upp sina dörrar i Sankt Pauligården, alldeles intill Redbergsplatsen. Caféet startade mitt under pandemin – och här är gemenskapen och samtalet det viktiga.

– Det här är ett öppet café med fokus på gemenskap som vänder sig framför allt till daglediga under 65. Jag månar mycket om människor som fallit mellan stolarna och har upplevt att det saknas mötesplatser för dem, menar Kristina "Kicki" Bengtsson.

Kicki är diakon i Sankt Pauli församling och driver Mathildas café. Hon säger att det finns mötesplatser för personer med psykisk ohälsa – men det är inte säkert att man definierar sig som psykiskt sjuk om man till exempel går igenom en depression eller är långtidssjukskriven. Därför kan det vara svårt att hitta rätt.

– Här sätter vi inga sådana stämplatser – man är välkommen oavsett om man ser sig höra till någon viss kategori, säger Kicki.

Det var mitt under pandemin som caféet startade. När vädret var fint dukades borden då utanför kyrkan. Idag träffas vi inomhus. Fikat är vanligtvis ganska enkelt, det är mötena och samtalen som är det viktiga. Men denna onsdag i påskveckan är fikat förstärkt med både sill och påskgodis. I köket finns Britta och Lisbeth som hjälper till ideellt.

Hit kommer människor när det pas-sar. Vissa stannar längre, andra en kortare stund. Samtalet kan handla om vädret och livet – och allt där-mellan. Idag kommer en del av samtalet att kretsa kring ord och ordens betydelse. Varifrån kom-mer egentligen ordet "lumpen"? Och vi funderar på nya ord som vi lärt oss under pandemin, som "coronahundar" och "coronafris-er".

– Den här mötesplatsen är en bra start på min dag, berättar en besökare. Jag har bör-jat ställa klockan varje onsdag!

Mathildas café har fått sitt namn efter Mathilda Sällström. Hon var den första för-samlingsanställda diakonissan i Göteborg och arbetade här i området, som då tillhörde Gam-lestadens församling, under åren 1889-1915.

– När vi letade efter ett bra namn på caféet



Mathilda Sällström.

kom vi att tänka på henne. Det berättas om henne att hon gjorde ett gediget jobb – och det är häftigt att hon var verksam just här, tycker Kristina.

På den tiden fanns ingen hem-sjukvård, och en viktig del av dia-konissans arbete var just sjukvård i människors hem. Och omsorg om människor som på olika sätt har det tufft är fortfarande en viktig del i Kickis och andra dia-koners arbete idag – även om inte just sjukvårdsbiten är i fokus.

– Det som jag tycker är så roligt med caféet är att många som hittat hit har en inter-nationell koppling. De kommer från Island, Norge, Kroatien – nu senast hade vi besökare från Ukraina som hittade en annan gäst som kunde tala ukrainska. Och många gäster bju-der i sin tur med sig andra. Att besökarna ska få känna sig sedda är ett viktigt mål för mig, avslutar Kicki.



MED FOKUS PÅ GEMENSKAP. Britta, diakon Kicki och Lisbeth öppnar dörrarna till Mathildas café.

FOTO: KAROLINA BRAUN



Karolina Braun

Sankt Pauligården vid Redbergsplatsen.

FOTO: KAROLINA BRAUN



Björkekärr scoutkår växer

Vill du ha en aktiv och rolig fritid? Då är du välkommen att bli en del av vårt glada ledargäng! Inga förkunskaper krävs, vi hjälper dig med introduktion och utbildning. Viktigast är att du har rätt attityd och har hjärtat på rätt ställe. Vill du veta mer?

Kontakta
therese.franberg@bjorkekarrscoutkar.se
eller gå in på www.bjorkekarrscoutkar.se

Nya bostäder uppe på vindar i Bö och idéer i Skår och Bagaregården

Östra Centrum – så kallas i fastighets-annonser allt oftare trakterna kring Sankt Sigfrids Plan.

Man framhåller med rätta hur attraktiv stadsdelen Bö är. På senare tid har också Lunden, Bagaregården och Skår räknats till dessa centrala delar av vår tätande stad.

Många fler lägenheter kommer i år och i synnerhet också under 2023 att byggas, utan att det nödvändigtvis byggs fler hus i områdena.

Vindar, källare och förråd byggs allt of-tare om till bostäder. Detta görs av bostads-rättsföreningar – och av allmännyttan.

Exempelvis jobbar planarkitekt Emily Eidevåg på Stadsbyggnadskontoret nu

med en planändring, som officiellt har rubriken:

”Ändring av detaljplan för inredning av vind vid Påskbergsgatan, Jakobsdalsgatan och Jättegrytsgatan inom stadsdelen Bö.”

Det gäller där ett kvarter av hus från cirka 1930.

Jämfört med perioden 2014-2021 har svenska kommuner under våren varit lite mer restriktiva då det gällt ansökningar att avveckla och bygga om skyddsrum till bo-städer.

Men vindar och källare utnyttjas allt mer. Somliga, som för semestrarna haft kanoter, tält och campingutrustning i sina vindsförråd, har fått utrymme och förvara sina saker på annat håll.

Alice Radomska



BLIVANDE LYX? Det blir lägenheter på vindar i Bö, men för tidens ombyggare finns lokaler av intresse även i Lunden, Bagaregården och Skår. FOTO: ALICE RADOMSKA

Valborg

vid Härlanda Tjärn

Nu firar vi Valborgsmässoafton vid Härlanda Tjärn igen!

Livemusik

Fear of Sleep

Mix 4 You

DJ's i pauserna

Evenemanget startar 17:00

Brasan tänds 20:00

Café, lotteri, grill
hoppborgar och
mycket annat

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



goteborg.se



Göteborgs
Stad



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



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

Närhälsan

Pengeliden – och de tre postrånen!

Det skulle man sett, hur korna vallades på Kålltorps gator till sina betesmarker. Ända in på 1930-talet var det visst, sa Nettan.

– Mitt namn är Teddy Paunkoski, sa radion.

– Jo du, instämde jag med Nettan.

Gärna korna på 30-talet, men ännu hellre såg jag väl postryttaren på 1850-talet.

Vi satt vid fikabordet, egentligen det stora skrivbordet innanför samlingarna i nostalgihallen i det forna brukssamhället Göta, fem mil norr om stan. Vår kompis Roffe doppade ännu en finsk pinne i kaffet och tog till orda:

– Postryttarna och även större transporter med häst och kärra drog förbi alldeles här utanför dörren. Tja, kåken fanns ju inte då, men grannkåken är långt över tvåhundra år och var ett värdshus, ett skjutshåll där ryttare eller kuskar bytte till utvilade hästar, precis halvvägs mellan residensstäderna Göteborg och Vänersborg.

– Var det dramatiken vid en sån transport, men vid Danska Vårdshuset vid Redbergsplatsen, åt Änäs vägen, som Sören Skarback skrev ett skådespel om? funderade Nettan.

– Nej, sa jag. Pjäsen som spelades uppe i Redbergsparken för tjugo år sen skrev Inger Duberg efter ett kapitel i Skarbacks bok ”Örgryte i flydda dar”. Och ”Pengatransporten” som pjäsen hette hade handling från 1700-talet, medan postrånen här i Göta ägde rum i mitten av 1800-talet. Det är skyltat vid stigen in i skogen var rånen ägde rum.

– Stämmer gott, bekräftade Roffe.

Radion spelade den odödliga ”Rose Garden” med Lynn Anderson (som dock avled 2015).

Nettan hade tillfälligt ställt sin kaffemugg ovanpå radion, inte helt slätt då den balanserade på en halvt nedtryckt knapp för P4. Jag kände mig lättad när hon lyfte sin mugg därifrån, tog sig en klunk och ställde den på bordet:

– Posten från Göteborg fraktades förr av bönder från Torpa Sörgården i Örgryte, va? Enligt avtal till en by i Angereds socken, där andra tog vid och förde den till Lerum, eller?

– Det där, som gällde post åt Jönköping och Stockholm, var mycket tidigare, rättade jag. Post norrut, till Vänersborg eller till Karlstad och Falun, fördes på samma sätt ut på Steenvägen, alltså föregångaren till Stampgatan, som borta vid det forna barnhemmets röda träkåk ännu gör den skarpa kröken åt norr. Men efter Redbergsplatsen tog man Änäs vägen vidare norrut.

Nettan funderade:

– Här i Göta red alltså ryttaren förbi, knappa tio meter ifrån var vi sitter, flämtade hon. Jag vill se skylten in i skogen där postrånen skedde! Jag vill se den platsen!

– Och det kan ni göra med mig Teddy Paunkoski och all vår go’a musik här i P4 Jötteborg hela resten av förmiddan, sa radion. Snart kommer också vår hemlige gäst och berättar hur sköj det var att växa upp i Gamlestan med rättorna kring dassen på gården.

– Denne Teddy, always ready, skrockade Roffe med viss beundran.

– Okej, vi går dit, det tar inte mycket mer än fem minuter till rånarbacken, sa jag till Nettan, som därmed kvickt steg ur tofflorna och tog på sig jacka och boots.



RÅNARBACKE. Här i kanten av orten Göta, som på 1800-talet hette Hanström, minner träskylten vid skogsvägen om tre brutala postrån.

FOTO: ALICE RADOMSKA



HUGGET I STEN. Trafikskylt från 1847, ställd enligt en kunglig förordning från 1830. Västsverige har endast ett litet fåtal sådana milpålar av sten kvar i dag.

FOTO: ALICE RADOMSKA

Utanför vår dörr har vägen ända sedan 50-talet varit asfalterad, ingen gropig sandväg som på postryttarnas tid. Men när den bortom korsningen går vidare in förbi Brukshundklubben och den bortersta villan, övergår asfalten snart i det grövsta grus.

– Den var mycket smalare på 1800-talet, nästan bara en stig, sa Roffe.

– Inte hur smal som helst. Man körde ju även kärror på den, invände jag. Speciellt i samband med värdetransporter. Tänk hela lass med guld- och silvermynt.

– För all del.

Tvåhundra meter till... Och så dök den lilla träskylten med sin mörkt inbrända text upp under en fur:

”PENGELIDEN, Här har tre postrån utförts år 1851, 1854 och 1861”, sa skylten där skogen allt mer tätade kring den uppåtvridande grusbacken in i vildmarken.

Vidare kunde där läsas:

”Posten fraktades med häst och kärra mellan Göteborg och Vänersborg.”

En kraxande skata uppe på en ledningsstolpe försökte låtsas att den i fornstora dagar varit en korp. Kanske kunde den lurat oss in i svunna tider, om inte en avlägsen motorsåg hade brummat, på sitt nutida manér.

Nästan som i flydda dar kom emellertid en ung ryttarinna på ett mörkt sto från LERK (Lilla Edets Ridklubb) klapprande förbi. Hästskorna lät så klapprigt som den varierande mängden grus tillät, ovanpå den hårda kalla lerjorden där i skuggan.

– Vad heter hästen din?

– Tiffany.

– Vad vacker, vad hon glänser, suckade Nettan. Ni är säkert flera som turas om att rykta henne.

– Jovars, sa flickan stolt genom rosa tugggummi.

Roffe, Nettan och jag vandrade tillbaka till en påtår i vårt hus. Radion välkomnade oss med den pigga manliga rösten utlovande:

– Nu hör jag att hemlige gästen är i antågande och blir här vid micken – endast i Radio P4 Jötteborg inom två, tre minuter. Så håll er kvar vid apparaterna, gott folk, med tills vidare Elvis Presley och mig som heter Teddy Paunkoski.

Till ett rent och mjukt gitarrkomp vädjade Elvis i skivspåret från 1956:

”Love me tender, love me sweet, Never let me go. You have made my life complete, and I love you so.”

– Apropå Änäs vägen förr, sa Roffe. Minns ni när...

– Nej, det MINNS vi verkligen inte.

– Men låt mig tala till punkt! Minns ni att Bo Nordström, den förste reporter som Radio Göteborg anställde vid starten 1977, huserade vid Änäs vägen.

– Jodå, sa jag. Vi var där från Redbergsbladet, kring 1990, och intervjuade honom

– Men flest år var lokalradion i Radiohuset vid Delsjövägen, tills några år innan man rev och byggde bostadsområdet Örgryte Torp med gatorna namngivna efter göteborgska radio- och TV-profiler – Myggan Ericson, Sonya Hedenbratt, Åke Falck...

Nettan funderade fortfarande på skjutshåll – krogar och stall – för postgångens skull:

– Utanför Göteborgs vallar, när man inte skulle in utan skulle förbi, så var det alltså Stigbergets värdshus i väster och Redbergs krog, Danska värdshuset vid Redbergsplatsen i öster som gällde. Måtte varit liknande utanför varenda stor stad i hela Europa ju.

– Absolut, sa jag tvärsäkert. Och väster om Londons citykärna var ju Bayards Watering Place med brunn, stall och värdshus kring år 1400 en sån plats. Alltså stadsdelen där flertalet svenska turister numera hamnar på hotell.

Roffe såg lite vilsen ut, så jag fortsatte lika självsäkert:

– Kära gamla Bayards Watering, där hästarna drack vatten, karlarna drack brännvin och kvinnorna drack öl. Visst har vi alla varit där, men i moderna tider förstås, mitt emot Hyde Park.

– Bayards Watering, grubblade Roffe. Nää, du. Vete tusan om jag vart där. Har aldrig hört talas om stället, ska du veta.

– Klart att du har. Klaaart att du har. Men genom århundradena har namnet Bayards Watering liksom förkortat sig självt till Bayswater.

– Bayswater, log Nettan förvånat. Men popidolen från 70-talet som äger en flott frisersalong där, vad är det nu han heter? Hjälp mig, vad är det han heter? Han som är så känd, så känd.

– Jag heter Teddy Paunkoski, sa radion.

– Engelbert Humpendinck, svarade jag.

BETRAKTELSER

av Alice Radomska
– författare
och konstnär



SKOLABB

**Supertunna ortopediska
hålfotsinlägg**

nu 1600:-

Ord. pris 1900



SKOLABB Friggagatan 29 (svingeln)

031-155380

Var. 10-18, Lör. 10-14

www.skolabb.com

**HANDBOLLS
LIGAN**

SHE GE ALLT. ALLTID.



**VI NÄRMAR OSS SEMIFINAL
OCH FINALER**

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

PARTILLE arena

50% rabatt i halva butiken



TIN TINO

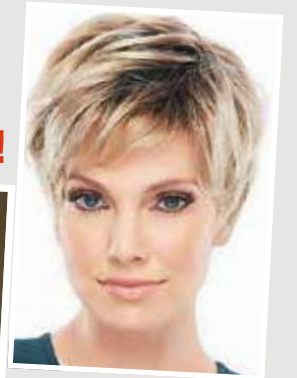
Aschebergsgatan 30

Tisdag-onsdag-torsdag 11:00-18:00

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. 25 maj 2022

Salong Hårfiness

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



EXPRESS BYGG

Vi bygger med kvalitet

Pålitlig byggfirma för din renovering

Har du tankar på att fixa ordning hemma? Kanske renovera köket, kakla om i badrummet eller måla om sovrummet. Om du kontaktar oss på Express Bygg AB, kan vi erbjuda dig professionell hjälp med ditt bygge! Vår långa erfarenhet av byggbranschen har gjort att vi kan erbjuda dig som kund, alla sorters renoveringsarbeten. Du får alltid en gratis kostnadsförslag, innan du bestämmer dig för att anlita oss.

Har du frågor eller funderingar kring ett byggprojekt, är du alltid varmt välkommen att höra av dig till oss. Vi kommer göra vårt bästa för att hitta den lösningen som passar bäst för dig.

Hinderbanan 2, Göteborg
Tel: 073-724 46 76 • E-post: ati_m40@yahoo.com

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@jojens.se • www.jojens.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 maj
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.

Stressa av!

I skrivande stund är vädret magiskt: varmt, stilla, fridfullt och samtidigt fullt av liv med fågelsång och humlesurr, ja perfekt vårväder. Jag brukar inspireras av vädrets olika skiftningar och i detta fantastiska väder går mina tankar till hur lätt det är att känna sig lugn och harmonisk.

Våra liv kan precis som vädret skifta från kyla och dvala till värme och sjudande liv. Samtidigt är vädret bara yttre omständigheter som påverkar men inte kan påverkas. Allt vi kan göra är att förhålla oss till det som händer.

Förmågan att förhålla sig på ett sätt som är bäst för oss är en vardagsutmaning som vi alla behärskar mer eller mindre väl. Att bibehålla ett inre lugn och harmoni är eftersträfvansvärt, men inte helt lätt i vardagens olika plikter och uppgifter och allt fler drabbas av känslan att inte längre orka med eller att gå i väggen.

Jag vill gärna dela med mig av en strategi som hjälper mig när jag känner mig överväldigad och stressen gör sig påmind. Här kan bilden av vatten hjälpa. Tänk dig en sjö, alldeles

spegelblank. När vatten är blankt blir det ofta alldeles klart och vi kan se botten. När vattenytan krusas blir samma botten osynligt. Stress gör samma sak med oss, vi förlorar förmågan att se klart och allt känns plötsligt grumligt. För att återställa stillheten gör jag följande:

► **Andas.** Det är faktiskt lättare sagt än gjort att andas rätt. Ju mer stress vi känner desto ytligare tenderar vår andning att bli. Det resulterar i att det blir syrebrist i hela systemet. Kroppen reagerar och upplever fara och allt ställs in på flykt. Gör då följande: ta några riktigt långsamma, djupa andetag som fyller både buken och lungorna, där revbenen får ge plats till all luft, och försök hålla andan ett ögonblick innan du andas ut igen. Tänk dig att du andas i en fyrkant. Andas in på fyra sekunder, håll andan i fyra sekunder, andas ut fyra sekunder, håll andan fyra sekunder osv. Allteftersom du blir lugnare kan du öka tiden. Man kan säga att andningen stillar vår "inre vattenyta".

► **Rör på dig.** När vi upplever stress är det viktigt att vi inte sitter kvar i stressen. Res dig upp, gå ett par steg, hoppa upp och ner eller ännu bättre skaka på dig. En gasell som just undkommit att fångas av ett jagande lejon



skakar bort stressen och traumat som den just upplevt och kan snart gå vidare med sitt idisslande. Vi är inte vana att skaka på oss, men det kommer naturligare om vi sätter på en skön låt och skakar loss. Det är därför vi mår så bra av att dansa.

► **Ta ett ögonblicks** tankemässig time-out. I stället för att hela tiden försöka styra tankarna lyft upp hakan (det stimulerar andningen), rikta blicken högt upp, långt framför dig eller bara blunda (fortfarande med huvudet höjt), och bara var en stund. Var närvarande i stunden, lyssna till dina egna andetag, känn hjärtat slå, ta in alla intryck av ljud, dofter, temperatur, allt som händer runt omkring dig helt värderingslöst och ofiltrerat. Det bara är, likasom du bara är. Inget vilar hjärnan så mycket

som att låta tankarna flyta förbi som små vita fluffiga moln. Ena stunden är de där, nästa är de borta. De är varken bra eller dåliga, viktiga eller oviktiga. De bara är.

Du behöver inte vara stressad för att göra dessa tre övningar. Ta för vana att göra dem regelbundet och då menar jag dagligen, hehe. De tar ju inte så lång tid men de är både förebyggande så att du inte upplever stress lika lätt, och korrigerande om du väl blivit stressad. Håll koll på din "inre vattenyta" och njut av dess skönhet.

LIVSCOACHEN

Alexandra Tittus
– din personliga strateg och bollplank



KYRKFÖNSTRET

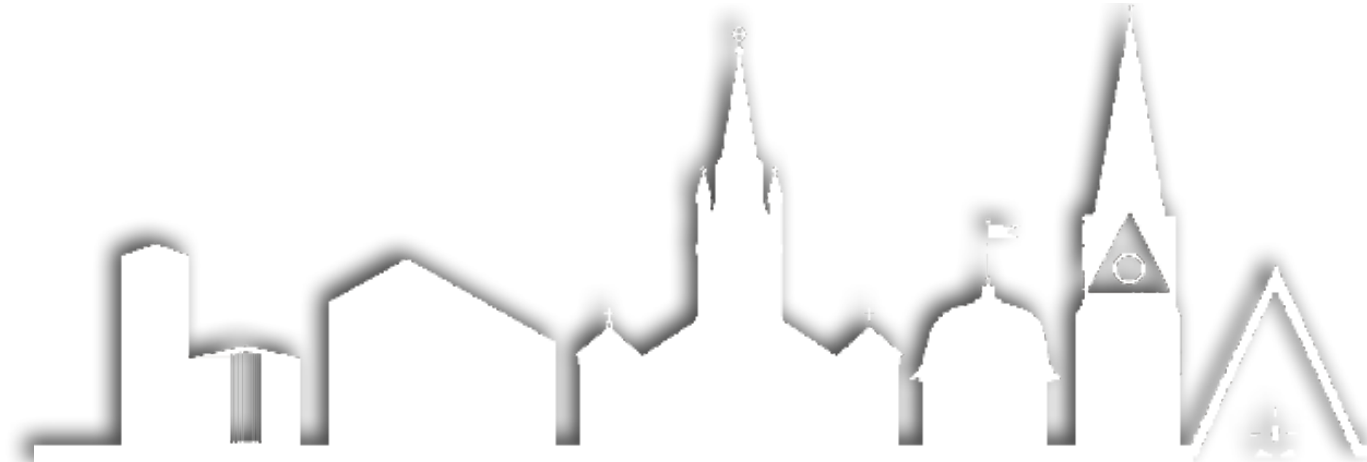
annons@ohposten.se

Björkekärrs kyrka

Gudstjänst: Högmässa söndag kl 10.30.
Familjegudstjänst: Söndag 8/5 kl 15.
Veckomässa: Tisdag kl 19.
Morgonbön: Tis-Fre kl 8.30
Middagsbön: Onsdag kl 12.
Musik: Söndag 22/5 kl 18: Musikgudstjänst med gospel, köreerna Inspirit och Joy med komp.
Sopplunch: Onsdag kl 12.

Härlanda kyrka

Härlanda kyrka öppen mån-fre 9-16 och sön 10-14.
Gudstjänst: Söndagsmässa kl 11. Små och stora gudstjänst 1/5.
Kvällsmässa: Ons kl 18.30 med efterföljande bön och samtal.
Morgonbön: Tors 8.45
Musik: Söndag 1/5 kl 18: Musikalen "Jakten på den förlorade psalmskatten". Härlanda Discantus, Härlanda Diskant- och Gosskör, Härlanda Barnkör II m.fl.
Sopplunch & Sångkuren: Onsdag kl 11.45.
Fredagsmys – en samling för barn i förskoleålder och vuxna – fredag 20/5 kl 16.30.
Föredrag: Söndag 8/5 kl 18: Internationell utblick: Att vandra för klimatet – och andra motståndshandlingar för jordens skull. Diakon Annika Spalde. Tid för fika och samtal.



Sankt Pauli kyrka

Gudstjänst: Högmässa söndag kl 11 – direktsänds även på www.sanktpauli.se och i närradion 94,9 MHz och oftast även på Youtube.
Middagsbön: Mån, tis, ons och fre kl 12.
Mässa: Torsdag kl 12.
Aftonsång – kvällsgudstjänst med bibelförklaring sön 1/5 kl 18.
Minikyrka i Sankt Pauligården ons 27/5 kl 10.
Musik: Middagsbön med lunchmusik onsdag kl 12.
Söndag 15/5 kl 18.00 i Sankt Pauligården:

Vårsoaré. Vårsånger och tårta med Sankt Pauli kyrkokör.
Mathildas café: Onsdag kl 10.30-12.
Gemenskapsträff: Tis 35 kl 11.

Skårs kyrka

Gudstjänst: Gudstjänst/mässa söndag kl 11.
Gudstjänst med små och stora: Sön 22/5 kl 11.
Gemenskapsträff: Ons udda veckor kl 13.

Örgryte gamla kyrka

Bön för fred: Lördag kl 18.

Örgryte nya kyrka

Gudstjänst: Gudstjänst/mässa söndag kl 11. 27/3 "Mässa för alla". Reflexmässa torsdag kl 18.
Musik: Söndag 1/5 kl 19: Vårkonsert. Mässa och orgelmusik av Claes-Wilhelm Rendahl, vokalmusik och vårsånger. Örgryte kyrkokör, Erland Hildén.

Örgryte församlingshem

Sopplunch: Tisdag kl 12.
Gemenskapsträff: Ons jämna veckor kl 13.

fjällmansbegravning fjällmansjuridik

I tre generationer har Fjällmans ombesörjt begravningar i Göteborg. Det kan inte nog betonas hur viktigt det är att ni som anhöriga får det precis som ni vill ha det.

Värme, trygghet och omtanke in i minsta detalj.

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
Högsbo

Lerum
Lundby

Majorna
Torslanda

Sävedalen/
Partille

Västra Frölunda
Mölndal

www.fjallmans.se

Välkommen vår!

Nu ser vi ljuset igen när naturen åter väcks till liv!
Våren är en bra tid att upptäcka sin närmiljö, städa ur och sortera, hitta nya gemenskaper eller sätta av tid för stillhet. Här kommer några vartips till dig!



”*Den blida vår är inne,
och nytt blir jordens hopp.
Ny fröjd får varje sinne,
nytt liv får varje knopp.*

PSALM 197

Vårpromenad

Frisk luft, värmande sol, vacker fågelsång och nyttig motion, allt i ett? Välkommen att promenera tillsammans!
Tisdagar kl 13.30–14.30 och fredagar kl 10–12. Vi utgår från Frivilligcentralen Knuten på Råstensgatan 4.

Du kan också göra en vandring mellan pastoratets sex kyrkor, ensam eller på egen hand. Du hittar karta på www.svenskakyrkan.se/orgryte/vandra



Loppis

BAKLUCKELOPPIS 21/5 KL 10–14

Fynda och sälj på Härlanda kyrkplan. Kyrkan är öppen med levande musik. Vi serverar också korv med bröd och härbakade kakor.
Vill du sälja? Boka plats för din bil på harlanda.forsamling@svenskakyrkan.se. Du kan också hyra bord och klädstång till en liten kostnad om du t.ex. inte har bil. Bokningsavgift är 100 kr för alla. Avgiften går direkt till Världens barn.

GRATISBUTIKEN

Frivilligcentralen Knuten, Råstensgatan 4.
Onsdag 13–16, lördag 10–12.

Mötesplatser

SOPPLUNCH

Björkekärrs kyrka ons kl 12.
Härlanda kyrka ons kl 11.45.
Örgryte församlingshem tis kl 12.

MATHILDAS CAFÉ

Sankt Pauligården ons 10.30–12.

FRIVILLIGCENTRALEN KNUTEN

Öppet hus för vardagligt varmprat måndag–torsdag 13.00–16.00, Råstensgatan 4.

Stilla dag

Att i all enkelhet lämna jäkt, stress och krav under några timmar, är något många längtar efter. Välkommen till en Stilla dag i **Sankt Pauli kyrka 14/5 kl 10–13** med mässa, stillhet, meditation och fördjupning. Det finns möjlighet till personliga samtal. Välkommen!



Hjälp till Ukraina

Kriget i Ukraina fortsätter. Varje lördag kl 18–19 är Örgryte gamla kyrka öppen för **Bön för fred**. Välkommen in!

Stötta gärna **Act Svenska kyrkans** arbete på plats i Ukraina. Swisha din gåva till **900 1223**. Märk gåvan "Akut".

Kontakta gärna oss
för frågor eller bokning
av dop, vigsel
& lokal!

Musik

JAKTEN PÅ DEN FÖRLORADE PSALMSKATTEN

Musikal av Karin Runow. Härlanda Discantus, Härlanda Diskant- och Gosskör, Härlanda Barnkör II, musiker och solister, Birgitta Mannerström-Molin, dirigent.
Härlanda kyrka söndag 1/5 kl 18.

VÅRKONSERT

Mässa och orgelmusik av Claes-Wilhelm Rendahl. Vokalmusik och vårsånger. Örgryte Kyrkokör och Erland Hildén.
Örgryte nya kyrka söndag 1/5 kl 19.

VÅRSOARÉ

Vårsånger och tårta tillsammans med Sankt Pauli kyrkokör under ledning av Mikael Holmlund.
Sankt Pauligården söndag 15/5 kl 18.

MUSIKGUDSTJÄNST MED GOSPEL

Körerna Inspirit och Joy med komp under ledning av Jan och Christine Jidsen.
Björkekärrs kyrka söndag 22/5 kl 18.



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

VAR VÄNLIG TEXTA!

TELEFON:

MÅNADENS ROS

**Skicka in din ros till
annons@ohposten.se**

EKONOMISKT

Dags att välkomna ett nytt ränteklimat

Efter vinterns rekordhöga elräkningar har våren mottagits med breda prisuppgångar på bland annat drivmedel och livsmedel som tillsammans gröpt ur hushållens plånböcker. En inflation som överraskat på uppsidan har nu, efter ett decennium av extremt låga räntor, väckt liv i ett nytt ränteklimat. Stigande boräntor står för dörren och för dig som bolåntagare är det viktigt att både stresstesta plånboken och förbereda dig för det nya normala.

Många hushåll har under vintern haft rekordhöga elräkningar men dämpat sin oro i tron om att de höga elpriserna är övergående. Men sen dess har dels Ukrainakriget fått ekonomiska efterföljder i form av höga energi-, drivmedels- och livsmedelspriser. Dels har företagen som överlevt två år av pandemi och kämpat med kraftiga produktionsstörningar nu börjat vältra över stigande produktionskostnader till högre slutpriser för att ta igen förlorad mark. Den sammantagna effekten är att priserna nu stiger på bred front i ekonomin och inflationen ligger på den högsta nivån sedan början på 90-talet. Ett inflationsklimat som för många är helt främmande i en historisk kontext och som gröper ur hushållens köpkraft.

En hög inflation är ofta ett tecken på överhettning i ekonomin och Riksbanken, vars mål är att hålla inflationen runt 2 procent, kan använda styrräntan (reporäntan) för att kyla ner inflationen. Enligt Riksbankens senaste prognos ligger inte det i korten för när mot slutet av 2024. Men senaste tidens

inflation som överraskat på uppsidan har fått flera av Riksbankens direktionsmedlemmar att indikera att räntehöjningen kan komma betydligt tidigare än så. I väntan på nästa räntebesked (i slutet av april) förväntar sig hushållen, enligt vår senaste Boprisindikator, att reporäntan kommer att ligga på 1 procent om ett år vilket ska ses som ett tydligt tecken på att hushållen har räntebotten i backspeglarna. Vår bedömning är att Riksbanken höjer reporäntan först i slutet av 2022 för att därefter höja ytterligare tre gånger för att i slutet av 2023 hamna på en repo-ränta på 1 procent.

Reporänta i alla ära men vad händer med boräntorna? Det man som bolåntagare bör ha med sig är att högre boräntor tillhör det nya ekonomiska landskapet. Det är förstås omöjligt att i nuläget veta exakta nivåer men att förbereda sig för boräntor på minst det dubbla från dagens nivåer är högst sannolikt. Det kan låta dystert men bo-

räntor på mellan 3–5 procent är i en historisk kontext fortfarande låga. Därtill har många hushåll rekordsparat de senaste åren och därmed byggt upp buffertar för att hantera stigande boendekostnader. Flera år av kraftigt stigande bostadspriser har dock genererat rekordhöga skulder som gör att även mindre ränteuppgångar kan få betydande genomslag i hushållens plånböcker.

dig med konomi

ch din privata

ids Plan. Du kan också
kontakta 5019@seb.se
nmen!

S|E|B

När det kommer till räntestrategin är det viktigt att känna till att olika boräntor påverkas i olika utsträckning och i olika takt. De längre löptiderna påverkas mer av framtida ekonomiska utsikter, inflationsförväntningar och långa marknadsränder. Dessa har alla varit på uppgång under en längre tid vilket redan i höstas fick bundna boräntor att stiga. Det är en utveckling som i närtid ser ut att hålla i sig och därmed fortsätta pressa upp boräntor med längre löptider. Den rörliga 3-månadersräntan styrs däremot i högre utsträckning av Riksbankens



agerande. Det innebär att så länge Riksbanken inte höjer reporäntan så kommer gapet mellan bundna och rörliga räntor att växa sig större. För många hushåll innebär det att det extremt fördelaktiga läget att gå från rörligt till bundet är på väg mot sitt slut. Privatekonomiska beslut är dock högst individuella och det är de egna ekonomiska förutsättningarna som bör styra. För hushåll med små marginaler eller hushåll som värderar tryggheten av att veta vilka räntekostnader man kommer ha framöver finns fortfarande goda argument till att binda delar av sin räntekorg. Oavsett räntestrategi så bör den fortfarande utgå ifrån boende- och livssituation, en sund amorteringskultur och ett kontinuerligt sparande för att rusta sig för det som kan komma att bli ett ansträngt privatekonomiskt år. Med en långsiktighet i privatekonomin kan du med ro välkomna ett nytt ränteklimat.

EKONOMISKT

med Antonio Latoracca
– kontorschef
på SEB i Örgryte





MEJ EN HELHETSSYN
PÅ DIN HÄLSA...

PERSONLIG TRÄNING – FYSIOTERAPI – LPG – MASSAGE – PODD – SAMTALSCOACH CRYO – FYSTRÄNING
HÄLSOPROGRAM – REHAB – FÖRETAGSTRÄNING – HLR – RADIOPROGRAM – SOCKERBEROENDETERAPEUT
WORKSHOPS – KOST COACHING – KONFERENSMÖJLIGHET KURSER – MANUELL TERAPI – YOGA
TRÄNINGSRESOR – STYRKLYFT FOTBOLLSOACH – DNATESTER – PT SMALL GROUPS FÖRELÄSNINGAR
UNGDOMSTRÄNING – LIFE KINETIK – SJÄLVLÄKNINGSTERAPEUT – 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 SENIORERNA BJÖRKEKÄRR

Välkommen till månadsmöte på Björkekärrshus!

✓ **Den 12 maj:** Drömmen om ett bättre liv. Från Fattigsverige till Amerika. Roger Bodin tar oss med på emigranternas färd för infriande av sina drömmar om ett bättre liv. Vi får berättat för oss om dåtidens ut- och invandring och jämförelser med vår egen tid. Kaffe och smörgås.

✓ **Utflykt: Den 19 maj** åker vi till Tollered Brukssamhälle och Nääs fabriker. Vi får visning av kraftverket och Nääs fabriker med information om brukssamhället. Därefter äter vi lunch på Nääs restaurang. Avresa med buss från Stabbetorget klockan 11, beräknad återkomst 16. Pris för allt, 350 kronor/person.



Anmälan senast 5 maj.

✓ Bridge och Canasta på Björkekärrshus på onsdagar.

För information ring **Ann-Christin Lundblad** **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**



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



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

Salong Nicole Hon & 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!



Helene Schjerfbeck
Såld för 7,6 miljoner kr



Carl Wilhelmson
Såld för 2 miljoner kr



Carl Milles
Såld för 2,3 miljoner kr



Nils Dahlin, rokoko
Såld för 18 miljoner kr



Helmer Osslund
Såld för 7,6 miljoner kr



Carl Larsson
Såld för 3,1 miljoner kr



Anders Zorn
Såld för 8,6 miljoner kr

VI KAN KONSTEN ATT SÄLJA!

Hög tid för inlämning av konst och antikviteter

Till vår kommande Internationella Kvalitetsauktion för Klassiskt som äger rum 15 – 16 juni i Stockholm söker vi konst, antikviteter, möbler, silver och smycken. Nu är det hög tid för inlämning – ta chansen och sälj till rekordpriser!

Fantastiska resultat, ledande expertis, personligt engagemang, kraftfull internationell marknadsföring och ett stort nätverk av köpstarka kunder gör oss till ditt självklara val vid försäljning av konst och antikviteter.

Kontakta oss eller besök vårt kontor på Kungsportsavenyen 41 i Göteborg.

För fri värdering och inlämning:

Fredrik Blidberg 070 - 512 44 31
blidberg@uppsalaauktion.se

Knut Knutson 070 - 812 12 27
knutson@uppsalaauktion.se

www.uppsalaauktion.se



UPPSALA AUKTIONSKAMMARE