

BAKOM VAR FEMTE bostadsaffär som görs i Sverige står Svensk Fastighetsförmedling. Vi har gjort ekonomin, juridiken och det finstilta runt ditt boende till våra specialgrenar. Så söker du bästa läget, välj den mäklare som är expert lika mycket på botrygghet som på boende. Välkommen till vår bobutik på Redbergsplatsen!



SVENSK 
FASTIGHETS
FÖRMEDLING

TEL 031 21 49 00. WWW.SVENSKFAST.SE

Din lokala tidning

www.ohposten.se

nr 6-7 • juni/juli 2018

Örgryte & Härlanda POSTEN



primärtandvården
BARN | VUXEN | AKUT | IMPLANTAT | ESTETIK

**AKUTTANDVÅRD
INOM 24 TIMMAR**



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

Tandblekning
– nu endast
1.995 kronor!

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

Akuttandvård – boka online eller ring!

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

www.primartandvarden.se

**SKÖN
SOMMAR!**

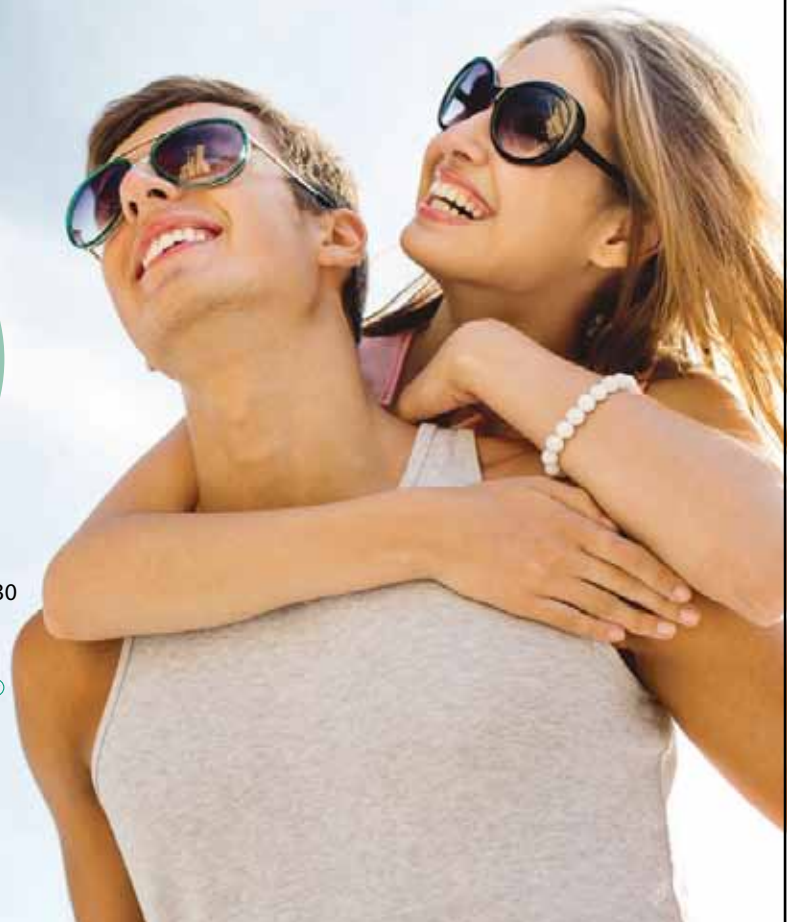
ENKELSLIPADE
SOLGLASÖGON
FRÅN
1995:-

PROGRESSIVA
SOLGLASÖGON
FRÅN
3995:-

PS: I sommar har vi
semesterstängt v. 29-30

CARLBERG®
GLASÖGON & LINSER

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



SKOLABB.com



Ortopediskaskor
Hålfotsinlägg nu 1500:-

Har du problem med
Hälsporre
Ryggvärk
knävärk



Vi tillverkar ortopediskahålfotsinlägg efter avgjutning
Friggag. 29 (Svingeln) Tel. 155 380

**VI ÄLSKAR
TRÄNING!**

GYMKORT FR.
349:-
/ 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

Astra Tech Implant System® EV

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



Glaxol
Salong

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

FÄRG | SLINGOR | PERMANENT | HÅL I ÖRA/NÄSA

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





Juli	–	–
Augusti	17	27
September	19	27
Oktober	17	25
November	16	26
December	5	13

MiK-Knuten i Kålltorp laddar för hösten

MiK-Knuten är föreningen MiK och frivilligcentralen Knutens gemensamma mötesplats. En mötesplats för alla, med verksamheter och intressegrupper som skapas genom ideellt engagemang. Det innebär en plats för människor, föreningar, intressen, behov, ideellt arbete och lokalt engagemang. Ett slags "folkets hus" där du kan hitta volontäruppdrag, delta i grupper, utveckla aktiviteter, lära känna dina grannar, få nya vänner och nätverk. Besökare och deltagare skapar innehåll utifrån behov, intressen och färdigheter. Det är gratis och deltagarstyrt. "Så enkelt, så bra, så borde alla få ha det!" som någon sa.

Vill du starta en ny aktivitet eller vill bli volontär – hör av dig!

Vi finns på Råstengatan 4 i Kålltorp – hemsida: kalltorp.info/mik-knuten

Vi som samordnar här i år heter Anne Marie och Cathy. Verksamheten stöttas av Örgryte-Härlanda SDN, Social Resursförvaltning Göteborg, Renée Falck/Kålltorps förvaltning och Föreningen Människan i Kålltorp. Fler partners är önskvärt, välkommet och värdefullt. Huvudman för Knuten är Örgryte pastorat.

Här är en del av det du kan välja att göra

MÅNDAGAR

✓ Diskussionsklubben 10.00-12.00

Var med och prata om aktualiteter, samhälle, förändring, resor i världen, företeelser, trender, historia m.m. Kontaktperson Agneta Drop-in, men ring för ev. ändrad tid.

✓ Ett självständigt liv 13.00-14.30 Sluten grupp. Kontaktperson: Rebecka A

✓ Ukulele på lätt nivå 13.00-14.30 Start 3/9

För dig som provat Ukulele och har lust att spela i grupp. Kontaktperson Inger. Obs. anmälan.

✓ Bouleträffen 13.30-15.00 Spela lite boule och fika med friskvårdsklubben. Kontaktperson: Daniel. Drop-in!

✓ Stickkafé i Kålltorp 18.15-20.30 Start 18/8 Drop-in och varmt välkomna!

Stick ut, stick hit & sticka med oss, alla välkomna! Kontaktperson: Ann.

✓ Martinus kosmologi 19.00-21.00 En studiegrupp kring Martinus tankar, texter och symboler. (arr MiK) Kontaktperson: Helena. Obs. anmälan.

TISDAGAR

✓ Fritt broderi och sömnad 10.00-12.00 Start 4/9

Kom och inspireras, lär dig, delta i workshops, ta med eget material

eller leta här!

Kontaktperson: Rose-Mari.

✓ Lev i nuet med mindfulness

10.00-11.30 Start 14/8

Samtal och övningar i mindfulness.

Kontaktperson: Cathy. Drop-in!

✓ Ukulele utan gränser 13.00-

15.00 första tis/mån Start 4/9

För vana Ukulelespelare. Kontaktpersoner: Siv och Inger

✓ Livsyoga 13.00-14.00 Start 4/9

Lätt avslappnande yoga för bättre andning och rörlighet. Kontaktperson. Ledare: Carina.

✓ Bokcirkel 18.30-20.30 sista tisdagen/månad Start 28/8

Massor av prat om massor av böcker. Kontaktperson: Ingrid. Obl. anmälan.

✓ Bagaregårdens spelmanslag 18.30-21

Här spelas med stråkar och fioler helt på gehör. Kontaktperson: Thomas

ONSDAGAR

✓ Italienska 10.30-12.30 Start 12/9

Glad konversationsgrupp för dig som kan lite grann. Kontaktperson: Gert

✓ Liv i Kålltorp 13.00-15.00 jämna veckor Start 5/9

Nu och förr, berättelser, foton, studiebesök m.m. Här kan hända

mycket, kom in och ge förslag! Kontaktpersoner: Göran och Gunnel Drop-in, välkomna alla!

✓ Skrivargrupp 13.00-15.00 jämna veckor Nytt!

En skrivargrupp där var och en utgår från sin livsberättelse. Kontaktperson: Inger.

✓ Lyrikträffar 18.00-20.00 sista ons/mån Start 29/8

Läs, inspireras, skriv, lyssna, reflektera. Kontaktperson: Margareta.

✓ Quipus musikgrupp 18.00 - 21.00 Start

Härlig latinamerikansk folkmusikgrupp som gärna uppträder.

Kontaktperson: Carlos

✓ Grill & schackkvällar i Solrosparken 17.00 - 20.00 aug-sept

Lars och Per m.fl. håller i grillkol och schackbrädor. (arr MiK)

TORSDAGAR

✓ Skapande verkstad 13.00-15.30 Start

Sticka, virka eller återbruk av olika material och tekniker i kreativ anda. Kontaktpersoner: Ann-Sofie och Jennifer. Drop-in!

✓ Livsstegen- 12 steg till inre hälsa 12.00 - 14.00 Start i sept

En samtalsgrupp för oss som vill reflektera kring vår väg i livet och existensiella hälsa utifrån Olle Carlsons bok Livsstegen. Obl. intro den kl 12.

✓ Kålltorps schackklubb, 17.00-21.00 okt-dec

Kontaktperson: Per m.fl. Kom och prova, både nya och vana, små och stora. (arr MiK) Drop-in!

FREDAGAR

✓ Skogspromenader alt. Utflykter 10.00- Start 1/8

Alla kan vara med i sitt tempo, vi delar upp oss efter behov och fart. Stavar, snälla hundar och barnvagnar är också välkomna. Kontaktperson: Anne Marie m.fl. Drop-in!

✓ Sopplunch ca 12.00 - 13.00- prel Soppälskande kockar sökes!

Vegetarisk soppa (laktosfri) och fika serveras efter promenaden. Helst anmälan!

✓ Gröna matlaget! kl 17 Vill du laga vegetarisk mat och äta tillsammans

med oss? Kontaktperson: Lotta. Obs. anmälan!

SÖNDAGAR

✓ MiK's textilgrupp – fr. kl 12 – 18

Jämna veckor

Kontaktperson: Eva. Obl. Anmälan!

✓ Fritt måleri i harmoni 18.00-21.00 Jämna veckor

Träffas för att inspireras och utveckla ditt eget måleri! Kontaktperson: Kicki Drop-in!

Dessutom:

✓ Kålltorp Kan – musikkafé! Vissa fredagar från kl 18. Kom och visa vad du kan, lyssna på lokala talanger och mingla med dina grannar. Kommande: 5 oktober (Arr Elisabeth i MiK)

✓ Galleri Knuten visar: Månadens konstnär Ordspråksbroderi v 39 kom och häng, kom och se, hör av dig om du vill ställa ut!

✓ Coaching med Cathy – ett stödjande samtal kring nya beslut och tveksamheter, förändringar och funderingar kan bokas på onsdagar. För mer info och bokning ring 0722-05 41 61

✓ Odlingsgruppen i Solrosparken! Odla i låda är kul, här har du chans att få kryddor och potatis, blommor eller grönsaker att växa på lätthanterlig yta. Kanske testa vinterodling i år?

✓ Cykelskola för vuxna 18:00-20:00, två dagar i veckan under augusti-september. Här behövs volontärer!

✓ Bo ihop medlemsmöte då och då. Nyfikna som vill veta mer om denna nya form av kollektivboende är också välkomna!

✓ Pysseldagar för alla åldrar

✓ Husråd och volontärträffar

✓ MiKs styrelsemöten 1a onsdagen/mån kl 18

✓ MiKs parkloppis i september – hjälp till att sälja och baka!

✓ Världens barn gala med Härlanda församling – Här behövs volontärer till marknad m.m.!

✓ Högläsning på äldreboende – Här behövs volontärer!

ÖHP

De samlar in namn för en buss till Delsjön

272 underskrifter för att få en busslinje till Delsjön. Det blev resultatet av första dagens kampanj.

– Många var verkligen positiva och kom med kommentarer som "det här har jag väntat på", berättar Roland Dahlström.

Det är socialdemokraterna i Härlanda som har tagit initiativet till protestlistorna. De kommer att samla in namn under sommaren – både på plats vid Delsjön och digitalt – och sedan lämna listorna till Västtrafiks politiska ledning i början av hösten.

– Vi hoppas att den här frågan ska komma upp på bordet. Det är helt sjukt att ensamstående föräldrar utan bil måste köra barnvagn två kilometer upp för branta backar för att kunna

bada med sina barn, säger Roland Dahlström.

Delsjön besöks av en miljon människor per år. Det gör badet och friluftsområdet till en mer populär attraktion än Scandinavium.

– Tänk dig att alla som vill se en hockey-match skulle behöva gå två kilometer för att komma in på matchen. Det skulle inte ta mer än två minuter så skulle det gå en busslinje dit, fortsätter Roland Dahlström.

Stadsdelsnämnden i Örgryte-Härlanda har länge arbetat för en buss till Delsjön, men också för kollektivtrafik till Skatås och Härlanda tjärn.

Men hittills har Västra Götalandsregionen och Västtrafik varit kallsinniga. Nu hoppas namninsamlarna att det ska bli ändring på det.

ÖHP



Anders da Silva och Roland Dahlström möttes av många positiva kommentarer under första dagens namninsamling.

FOTO: PRIVAT

INSÄNDARE

Skola viktigast för barnen i Örgryte-Härlanda!

I Demokraternas och Alliansens Örgryte-Härlanda finns inte plats för alla barn i skolan. Den 21 maj röstade demokraterna tillsammans med moderater och liberaler i fastighetsnämnden för att stoppa planerna på en skola på Änäsältet. En skola för 650 elever med idrottshall, fotbollsplan och lokaler för kulturskolan, som verkligen behövs i området. I stället vill man hålla fast vid en tidigare idé om bostäder och förskola på Änäsältet samt ytor för rekreation.

Vi socialdemokrater anser att skolan är nödvändig och har högre prio-

ritet idag än bostäder och förskola. Någon annan tillräckligt stor plats för skollokaler finns inte i närheten. En klok planering och utformning av fältet för såväl skola som rekreationsytor skulle kunna stärka dess värde för de boende i området. I det arbetet vill vi att närboende får komma till tals genom att den dialog som utlovats kring Änäsältets utveckling kommer till stånd.

Kerstin Brunnström

Ordförande i SDN Örgryte-Härlanda (S)

Redbergsgårdens Blommor



**Massor av blommor
under hela sommaren
till fina priser!**

**Under
sommaren har
vi ändrade
öppettider!**

**Mån-Fre: 10-16
Lör-Sön: 10-14**

(Gäller från 24/6 - 12/8)

**Buketter
fr. 39:-**

**Danskavägen 110
Telefon 031-195050
Öppet alla dagar !
Välkomna.**

Fri parkering 10Min

treat and teach

Hudvård och hälsa

Glad sommar!

Vi har öppet hela sommaren, öppettiderna kan variera mellan vecka 29 till 32. Följ oss på Facebook och Instagram, där uppdaterar vi våra öppettider. Du kan som vanligt boka tid på vår hemsida.

Varmt välkomna!
Melinda och Pernilla



Redbergsplatsen.....Ånäsvägen 6
Telefon.....031-388 00 55
Hemsida.....treatandteach.se

 facebook.com/treatandteach  @treatandteach



Skeppsholmen

Sotheby's

INTERNATIONAL REALTY

Fin trefamiljsvilla på lugn gata i Bö

SKOGSHYDDEGATAN 33 ÖRGRYTE BÖ 12 ROK 268 + 97 KVM TOMT 583 KVM PRIS 11.750.000 KR/BUD

Granne med Överåsullen ligger denna lugnt belägna trefamiljsvilla på totalt 365 kvm med flera soliga uteplatser i bästa syd-västläge. Entréplanet består av en fint renoverad lägenhet om fem rum och kök med direktaccess till stor altan i trädgården. Varmt välkomna att ringa för visning. Magnus Helin, 0739-82 80 39.

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



**Detta numret får JU NI inte missa.
Med många vits-ord!**

I Blekinge arrangerades Sweden Rock:
– Var det inte för varmt med rock i juni?

★★★★

I maj arbetade metereologerna för högtryck!

★★★★

Servering vid badstranden:

– Kaffe med dopp!

★★★★

– Jag skall till Warszawa och bada!

– Jaså, i POOLEN!

★★★★

Måndagen 11:e juni blev det rent i Göteborg. Det var en dag när många skurar!

★★★★

Semester:

– Vilket är ditt semestermål?

– Att se mest är mitt mål!

★★★★

– Ligger det många segelbåtar i Marstrand?

– Ja, en hel MASTRAND!

★★★★

Sverige-Peru 2 juni:

– Var det några från Dalarna med?

– Ja, från Lima!

Fotbollspelarna från Peru hade många INKAst!

★★★★

Inför seglingsäsongen:

– Hur klarar Du att navigera?

– Jag har gått ut grundskolan!

Om jag skall köpa en segelbåt i sommar måste jag göra en FÖR-undersökning!

Det kan bli dyrt att köpa en båt. Man måste lägga till!

★★★★

Fotboll-VM:

Om det blir förlängning och straffspar kar måste spelarna gå i straffskolan!

★★★★

Två glassförsäljare möttes:

– Känner vi varandra?

– Ja, vi var ju glasskamrater!

– Jag hörde en smäll igår kväll!

– Det var väl glassen som hade smält!

★★★★

Jag skulle sälja en segelbåt i England och annonserade: "Boat for sail!"

★★★★

Vad skall man göra med dom skrikiga måsarna?

– Be dom hålla truten!

*Kära läsare, bli inte förvånad,
jag tar en paus under juli månad
men kommer åter rolig och lusti
redan när det är augusti!*

Anders

De slår ett slag

En gång om året möts mediaprofiler, professionella golfspelare och sponsorer för att spela golf till förmån för Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus i Göteborg.

– Man blir rörd som människa när man ser hur många som bryr sig och som vill vara med och göra skillnad, säger Madeleine Wahlberg projektledare för insamlingen.

Barngolfsen arrangeras av Insamlingsstiftelsen för Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus och är stiftelsens största insamlingsevent under året. Mottot för Barngolfsen är "Glädje läker". Detta innebär att det ska vara en så pass glädjefull dag för barnen och ungdomarna att de ska kunna glömma sin sjukdom för en stund och bara ha roligt.

I varje lag deltar tre företagare, ett golfproffs och en kändis. Företagen sponsrar tävlingen för att vara med.

– Vi är väldigt glada över allas engagemang. Folk har verkligen öppnat sina hjärtan för att hjälpa till, säger Madeleine.

Dock är det något mindre antal företag som valt att delta detta år än föregående. Madeleine berättar att flera angett flytten till en annan golfbana som orsak; de hade tänkt sluta vara med och nu när det blir en ny golfbana så passar de på att göra ett avslut.

– Men vi vill få företagen att vara med om en rolig sak som de känner gemenskap i samtidigt som de samlar in pengar. Vi vill skapa en glädjefyllt dag där man ändå förstår allvaret och syftet, säger Madeleine.

Tidigare år har Barngolfsen spelats på Hills i Mölndal, men detta år spelades välgörenhetsgolfsen på en ny bana; på Kungsbacka golfklubb. Anledningen till det är att Hills



Henrik Larsson spelar golf med barnen under Golfkalaset.

FOTO: LENA ANDERSSON

håller på att förbereda inför en deltävling i Europatävlingen, Nordea Masters, och därför inte klarar av att arrangera två så pass stora tävlingar under samma sommar.

Tanken är att Barngolfsen åter ska vara på Hills år 2020 och att den fram till dess ska vara ambulerande för att göras tillgänglig för flera golfbanor.

När Örgryte&Härlanda Posten för första



Joel Lundqvist skriver autografer till barnen.

FOTO: LENA ANDERSSON

gången träffar Madeleine på kontoret för Insamlingsstiftelsens för Drottning Silvias barn och ungdomssjukhus i närheten av Munkebäckstorget är hon mitt uppe i förberedelserna inför Barngolfsen. Hon håller bland annat på med bordsplacering till middagen och på eftermiddagen ska hon till Kungsbacka golfklubb för att lösa en del tekniska problem.

Madeleine har jobbat på Insamlingsstiftelsen sedan i oktober förra året. Hon ville jobba där var för att hon lockades av varierade arbetsuppgifter där fokus var på att hjälpa andra människor.

– Det känns bra att kunna bidra och hjälpa till med sådant som inte våra skattemedel täcker och att kunna göra så stor skillnad för så många människor, säger Madeleine och förklarar att hennes jobb till stor del handlar om att inspirera andra till att bidra. Ena dagen kan hon sitta i möte med en vd på ett företag och be om sponsring och nästa kan hon vara på ett evenemang som anordnas av stiftelsen där hon personligen träffar sjuka barn och ungdomar.

Insamlingsstiftelsen är en liten organisation med endast två anställda. Arbetet bygger på volontärbete och det finns många med stora hjärtan som vill bidra så mycket de kan.

Till hösten är det meningen att Insamlingsstiftelsen ska flytta till Östra sjukhuset för att komma närmare verksamheten.

Samtidigt som den stora golftävlingen Barngolfsen går av stapeln arrangeras Golfkalaset för barnen med clown, trollkarlar, kändisar, artister, tävlingar och underhållning. Det är fokus på närvarande, att barnen och ungdomarna ska få komma nära sina idoler, prata och leka med dem. Kalaset börjar med tävlingar och aktiviteter i fyra lag.

– Det är inte så mycket uppträdande utan det viktiga är att artisterna samverkar med

Leif från Lunden lunkar på

Många springer.

Andra går.

Leif Carlsson, 64, består.

År efter år.

Ingen har avverkat Göteborgsvarvet fler gånger än Leif från Lunden. Det är nämligen omöjligt.

Leif stod på startlinjen redan premiäråret 1980 och har därefter inte missat ett enda av de 39 lopp som arrangerats på Göteborgs gator, torg, trottoarer, kajor och broar.

– Vi är 61 löpare kvar från racet 1980. Men tyvärr bara gubbar numera. Inga kvinnor, berättar varvsveteranen.

Årets löparfest avgjordes den 19 maj, på självaste pingstafton. En halvmara över 21 097,5 meter som blev en helmara för Leif Carlsson.

– Jag har aldrig varit så dåligt löptränad som i år, erkänner han.

• Ändå ställde du upp?

– Med åren har det blivit en grej att bara vara med. Men nu är siktet inställt på jubileet nästa år och 40:e Varvet i följd.

Tro inte att Leifs otränad beror på minskat intresse för löpning utan nedsatt förmåga stavar helt enkelt...skador. De senaste åren har han tvingats operera både ett knä och ena hällen.

– I fjol var det på vippen att jag ställde in mitt deltagande när jag strax innan gått på en

kortisonbehandling.

Han minns premiärloppet 1980 som om det vore igår:

– Vi var ungefär 1 500 deltagare med start på Heden och målgång på Nya Ullevi. Startern Harry Ericksson hann emellertid aldrig skjuta med sin pistol utan fältet stack iväg när en man smällde igen sin bildörr med stor kraft på Heden. Det tog alla som ett startskott...

Leif Carlsson, född, uppväxt och boende längs Redbergsvägen, har alltid gillat att träna. Spelade fotboll i Höjden och Stendy. Men framförallt badminton. I elitserien för både GBK och Västra Frölunda; tillsammans med landslagsmeriterade bröderna Kurt och Sture Johansson samt Claes Nordin.

– Badminton krävde god fysik, slår han fast och minns titeln som distriktsmästare i grenen.

Sitt första Göteborgsvarv genomförde han på eget bevåg efter att ha sett en notis om loppet i tidningen. Därefter har kompisar hängt på i omgångar. Liksom familjen.

Hustrun Eva-Lena, 59, har sprungit elva gånger. Dottern Ida, 27, har tre varv på meritlistan.

– Nästa år är det meningen att även vår son, Max, 23, ska ställa upp för första gången. Ja, det vore ett minne med hela familjen på startlinjen när jag springer mitt 40:e lopp.

Leif Carlsson är redan igång med de mentala förberedelserna. Under året går han på gym,

cyklar, åker skidor, och styrketränar. Och rasar hunden Gusten, en 8-årig boxer, med långa skogspromenader.

Löpningen sparar han till årets höjdpunkt för att slippa belasta knä och häl allt för mycket.

– I år sprang jag fram till Älvsborgsbron. Därefter blev det mycket promenerade fram till Avenyn. Där vill man ju gärna se ut som en "segrare" även om loppets bästa passerat flera timmar tidigare.

• Har du provat på att springa ett helt maraton över 4,2 mil?

– Nej, aldrig. Det lockar mig inte. Men Sylvesterloppet på nyårsafton är en kul grej jag kan rekommendera.

Årets sluttid på tre timmar och 28 minuter i världens största halvmara, med 64 000 anmällda, är ingenting Leif Carlsson talar högt om. Hellre om sitt rekordvarv från 1986 då han passerade mållinjen på 1,31,06.

– Som 32-åring var man pigg. Nu är jag dubbelt så gammal, konstaterar han.

Från 1980 till år 2000 låg han på tider mellan 1,31 och två timmar. Därefter mellan två timmar och 2,45 mellan 2000 och 2016 innan skadorna drabbade honom.

• Vad är det bästa med Varvet?

– Folkfesten och gemenskapen. All musik som spelas längs banan är ett lyft för både löpare och publik.

• Det sämsta?

**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

för barnen



Anders Eriksson samtalar med Ulf Jacobson. FOTO: LENA ANDERSSON

barnen och att de har roligt tillsammans, säger Madeleine.

När ÖHP träffar henne under Barngolfen på Kungsbacka Golfklubb känner hon sig glad över att det mesta gått enligt planerna.

– Hittills har det inte varit några missöden. Vi hoppas att dagen fortsätter så, säger hon.

Helen Dusén har kommit till Golfkalaset med sin 11-åriga dotter Chloe, som har sjukdomen Ehlers-Danlos syndrom. Chloe har därför tillbringat mycket tid på Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus.

– Det är jättebra för oss att komma ut så här, säger Helen och menar att den sociala biten är väldigt viktig när man är sjuk: "möjligheten att

Barngolfen

- ✓ Sveriges största välgörenhetsgolftävling.
- ✓ Samlar in pengar till förmån för Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus.
- ✓ Vill du skända pengar till Insamlingsstiftelsen för Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus? Stiftelsen har ett 90-konto.
- ✓ Bankgiro: 900-8343
- ✓ Swish: 900-8343

ibland få komma ut och träffa andra som delar ens erfarenheter och ha en trevlig dag."

Örgryte&Härlandas reporter ställer sig en stund vid hål 18 och tittar på lagen som tävlar. Där står Ulf Jacobson, som är konferencier och intervjuar en del av spelarna när de kommer förbi. Han är pappa till golfspelaren Fredrik Jacobson som på grund av en skada inte spelar, men som ändå är med i årets Barngolf.

Hans Moseson, (känd som tevereklamens Ica-Stig) säger att han deltagit i Barngolfen många år.

– Det är viktigt för att det är en viktig insamling till barn som är sjuka. Det känns självklart för mig att ställa upp på det.

Några andra kända namn som medverkar denna dag är Anette Norberg, Anders Eriksson och Erik Hamrén. De professionella golfproffsen är bland andra Lina Boqvist, Helén Alfredsson och Linus Gillgren.

Totalt har Barngolfen samlat in 15 miljoner kronor till olika insatser på Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus. Hur mycket som samlats in är i skrivande stund inte klart, men målsättningen är 2,5 miljoner kronor.

Tidigare år har pengarna som samlats in bland annat gått till akuten på Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus, men förra året och även detta år kommer pengarna inte vara riktade utan får användas fritt inom sjukhuset, dock med förebehållning att stiftelsen får godkänna användningen.

Sjukhusclowner, musikpedagog, teaterbesök, spel, filmer, gosdjur och ipads är några exempel på saker som pengarna kan användas till.

– Ett nytt sjukhus som heter Framtidens barn- och ungdomssjukhus håller just nu på att byggas i Göteborg och en del av insamlingen kommer även att gå till det, säger Madeleine.

Lena Andersson

– varv efter varv...



Leif Carlsson har avverkat samtliga GöteborgsVarv! Foto: ÖHP

– Det har blivit så oerhört kommersialiserat. Löpning är i grunden en lätt grej som plötsligt blivit svårt och märkvärdigt med exklusiv utrustning och alla tillbehör. En jätke cirkus, rent ut sagt.

• Vad är viktigast?

– Ett par bra skor. Att vara utvilad och förberedd. Jag försökte träna åtminstone 15 sträckor mellan 15 och 19 kilometer innan jag ställde mig på startlinjen när jag var frisk.

• Det finns deltagare som aldrig når mål-linjen?

– Oftast på grund av dålig träning och vätskebrist. Jag har sett löpare stupa redan i Säl-dammsbacken. Och en kompis (Jan-Olov) var så exalterad när han skulle slå min rekordtid på 80-talet att han sprang in i väggen och vaknade upp först när ambulansen tagit honom till akuten.

De 61 kvarvarande hjältarna från 1980 har givetvis en egen startgrupp och kommer att hyllas furstligt vid jubileet den 18 maj 2019.

Får Leif Carlsson bara ordning på kroppen ser han ingen omöjlighet att springa 50 Varv.

– Herregud, jag är ju nästan yngst i veterangängdet där det finns några sega gubbar som passerat 80-årsstrecket.

• Men en dag är det färdigsprunget. Hur följer du GöteborgsVarvet därefter?

– Förhoppningsvis sittande på en bra uteservering i solskenet på Avenyn.

KJELL-OVE "KOA" ANDERSSON

Solglasögon med din styrka på köpet



Värda upp till
2895:-

+ gratis synundersökning.
Värde 395:-

Vid köp av kompletta glasögon med iProtection NT, så får du solglasögon med din styrka!

Köp enkelslipade glasögon (fr. 2095:-), få enkelslipade solglasögon (solglas 1000:- och båge 595:-). Progressivt första par (fr. 3395:-) ger progressiva solglas (solglas 2300:- båge 595:-). Pris på 1:a par är med iProtection NT.

Fördelarna med iProtection NT

MADE IN GERMANY

- ◆ Maximalt reptålig ◆ Minimalt med reflexer ◆ Smuts- och vattenavvisande
- ◆ Maxskydd mot UV-ljus ◆ Förlänger glasets livslängd ◆ 3 års garanti



Välj bland över 30 solglasögonmodeller!

1/2 PRISET PÅ TILLVAL! Förbättra dina solglasögon med t ex polariserande glas. Alla tillval för halva priset på ditt andra par! Eller byt upp dig till en het märkesbåge från **Boomerang**, för bara 500 kr i tillägg (ord pris 1095 kr).



BOOMERANG

Gratis synundersökning

395:-

Synundersökningen avser glasögon och utförs av legitimerad optiker. Inget köptvång. Intyg, recept, remiss etc. debiteras. Gäller t.o.m. 2018-07-01.

Boka din synundersökning enkelt på: www.optikkallaren.se

VÄRDEKUPONG

optikkällaren

Kvalitet & service till rätt pris!

OLSKROKEN Redbergsvägen 17, Tel: 031-19 84 70

LERUM Brobacken 3, Tel: 0302-138 83

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

MAJORNA Stigbergsliden 22, Tel: 031-780 60 18

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

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

KUNGSBACKA Borgmästaregatan 8 Tel: 0300-56 32 80

MÖLNLYCKE Allén 4, Tel: 031-50 88 95

Boka
synunder-
sökning
idag!

Välkommen!

När Gullbergs vassar torrlades

I ungefär 220 somrar hade Göteborgs stad stått ut med stanken från det vidsträckta träsket Gullbergsvass, när man i början av 1840-talet började åtgärda saken.

I samband med koleran och andra epidemier hade man fått klart för sig att hygien var viktig.

Torrläggningen av Gullbergs vassar gjordes av sundhetsskäl och var klar 1859.

Varje vår och höst hade högvattnet gjort vassarna helt översvämmade, och vattnet svepte många gånger vidare in över Olskrokens ängar och delar lantgården Gubbero, som anlagts på den forna betesmarken Ranängen. Fram till 1800-talets mitt fanns där alla de sorters fåglar som trivs i svenska sumpmarker – där förekom på våarna även i någon utsträckning tranor i sin så kallade dans.

Torrläggningen av sumpmarkerna var dock behövlig och mötte inga som helst protester från dåtida naturvänner, som inte gärna hade trakten av Olskroken som utflyktsmål utan sökte sig till Slottsskogen, Långedrag, Jonsered eller hisingska Arendal.

På Gullbergs fästning (föregångare till Skansen Lejonet på samma kulle) hade man långt in på 1600-talet haft ett visst skydd av sumpmarkerna, där fienden inte gärna klafsade fram. Danskarna anföll inte under vår och höst med vatten upp till knäna eller låren, medan svenskarna sköt sina kulor från den första lilla skansen.

Antingen fick danskarna rävakligt raska fram över isen en sträng vinterdag eller anfalla efter en torr och het sommarvecka, då gytjtjan inte nådde så värst högt över vristerna.

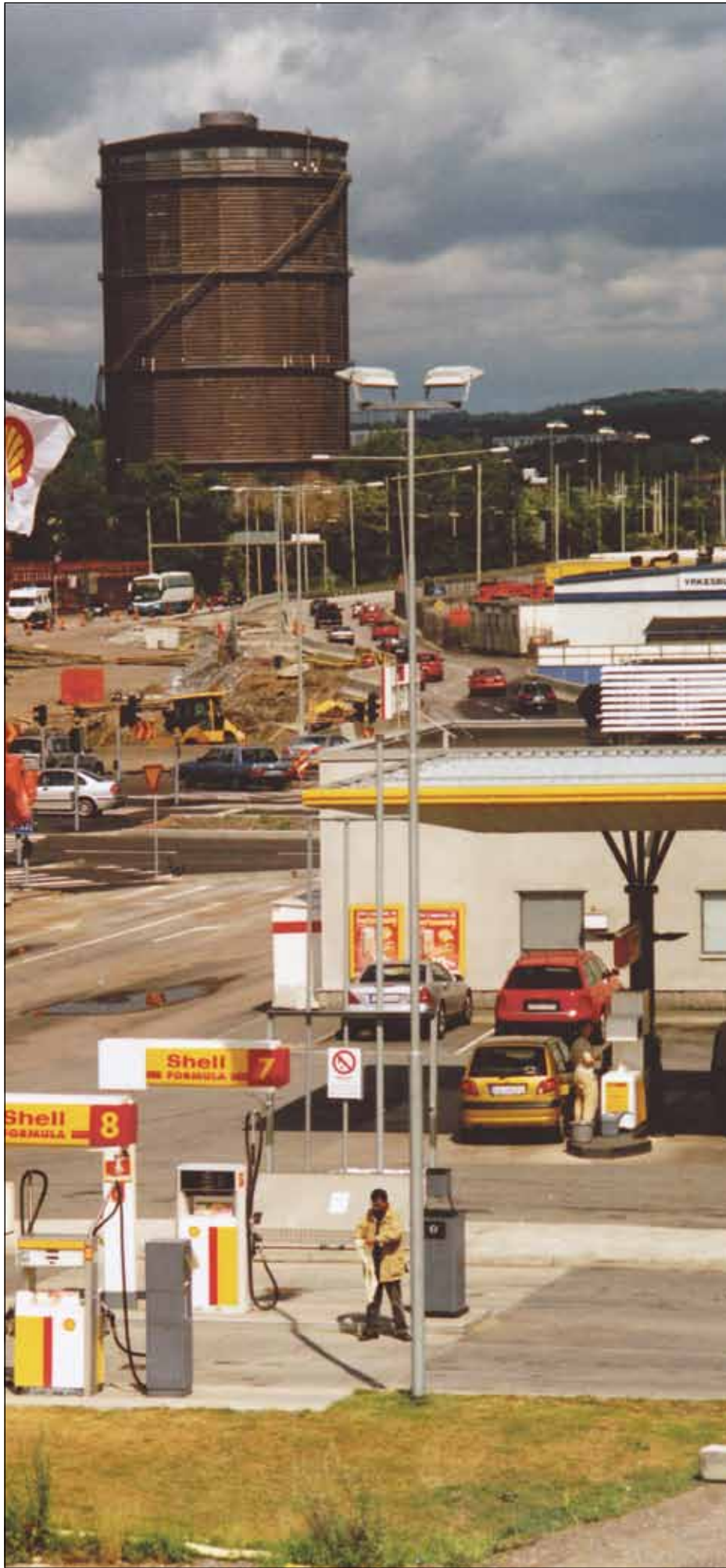
Många göteborgare hade föreslagit en torrläggning av Gullbergs vassar. Men man blir ju sällan profet i sin egen hemstad. Det blev i stället en stockholmsk ingenjör som på 1800-talet fick råda de göteborgska beslutsfattarna:

”Det första ni har att göra är att återställa vattenströmmens kraft i älvens segelfära, som försvagas genom vattnets spridning i det vidsträckta vassområdet, där det blir stillastående. Vassarna måste fodras in och området innanför pålningen fyllas. Därigenom bildas ett smalare vattendrag, i vilket strömmen uppifrån älven fortsätter med oförminskad kraft, som man bör söka bibehålla ända till älvens utlopp.”

Tanken på detta enorma arbete väckte hos göteborgarna ingen stor entusiasm. Men man insåg att något måste göras och började i makligt tempo år 1842. Tja, officiellt var det påbörjat, men riktig fart tog det inte förrän 1857, då professor von Schultz vid Chalmers slog näven i bordet.

Vid den systematiska torrläggning, som då med kraft genomfördes, användes en ångpump som Alexander Keiller den yngre just hade konstruerat.

Keiller hade lärt sig torrläggningssättet genom att studera hur Haarlemsjön blivit torrlagd sydväst om Amsterdam. På mark som varit havsbotten i Haarlemsjön, där ett av historiens väldiga sjöslag mellan holländare och spanjorer utkämpats, ligger i dag Amsterdams internationella flygplats Schiphol, dock med pumparna igång dygnet runt. Den holländska metoden för torrläggning av vikar, sjöar och vassmarker visade sig fungera lika bra i Göteborg.



FÖRGÅNGLIGT. Efter att bilden knäpptes för några år sedan har traktens stora förändring påbörjats. Bland annat har långa tiders ytliga diskussion, utan att ett dugg fördjupas, lett till den klassiska Gasklockans nedmontering.

FOTO: SÖREN SKARBACK

De mängder av fisk, som vid torrläggningen blev hjälplöst liggande i gytjtjan, tog folk förstås vara på. Man lade ut bräder i gytjtjan, gick ut och plockade fisken nästan lika lätt som när man tar upp potatis. Folk från i första hand Stampen och Redbergslid höll sig framme. I Willinska fattigfriskolan vid Stampgatan byttes lektionerna en morgon mot fiskplockning borta i den våta leran, där vassrören ännu friska stod upp.

Efter torrläggningen hade Göteborg inte bara blivit av med en sanitär olägenhet utan samtidigt vunnit ett nytt markområde att fylla ut till bebyggbart.

I Göteborgs Kalender skrev Viktor Rydberg vid den tiden:

”Mellan Stampen och elfven utbreder sig den vidsträckta Gullbergs vass af närmare 200 tunn. yta, öfver hvars södra kant jernvägen nu löper. Här öppnar sig ett stort fält för stadens naturliga utvidgning.”

Gullbergsvass blev på 1860-talet en bebyggd stadsdel. Området behöll officiellt sitt namn, även om det för två, tre generationer i folkmun hette Hultmans holme eller bara Holmen, fast där inte ingick någon holme

längre utan denna genom utfyllnad hörde till fastlandet.

1868 började Holmens kaj byggas. Holmen blev med sina lossnings- och lastningsplatser ett centrum för kanaltrafiken. Tillkomsten av stadsdelens mest markanta institutioner – som Gasverket, Pumpverket, Renhållningsverket och Tobaksmonopolet – har både jag och andra skribenter skrivit om här i vår tidning, så det berör jag inte i dag.

Gullbergs Strandgata invigdes 1882 och kajen längs den fick byggas om redan 1887 för att klara den hastigt ökande handeln. Men gatunamnet var ingen självklarhet vid omröstningen i stadsfullmäktige. Gullbergs Strandgata segrade med 21 röster mot 19, mot alternativet Elfgatan.

Gamla sumpmarker är i grund och botten dock alltid sumpmarker, där pumparna ständigt måste vara igång. Dryga decenniet in på 1900-talet förbättrades pumpmetoden ännu ett snäpp. En någorlunda viktig tekniker på Pumpverket blev Carl Wiktor, vars tjänstebostad för familjen med åren blev en stuga som hade Gasklockan till närmaste granne.

Dottern Wilma, född och uppväxt i tjänsteboenden där i Gullbergsvass och gående i Bagaregårds- och Ånässkolorna, kom med tiden att föda min storasyster Marita, och så mig (fredagen den trettonde i vådurens envisa tecken).

Vad har genom tiderna mest förändrat traktens utseende? Något årtal för det medeltida Gullbergs fästes tillkomst kan inte med säkerhet fastställas, men enligt Erikskrönikan lät kung Birger Magnusson cirka 1304 uppföra fästningen, kallad Gullbergs hus. Och klart är att efter dess rivning började Skansen Lejonet byggas där 1687.

Under 1860-talet och decennierna därefter drogs gator, byggdes kajer och industrialismen satte sin prägel på området, tätt följd av kommunala verk. Silhuetten berikades hösten 1933 med ”vår” gasklocka, som blev den fjärde i ordningen och den överlägset största, 81 meter hög till toppen, och med ett i princip runt utseende då den var 20-kantig. Från 1939 kunde den ses ur en ny och högre vinkel, då Göta älvbron togs i bruk.

Grävandet av Tingstadstunneln, öppnad 29 mars 1968, påverkade mer Olskroken än Gullbergsvass, vars symbol i en rätt så hög mansålder förblev Gasklockan där vid Falutorget. Göteborgs Stad tog 1987 beslut att bevara den. Detta beskrivs i Stadsbyggnadskontorets skrift om kulturhistoriskt värdefull bebyggelse i Göteborg, utgiven 1999 under Gudrun Lönnroths redaktörskap.

Vi har i senare tid sett början av traktens nya stora förändringar. Den smått utopiska tanken att riva och röja bort Gasklockan, som för generationer alltså var ett självklart inslag i stadens silhuett, har blivit ett faktum. Och till ytan ännu större är den ändring som består av rangerbangårdens avlägsnande till förmån för främst bostadsbyggande.

För detaljer, allt från stort till ”småsaker” som borttagandet av Torsten Henriksons Gångbro, hänvisar jag er att söka på internet.

Mycket av gamla Gullbergsvass förgår. Men Skansen Lejonet på Gullbergs gamla kulle består.

Och Gasklockan har jag personligen på hur många foton som helst, ur varje vinkel, i varje väder, från långt eller närmare håll, även från flygmaskin eller skuta sett.

HISTORISKT

med Sören Skarback
– författare med Göteborg i fokus



Salong Hårfiness



**EXPERTER
PÅ
TRÅDNING!**

Färgning av ögon-
bryn NU 50:- ord pris 100:-
Färgning
av ögonfransar
NU 50:- ord pris 100:-
Noppning av ögon-
bryn NU 50:- ord pris 100:-

MÅNADENS ERBJUDANDE!

1/2 PRISET PÅ KLIPPNING!

Kort hår	125:-	Ord. pris 250:-
Mellanlångt hår	140:-	Ord. pris 280:-
Långt hår	160:-	Ord. pris 320:-

Erbj. gäller endast nya kunder och längst t.o.m. 24 juli 2018

Salong Hårfiness

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



VI BAKAR TILL ER HELA SOMMAREN!

Men stängt Midsommarafton och Midsommardagen
Välkomna in i Olskrokens bakverkstad på
Kobbarnas Väg 4 (mittemot Systembolaget).
tis-fre kl. 7-18, lör kl. 9-14

tel 031-19 99 96

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

TRÄNA FRITT I SOMMAR!

VI BJUDER PÅ TRÄNINGEN DE TRE FÖRSTA MÅNADERNA*

Gäller vid tecknande av autogiro 12 mån

NORDIC WELLNESS ÖRGRYTE
Töpelsgatan 7, 010-155 52 62
nordicwellness.se

NORDICWELLNESS

Lokala avvikelser kan förekomma. Reservation för slutförsäljning och ev. tryckfel.
Vid löpande avtal gäller 2 mån uppsägning.

”Bra och nyttig mat ligger i tiden”

Bara Bra Mat har flyttat till ny lokal och mer än dubblat sin butiksyta.

Idén till hela konceptet fick Marcus Bohnskog, 38, sedan han varit kraftigt överviktig, ofta sjuk, och drastiskt lagt om kosten.

Med en viktminskning från 110 kilo till 75 på ett drygt år som resultat.

– Jag bestämde mig för att börja sälja det jag åt själv och mådde bra av.

Med på affärsresan, som inleddes 2012, fick Marcus snabbt barndomskompisen Mattias Jansson, 38.

Pojkarna växte upp tillsammans på Hönö. Gick lekskola, förskola, och grundskola parallellt. Och startade diverse projekt redan som små.

– Vi lekte projekt. Ett av de första var ”dykarbete på grunt vatten”, berättar Marcus med ett gott skratt.

Marcus blev en driven säljare som liten. Mamma bakade frallor och 9-årige sonen sålde nygräddade och varma sådana till bätgästerna i hamnen på Hönö.

Så småningom, inför gymnasiet, skiljdes Marcus och Mattias vägar. Marcus har i dag i botten en specialistutbildning som sjuksköterska inom psykiatrvården. Mattias är ”nästan färdig socionom”, har haft företag inom massage och är kampsporttränare.

Två ytterligheter som kompletterar varandra. Med en stark gemensam nämnare - vegetarisk och nyttig kost.

Marcus berättar:

– Jag lärde mig massor när jag ändrade livsstil. Jag var trött på att vara överviktig och sjuk och förstod med tiden att jag levde väldigt ohälsosamt i vardagen.

Bönor/baljväxter, nötter och grönsaker är en uttalad bas hos Bara Bra Mat på Norra Gubberogatan 10 där butiken, som är ekologiskt



MATGLADA. Marcus Bohnskog och Mattias Jansson driver butiken Bara Bra Mat på Norra Gubberogatan. Och det är precis vad det handlar om...bara bra mat alltså. Foto: ÖHP

certifierad, numera huserar sedan 28 april.

• **Hur hamnade ni i Olskroken/Redbergsplatsen?**

– Farsan växte upp här. Jag har bott här och

gillar området, men saknade just en sån här butik.

I Kungsladugård drivs ytterligare en affär och i Högsbo industriområde ett lager samt en



webshop för verksamheten. Utöver herrarna Bohnskog och Jansson jobbar tre personer på heltid och ytterligare några timanställda.

– Vi är fortfarande en liten verksamhet, men vill väldigt gärna utveckla, påpekar Marcus.

Omsättningen första året (2012) när butiken låg på Norra Gubberogatan 30 låg på 1,3 miljoner kronor. 2017 omsattes över tio miljoner; så snacka om kraftig utveckling.

– Bra och nyttig mat ligger i tiden. Folk blir mer och mer medvetna. Fler vill göra hälsoförbättringar och leva sundare och vår krets av stamkunder blir större och större. Nu har vi 130 kvadratmeter butiksyta att röra oss på jämfört med 60 tidigare.

Pojkarna har investerat all vinst i nya inventarier, hyllor och produkter. Importvaror i många fall från hela världen. De är extra stolta över bredden på det vegetariska sortimentet. Mandlar och nötter skickas för egen rostning minst en gång i månaden.

Ombyggnaden, undantaget installation av kylsystemet, har skett på egen hand. Bakom affären och det lilla lagret har ägarna byggt ett litet loft som fungerar som kontor och fortsatt skötsel av den informativa hemsidan..

– Jag upplever som jag gått omkring i snickarbyxor i fyra månader, raljerar Marcus.

• **Hinner du med annat än företaget?**

– Jag ska snart återuppta träningen med brasiliansk jiu-jitsu där jag har lila bälte...

Parallellt med näringsrika produkter som är obesprutade, växtbaserade och så långt som möjligt oprocessade råvaror löper hand i hand ett miljötänk när det gäller hantering av exempelvis förpackningar.

Marcus och Mattias är också noga med så lite svinn som möjligt.

– Då skapar vi ”billiga lådor” med varor med kortare datum och till och med ger bort hellre än slänger.

KJELL-OVE ”KOA” ANDERSSON

Abbe fixar snabbt den trasiga mobilen

Branscher kommer och går.

Några fullkomligt exploderar när det gäller behov och utveckling.

Få tycks klara sig utan mobiltelefonen ens några timmar.

Abbe Jebnoun, 22, vet i egenskap av föreståndare och reparatör i pappa Bechir Gmirs företag på Gradmansplatsen, ett stenkast från Olskrokstorget.

– Mobilen har blivit en bästa och käraste vän för många människor. Kanske den viktigaste detaljen i vardagen numera. Men tiden när man mest ringde och skickade sms med mobilen är förbi. I dag upplever jag det som mest angeläget för de flesta att vara närvarande och uppdaterad på sociala medier.

Familjeföretaget har funnits i fem år. I fjol utökades verksamheten med en butik på självaste Stenpiren.

– Mest för att serva turister och kunder på språng i centrum, förtydligar Abbe.

Brorsan Adam, 24, sköter rörelsen på Stenpiren. Pappa Bechir, 48, åker mellan butikerna och reparerar det mest krångliga. Det enkla rare tar familjens två äldsta söner hand om på respektive plats och hemmavid i Angered finns mamma och ytterligare fyra yngre syskon i skolåldern.

– Vårt riktmärke är bästa service. En skärm ska bytas på en helst en halvtimme. Därför har vi också öppet sju dagar i veckan. Dröjer



Abbe Jebnoun inne på ElektroMobil.

det över en timma börjar folk bli otåliga. Man anser sig helt enkelt inte klara sig utan mobiltelefonen...

Familjeföretagets koncept rubriceras ”reparation, uppläsning, tillbehör”. Det vanligaste felet är att skärmen/displayen spricker när mobilen fallit eller tappats i golvet. Uttjänat batteri är ett annat liksom vattenskador som helst

ska åtgärdas snabbt som attan.

ElectroMobil erbjuder kostnadsfria felsökningar innan eventuell reparation. Låser också upp befintliga mobiler för att kunna användas hos andra leverantörer och säljer tillbehör som skal, hörlurar, högtalare och skärmskydd.

• **Hur ser kundkretsen ut?**

– Till att börja med växer och växer den i

Vi mobilsurfar som aldrig förr

✓ Mobilsurfandet nästan fördubblades (!) under de första månaderna av 2018 – visar en undersökning som Telenor gjort.

✓ Den kraftiga ökningen beror på ett förändrat ”digitalt beteende” där mobilanvändare strömmar avsevärt mer rörligt innehåll än tidigare, vilket står för majoriteten av förbrukad data.

✓ Ökningen är ett snitt per capita, baserat på uppgifter från Telenors drygt en miljon kunder i åldrarna 18 år och uppåt.

✓ Det kanske mest anmärkningsvärda – den största ökningen, hela 117 procent, noterar åldersgruppen...70 år och uppåt!

Källa: Text-tv i SvT den 10 juni

takt med mobilutvecklingen. Men de flesta, kanske 80 procent, är i dag uppdaterade med Iphone 5 och uppåt till 8 som är det senaste på marknaden.

• **Behöver man det absolut exklusivaste?**

– Absolut inte. I mina ögon byter många alldeles för tidigt bort mobiler med bra och fungerande prestanda. En annan sak är miljöaspekten. Tänk så mycket teknik som slängs i onödan.

I det senare fallet erbjuder Abbe Jebnoun och hans familj (ursprungligen från Tunisien) felsökning och reparationer – till billigare kostnad än att köpa nytt.

KJELL-OVE ”KOA” ANDERSSON

ZOO

GÖTEBORGS ZOOLOGISKA

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

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

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



INACKORDERING
av ditt husdjur
Fr. 30 kr/per dag



KATTSAND
MONSTER, 10 kg
179:-
KÖP 2 BETALA FÖR 1

KANIN
Fr. **595:-**

Stort
sortiment
av kanin-
burar!



DVÄRG-
HAMSTER
Fr. **195:-**

Köp
ditt giftfria
fästing-
skydd
här



STÖRST I STAN PÅ REPTILER
– vi har terrarium och alla tillbehör!



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

DU HITTAR FÖLJANDE MÄRKEN I BUTIKEN:



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

www.gbgzoo.se





SAMLINGSPLATS. IFK Göteborg Orienterings nya klubbhus i Delsjön.

FOTO: STIG ANDERSSON

Orientering – en sport som växer

Har du varit ute i Delsjöskogen, Änggårdsbergen eller i något annat skogsparti så har du säkert noterat dem. De orange/vit färgade skärmarna som finns här och där i terrängen. Och som utgör kontroller för tävlande i den alltmer populära och växande orienteringssporten.

Sporten växer så det knakar och f n finns det över 80 000 aktiva utövare i de över 500 orienteringsklubbarna i Sverige. I Delsjöskogen är det nästan varje dag massor av ungdomar som är ute i skogen och tävlar samt att många av skolorna har orienteringsdagar i de olika skogsområdena. Det är massor av ungdomar, som letar kontroller även på kvällarna. Ett utmärkt sätt att komma ut i skogen och vår vackra natur.

Orienteringen har ett antal stora ”rikstävlingar” varje år där den största är O-Ringen (tidigare ”5-dagars”) och som samlar massor av deltagare. Just denna tävling avgörs alltid vecka 30 (i år 21-27 juli) på en ny plats varje år. I år äger den rum på ”Höga Kusten” i Örnsköldsvik. Ett av de finaste områdena i vårt avlånga land. Drygt fem veckor innan start är det hela 14 000 anmälda. Ett normalår är det drygt 18 000 deltagare som gör ca 75 000 etappstarter. Tävlingen är till både för gammal och ung. Alltifrån 5 till 95 år är deltagarna och de kommer från ett 40-tal olika länder, allt ifrån världselit till motionärer. Arrangör av O-Ringen är O-Ringen AB sedan 2014. Nästa år, ja då är det Kolmården som är tävlingsplats.

Varför inte prova på att orientera?

Skulle du vilja prova på orientering finns det alla möjligheter i vårt närområde. GMOK (Göteborg-Majorna Orientering) har tillsammans med övriga Göteborgsklubbar regelbunden Veteran-OL på dagtid och då varannan torsdag. Det sker på olika platser i och kring Göteborg. För information om tider och platser se kalendern på hemsidan gmok.se. En sak till förresten. Efter varje tävling får du också bra information om tider med mera. Alltid lika kul även om tiden inte är det som prioriteras för oss seniorer ...

GMOK har också bra träningsverksamhet för 65+ på tisdagar med samling kl. 1130 och gemensam träning kl. 1200. Man tränar i ca 60 min o efter dusch o bastu väntar fika. Och du. Även juniorveteraner (35+) är välkomna att prya ...

Veteran-OL

För några torsdagar sedan tog jag mig upp till värmen i Mölnlycke för att se hur Veteran-OL fungerade. Och det där gav mersmak. Så här är det. Varje torsdag arrangerar Göteborg-Majorna OK veteran tävlingar, där olika klubbar står för värdskapet och banläggning etc. När jag var i Mölnlycke så var det Sjövalle FK som stod för ett förstklassigt arrangemang. Och i förra veckan var det IK Stern



SAMLING VID TJÄRNET. IFK Göteborg ungdomsträning vid Härlanda Tjärn. FOTO: KARIN NOBORN



Ordförande i Sjövalle FK, eldsjälen Claes Green – här vid starten av Veteran OL i Mölnlycke i slutet av maj. FOTO: STIG ANDERSSON



En av många nöjda orienterare – Lennart Karlsson, Tolered-Utby Ol, i Mölnlycke 31 mars. FOTO: STIG ANDERSSON



som hade samling nedanför TV-masten vid Brudare mossen.

Nästa arrangemang står Sävedalens AIK för. Torsdagen den 28 juni med start mellan kl. 1030-1130 vid Humlebadet, Aspen, är det som då gäller. Där erbjuds du som vanligt 4 banor – lång (4 km), mellan (3 km), kort (2 km) och stig/lätt (2 km).

Många klubbar

I Göteborgsområdet har vi några stora och ledande klubbar som har många aktiva och är framgångsrika. T ex har vi Tolered Utby-OL klubb, IK Uven, Kungälv OK, OK Alehof, OK Landehof, IK Stern, Sjövalle FK, Göteborgs Skidklubb, Sävedalens AIK och inte minst IFK Göteborg.

IFK Göteborg är sedan stadgeändringarna en ”egen” förening och då under namnet IFK Göteborg Orientering. Du har kanske läst om de stora och fina framgångarna de haft under många år. Två år i rad har det blivit segrar i den stenhårda konkurrensen i 10-mila. Och damerna tog hem en andraplats i samma tävling. Imponerande resultat för både damerna och herrarna!

IFK Göteborg Orientering har de senaste åren haft sin klubbstuga nere vid Stora Delsjön i anslutning till Kanotklubben. Men nu har de flyttat till ett riktigt centralt och bra område i Delsjöskogen. Sedan några månader har de flyttat in på Camping Delsjön som Liseberg haft i många år. Du tar dig genom att du passerar Delsjökolonin upp mot Brudare mossen. Cirka 75 meter efter att du passerat Grusåttan så ligger området där på vänster sida.

I anläggningen finns det tillgång till omklädning och dusch som båda ligger nära elljusspåret i Skatås. Två klubbhus där det också finns en samlingslokal med drygt 50 platser samt bra utrymme för både kontor och förråd. Ett riktigt lyft för klubben!

PÅ SPÅRET

med Stig Andersson – som håller koll på friluftslivet för oss



Vårserien Skatås.

FOTO: MATTIAS GRAHN

DAGS ATT MÅLA FASADEN

VI HJÄLPER DIG KOMMA IGÅNG

JUST NU
22-28%

ALCRO BESTÅ
TÄCKFÄRG 10 L*

Innovativ akrylatfärg som gör att träfasaden ser nymålad ut längre. Står bättre emot väder, vind och solljus. Ger kulör, karaktär, glans och en renare yta som tar upp mindre smuts.

*Ord. pris från 2551:-.



ALCRO
STUGFÄRG
1195:-

FASADFÄRG FÖR VILLAN
OCH STUGAN 10 L*

Ord pris 2115:-

JUST NU

21-33%

DEMIDÉKK ULTIMATE
TÄCKFÄRG 10 L*

Nytt och förbättrat recept för effektiv målning. Fyllig, lättstruken konsistens som ger rätt mängd färg på väggen. Ditt hus ser nymålat ut längre.

*Ord. pris från 2389:-



Lokala avvikelser kan förekomma. Med reservation för slutförsäljning.

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

colorama



Vid er sida de första åren

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



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



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

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



GÖR DITT VÅRDVAL. Du väljer själv var du vill lista dig på narhalsan.se. Eller kontakta oss så hjälper vi dig.

Din egen barnavårdscentral

Närhälsan

Midsommar, den spadfria helgen

Det har funnits midsomrar så kyliga att man vid påtandet i jorden fått vara nästan höstklädd och hålla fart på både stora och små spadar för värmens skull. Men i år blir det en spadfri midsommar, åtminstone för min del.

Det bestämde jag när jag nyss ställde in mina två bästa spadar i förrådet.

Minnet är kort. Även om ens förra midsommar kanske var ganska så regnig, vill man minnas den som underbar. Och med trogna vänner är det underbart, oavsett vädret. Så inför midsommar sitter man och planerar en smula, så som vi här om dagen gjorde vid min stuga i Örgrytekolonin, för att få en lika toppenfin afton denna gången.

Vi var sju som samlades här på min veranda, som jag kallar den, fastän det ”bara” är ett utedäck med det nästan taklika sol- och regnskyddet så ofta utfällt över oss.

Vi tittade i några fotoalbum, här över faten med ost, kassler, sylta, räkor, en saftig sallad och egenodlade rädisor.

– Gula pärmerna är ingen midsommarpärm, ursäktade jag mig, utan det är vanliga vardagsbilder. Titta, här sitter tre av våra kolonivänner och snackar. Det är Anders och Inger som annars har sin röda stuga där bortom allmänna gräsmattan, pekade jag. Och så är det rara Malin Augustsson, vars stuga väl inte...ses just härifrån.

– **Här är stuga 55** på bild med en himla massa äppelblom på träden, log översköterskan Tanja. Det är väl den enda stuga jag på rak arm vet numret på, tillade hon med sin mysiga finska brytning.

Hon sniffade i sig doften, men inte av den ”upp i området” belägna 55:an där Skarback och hon delvis hade firat pingsten med finsk-engelska översättningar av sångtexter med mera. Nej, vi satt alltså i min egen lummiga försommargrönska.

Dess visserligen noga genomtänkta men ändå mycket fria växtlighet är jag så glad att folk från gatan ofta kommer in för att titta närmare på, då detta är hörntomten närmast åt Shell-macken och vardagslivet. Och spårväghållplatsen precis där bortom ger en känsla av stadens puls, samtidigt som man liksom är ”på landet” med fågelsången i träden.

– Kika här då! sa Jenny. Nog ser väl John Tabacco och den där tjejen Susan för härliga ut på bilden här med sina spadar. John har sin typiska kritiskt granskande min. Radioproducent som han är med sin Long Island-accent, den lyckans osten.

– **Den där Susan** har cementfläckar på spaden, log gamle chaffisen Rustan Nordebratt från de Geersgatan i Lund. Så hon har då inte haft den bara att påta i jorden med.

– Du har en geting snart på smörgåsen, Rustan, varnade Tanja. Tur att dom inte är så många ännu. Men många lär dom under sommaren bli.

Humlorna var redan desto fler. Jag viftade bort en riktigt nyfiken. Men de är nästan aldrig till besvär utan nöjer sig gott med vad blomstren har att bjuda. Den sökte sig till en vanlig men vacker rosalila luktpion, Paeonia lactiflora, som förresten skulle varit tålig mot förra månadens hetta och torka även om jag inte hade vattnat några gånger. – Den där Susan, som ni kallar henne, är Susan

BETRAKTELSE

av Alice Radomska
– författare
och konstnär



RÖSTER I RADIO. Programledarna Susan DeVita och John Tabacco från stationen Clam Radio (öster om New York) kan ute i verkligheten förse sig med spadar. Men faktum är att på Örgrytekolonin har John inte spelat gitarr.

DeVita, betonade jag. Susan har sjungit in ett antal schyssta CD-album. John Tabacco har producerat åtminstone två av dem.

– Deras radio-show är nog rätt så festlig, förmodade Sören Skarback och gjorde sig redan en bastant räkmacka till, fastän han skalade räkor även åt min brorsa Anders (Andrzej) som tillsammans med även min bror Stanley gästar oss ett antal veckor i sommar, efter att Sören Skarback minsann gästade deras familjer i Warszawa några veckor i vintras..

Visst är det härligt när släkt och vänner besöker och trivs hos varandra precis som ”förr i tiden” och man hinner känna att man är människor och hör samman.

– Clam Radio heter stationen John och Susan jobbar på. På nåt vis är den väl knuten till universitetet där i Stony Brook på Long Island, om jag inte har fattat det fel, sa jag till Tanja som var den enda bland oss som inte redan visste. Stony Brook kan väl knappast vara mer än fyra mil eller nåt sånt öster om New York, den super-maffiga världsmetropolen!

– Jag tror deras show sänds ut direkt i kväll igen. Alltså kväll med deras mått mätt, för dom är fyra eller fem timmar efter oss i tid, sa Skarback.

– Jaså, John Tabacco är i USA nu och kommer inte hit i kväll? sa Jenny besviket och borstade några brödsmulor från kjolen.

– Tyvärr inte, suckade jag. Det blir alltid så intressanta diskussioner när John är med. Även om han plötsligt uttrycker vad som verkar vara en ytlighet, så har den så många dimensioner, om vi tänker lite närmare efter.

– Mig veterligt har John Tabacco inte satt sin fot på koloniområdet denna våren och försommaren, sa Sören Skarback och öppnade Tanjas och Nettans immande kalla flaskor Ginger Ale. Och ska John och



INBJUDANDE. När rhododendronen nyligen blommade och folk från gatan extra ofta ville titta in i trädgård nummer 43, fick lilla trägrinden stå på glänt. FOTO: ALICE RADOMSKA

Susan sända sin show stup i ett, i en universitetsstad som Stony Brook, så hänger det kanske delvis ihop med terminerna, där tiden för sommarlov inte överensstämmer helt med den svenska.

– Hur underbart ni än har det här på Örgrytekolonin med grönskan och de trevliga grannarna, sa Jenny drömmande, så vore det fantastiskt att flyga till New York snart igen.

Den äldre av mina två härvarande bröder vinkade åt en grannkvinna, som ute i

grusgången tittade lite extra åt vårt håll. Hon vinkade leende tillbaka och ropade att hon precis var på väg att handla några småsaker hon glömt. Och en annan målmedveten kvinna kom precis in på området med sin vovve i koppel och somrigt behag i blick..

– Härliga koloni, suckade Tanja belåtet. Men vad betyder egentligen Örgryte? frågade hon (och fick hastigt svar från TRE av oss samtidigt, att Örgryte betyder stenig sandjord och att det uråldriga ordet ör i princip är samma som engelska earth).

– När vi går in i stugan sedan, så kan vi lyssna på John Tabaccos nya CD, lovade jag.

– **Oh, ja! sa** Jenny. Speciellt den där texten, som John sjunger om att han tillfälligtvis inte är produktiv och att sysslolösheten, ensamheten en kväll går honom helt på nerverna och så slutar låten med att Susan DeVita så sött ringer och säger ”Hellooo”...

– Den heter ”You and Your Voice”, upplyste jag.

– Ta mig tusan om jag inte ska kolla på YouTube eller Facebook om Clam Radio och i synnerhet John har några smakprov eller interiörglimtar där, sa Jenny bestämt.

– Han har visst aldrig spelat gitarr här på kolonin, men ni hade skaffat nån som lirade Bröderna Cartwrights signatur ”Bonanza” riktigt snitsigt en midsommar i partytältet ute på gräsmattan, mindes Rustan.

– Det var ingen midsommar, det var kolonins 90-årsjubileum som den där artisten var anlitad på. Så det måtte varit 2005, när Bengt Norén var presentatör och höll i firandet, upplyste jag.

Och det var då, förresten, som Linda gjorde en folder med Sörens framforskade fakta om föreningens historiska tre allra första eldsjäl.

– Skål för eldsjäl, sa översköterska Tanja och höjde sitt glas i lycklig förvisning att hon här på härliga Örgryte inte blir konsulterad i en massa hälsofrågor på sin fritid.

BaraBraMat*

Ny större lokal på
Norra Gubberogatan 10.
Öppet hela sommaren.
Varmt välkomna!

JAG BJUDER PÅ LUNCH!

När ni bokar in en kostnadsfri värdering
av er nuvarande bostad så bjuder jag på
finlunch för två personer på Villa Odinslund*.
Och det bästa av allt är att ni inte behöver
ta med mig! // Magnus



Magnus Josefsson
VD/Partner
0728 - 84 88 00
magnus@sigfridopartners.se

*Vi önskar alla
gamla och nya
kunder en riktigt
skön sommar!*

*Ange ÖHP när ni bokar er värdering, erbjudandet gäller t.o.m. 30/6 -18

Den lokale mäklaren
i Örgryte/Härlanda
031 - 99 49 00
Delsjövägen 7
www.sigfridopartners.se

Sigfrid
& PARTNERS

NISHIKI PRO BLT

Nu har ni möjlighet att bli ägare av en numrerad BLT vilket innebär att ni
blir bland de 50 första ägarna att få uppleva denna cykel som kommer att
byggas vidare på framöver i Göteborg.

9 995:-

BEGRÄNSAT ANTAL!



Pro BLT är vårt senaste tillskott i
Nishikifamiljen. Med remdrift från
beprövade Gates är den en fröjd
att cykla på. Rem ger en mjuk och
ljudlös drivning. Inte heller
någon smutsig kedja att
tänka på samt överläg-
sen livslängd. Ramen
är hämtad direkt från
vår omtyckta Pro SLD
och geometrin ger
en kvick cykel med
mycket körglädje.
De tåliga hjulen har
asymmetriska fälgar.
Givetvis är den också
förberedd för all tänkbar
pendlarutrustning.

CYKELKUNGEN

BUTIK • VERKSTAD • CYKELUTHYRNING

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

Nu satsar Pia på vildmark

Efter 23 år på Volvo och därefter ägare och populär föreståndare av Bertilssons Stuga från 2006 tar Pia Backman, 51, time-out.

Första projektet är en ensamvandring mellan Bottenhavet och Atlanten.

– Jag blev änka för drygt ett år sedan. Nu går jag från 100 till noll i krav för att hitta tillbaka till min livstråd. Det är min själ som ropar, och jag väljer att lyssna.

Alla som besökt kulturklassificerade Bertilssons Stuga vid Lilla Delsjön kan räcka upp en hand.

Jaså..., okej, vi blev några hundratusen. Pia har mött oss flesta. Men nu ska ägaren ”logga ut” och leva ett eget (vildmarks-) liv under två år.

Efter vandringen på Sankt Olofsleden mellan Sundsvall och Trondheim, en nätt promenad på drygt 56 mil, väntar fortsatt utforskning av den norska kusten ner mot Kristiansund, Molde och Ålesund.

– **Vi får se** i vilket skick jag är efter första etappen. Därefter får dagsformen avgöra hur långt söderut jag går. Jag tänker i vart fall inte ha bråttom och har ingen tidsplan jag tänker följa.

På agendan finns senare under tvåårsperioden även:

✓ Ett långt besök i indiska heliga staden Rishikesh (också yogans huvudstad) vid Gangesfloden i Himalaya för att testa och behandlas av läkekonsten ayurveda och studera hälsolära.

– Jag åker dit för att rensa mig och förhoppningsvis bygga upp kroppen med nya metoder, och vill uppleva hur det fungerar.

✓ En två månader lång resa i Indokina med de Rosa Bussarna som tar henne och övriga resenärer, som alla reser och bor i bussen, genom bland annat Vietnam, Kambodja, Burma och Kina.

Det är inga små projekt Pia Backman förbereder.

– Jag har hela mitt liv verkat för alla andra. Nu tänker jag ändra görandet till ett varande.

Hon har alltid varit en doer på temat ”ju omöjligare, desto bättre” och nått stora framgångar längs vägen. Pia Backman gör ingen hemlighet av att den första långvandringen, som hon avser påbörja i mitten på juli, är ett sätt att bearbeta sorgen efter maken Niklas som gick bort i sviterna av en hjärntumör den 15 maj ifjol.

Niklas hade varit ute och sprungit i augusti 2014. Kom tillbaka till bostaden i Delsjön, nära kaffestugan paret drev tillsammans, mådde illa och kräktes.

– Min man fick diagnosen hjärntumör. Han fick ett år kvar att leva av läkarna, men klarade 2,5 år.

• **Du avser att gå ensam mellan Sundsvall och Trondheim, genom elva kommuner (bland andra Östersund, Åre, Duved och Järpen) och 40 procent vildmark där det kan finnas såväl björn som varg och ilska mygg...!?**

– Jag hoppas att Niklas finns med mig på



Pia Backman som vi är vana vid att se henne, utanför Bertilssons Stuga. (Fast ändå, kanske mer innanför...)

Foto: ÖHP

färden. Jag vill göra den här resan i ”Niklasland” eftersom han kommer från trakterna. Det bli ett sätt för mig att avsluta och ta far-

väl. Så jag packar min ryggsäck och drar till Norrland.

Niklas tog disken på helgerna i stugan, var pålitlig eldkarl och skötte alltid påskbrasan till många gästers förtjusning och trevnad.

Pia Backman visste att den aviserade separationen mellan liv och död skulle bli smärtsam. Inte gjordes tillvaron enklare av att Pia i augusti 2015 drabbades av bröstcancer.

Pia och fyra år äldre Niklas träffades 2001. Med in i det första boet kom inte mindre än fem barn. Pias James (född 1988), Simon (1989) och Amanda (1992). Niklas Marcus (1987) och Mikael (1989).

– **Vi köpte ett** hus i Långedrag med åtta sovrum så att alla skulle få gott om plats.

Pia Backman växte annars upp i Sollebrunn.

TIPSA KOA!

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

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

JAG ÖNSKAR VARA I TIDEN, SOM DET HETER

Efter avslutad grundskola i Nossebro flyttade hon som 17-åring till Göteborg och tog anställning, som då en av få kvinnor, på monteringsbandet på Volvo.

Utan gymnasiekompetens avancerade hon snabbt parallellt med boende i Åsa och mamma till tre små barn. 23 år senare (2006) slutade hon med titeln ledarskapsutvecklare och projektansvarig.

– **Inte för att** jag inte trivdes. Jag lämnade Volvo när det var som bäst, men ville göra något annat.

Hon planerade för en liknande verksamhet i Färjenäs på Hisingen, vid foten av Älvsborgsbron. Samtal inleddes med dåvarande Göteborgs starke man, kommunstyrelsens ordförande Göran Johansson (s).

– Vi ville skapa en mötesplats även på andra sidan stan. En mötesplats med betoning på friluftsliv som kunde sammanfoga generationer. Ett slags ankare att hålla fast vid.

Plötsligt blev befintliga Bertilssons Stuga i Delsjön till salu – och Pia och Niklas slog till. Inte för att de bjöd högst utan för att de handplockades ur en grupp intressenter av ägarna Lennart och Viveca Stolpe som önskade garantier för fortsatt verksamhet i deras anda.

Med hög trivselfaktor, mustiga soppor, välmatade mackor, läckra bakverk, samt vinterklassikern varm choklad med vispgrädde.

• **Efter tolv år ger du upp Bertilssons Stuga?**

– Inte helt, bara temporärt enligt avtalet. Jag arrenderar ut under två år till underbara tjejer som båda heter Sara. I minnet från alla år finns så mycket att glädjas åt, konstaterar Pia som tillsammans med grundaren Pelle Bertilssons barnbarn, Hans, skrivit en bok om den röda kaffestugan och dess tillkomst i Delsjöns vackra naturreservat.

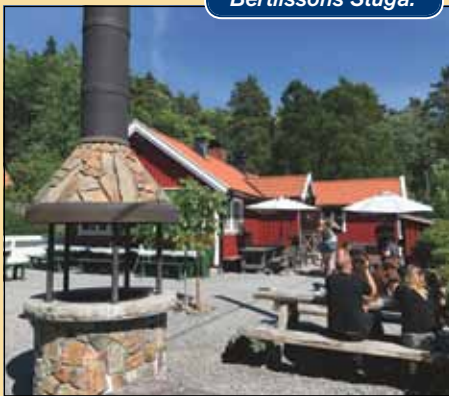
• **Avser du att komma tillbaka?**

– Det får tiden utvisa. Jag är öppen för det mesta. Jag är dessutom fascinerad av människor som lever sin egen stil och väg. Innerst inne vill jag nog helst inte gå tillbaka till samma fåra en gång till. Jag önskar vara i tiden, som det heter. Kanske rent av logga ut helt från systemet. Hoppas att naturen kan hjälpa att läka mig och komma till beslut. Kan man radera ut sitt personnummer och bara vara en anonym!?

• **Hur förbereder du din stundande långvandring?**

– Jag har lite erfarenhet sedan tidigare eftersom jag promenerat Santiagoledden i Spanien som sträcker sig över 80 mil. Jag har köpt ett nytt tält som väger endast två kilo. Jag har också bestämt att min packning totalt får vara på högst åtta kilo. Sedan får jag försöka att ta dagen som den kommer. Mina barn är lite oroliga, men jag ska höra av mig när mobiltäckningen fungerar. Och vissa nätter kanske jag lyxar till det med att hyra en säng på något vandrarhem där leden passerar.

KJELL-OVE "KOA" ANDERSSON



DE TVÅ SARORNA – Burnelius och Eek Branzell ska driva Bertilssons Stuga nu när Pia Backman (längst till vänster) har andra planer.

Sara och Sara tar hand om Bertilssons stuga

De träffades för första gången 2011 i Sydney, Australien, av alla ställen.

Vid nästa tillfälle, två år senare, i Rio de Janeiro, Brasilien.

Nu ska de två tjejerna, som båda heter Sara, driva Bertilssons Stuga som ägaren Pia Backman arrenderar ut under två år.

Historien kring Sara Burnelius, 30, och Sara Eek Branzell, 27, har mycket av ödets ironi över sig. De for alltså helt ovetande om varandra från Göteborg till Sydney på var sitt äventyr och träffades på andra halvan jordklotet av en slump. Att de skulle ha en kaffestuga i skogen tillsammans hemma i Sverige sju år senare fanns inte på kartan. Behöver vi berätta, för att knyta ihop säcken av "Sarorna", att de har var sin syster som heter Lina...!?

– Jo, så är det faktiskt!

Sara & Sara, två glada tjejer som älskar att resa och uppleva, träffades även i Lissabon, Portugal. Där tog gemenskapen fart på allvar när de klev på en tredagarstur med segelbåt till Marocko.

– 37 fot lång, med kaptenen, Sara och jag och två till passagerare ombord, berättar Sara Burnelius.

Det var hon, den äldre Sara, som tog initiativet till arbete i Bertilssons Stuga utan minsta aning att den var till uthyrning under Pia Backmans stundande time-out.

Kapten Bertilsson guldmedaljör i OS

Första byggnaden i området uppfördes 1809 som en torpagård. 1927 köptes gården av kapten Per Daniel Bertilsson som även han var en berest man.

"Pelle" Bertilsson vann OS-guld i gymnastik (mångkamp, lag) i Stockholm 1912. Reste därefter till exotiska Kuba för att jobba som fäktlärare i Havanna under fem år.

Tillbaka i Sverige och Delsjön byggde han ut den gamla torpagården. Så småningom också med en kaffestuga. Verksamheten drevs med vedspis och fotogenlampa. Först 1968 installerades ström till torpet som under årens lopp kan räkna med upp mot två miljoner besök.

En av de flitigaste gästerna i Stugan är Lars-Erik Säll, 74 år. Före detta handbollstränare i Västra Frölunda och Sävahof samt förbundskapten och ideolog bland mycket annat. Lars-Erik är en pålitlig motionär och en stor

friluftsvän och fortfarande still going strong i löparspår och på promenadstigar i området.

– Jag minns mitt första besök som 13-åring 1956 tillsammans med mina föräldrar. Bertilsson Stuga var ett härligt utflyktsmål mitt i skogen där man kunde krypa in och få något varmt under promenader och utflykter. Verksamheten har skötts fantastiskt bra under åren, inte minst med Pia (Backman) som föreståndare. Det är bara att läsa i dag/gästboken där uppe.

• **Hur ska Sara & Sara lyckas föra arvet vidare?**

– Det gäller att förstå värdet av det som blivit en kulturinstitution med åren. Och vårda ömt. Behålla den höga mysfaktorn. Till Bertilssons Stuga har man alltid känt sig välkommen, för egen del under drygt 60 år.

Kapten "Pelle" Bertilsson avled 1972, 80 år gammal.

KJELL-OVE "KOA" ANDERSSON

"Sarorna" har inte enbart rest och träffats på exotiska orter utomlands. De har även kamperat och jobbat ihop inom restaurang- och servicebranschen i både Lissabon och... Ulricehamn.

– Men nu får de hålla sig hemmavid i åtminstone två år och göra en ny resa på plats. Samtidigt som jag hoppas att såväl stamkunder som nya stöttar tjejerna, inflikar Pia Backman som gör sin sista arbetsdag den 21 juni, dan före midsommarafton.

Efter sedvanligt sommarstängt slår de nya föreståndarna Sara & Sara, och företagets 13 timanställda, upp portarna igen den 14 augusti. Med parallellt fortsatt populära temakvällar. Och så småningom med också gulliga "minigetter" på gården.

Vem kunde tro detta där på stranden i Sydney 2011...!?

– Ödets ironi, erkänner Sara Burnelius. Ingen av oss har varit hemma i Göteborg så lång sammanhängande tid som två år efter gymnasiet. Men vi har samma bakgrund och historia och är överens om att vi kompletterar varandra. Detta ska bli oerhört roligt och fruktansvärt spännande.

KJELL-OVE "KOA" ANDERSSON

Ny yogastudio i Härlanda

Under många år har boende i Härlanda önskat sig fler yogastudios som ligger i närområdet och som gör att de inte behöver ta sig in till centrum för att utöva yoga.

Nu har det äntligen hänt: The Yoga Studio GBG har öppnat på Sofiagatan 8.

Yogan har funnits med som en självklar del i Karin Brattbergs liv sedan början på 2000-talet. Den har varit enkel att praktisera även på hennes resor runt om i världen.

Genom arbetet inom restaurangbranschen såg hon yogan som ett sätt att hålla sig sund och frisk, men det var först under hennes andra graviditet för fyra år sedan som hon bestämde sig för att utbilda sig till yogalärare.

– Jag kunde inte gå under halva graviditeten, men jag kunde fortfarande göra yoga.

När jag satte mig på min yogamatta var jag fortfarande en ”superwomen” och det väckte ett intresse hos mig att förstå varför det var så. Yogan stillade den oro man får när man går igenom en period som inte är så lätt och den gjorde mig starkare fysiskt också, säger Karin.

Efter förlossningen utbildade Karin sig inom yoga hos bland annat hos Yogayama och jobbade därefter som lärare på flera yogastudios runt om i Göteborg innan hon startade eget.

När Karin fick veta att hennes väninnas man hade en lokal att hyra ut som låg på gångavstånd från Redbergsplatsen, blev hon nyfiken. Efter att ha sett den ljusa, fräscha lokalen med bra läge på Sofiagatan 8 beslöt hon att starta sin egen verksamhet.

Karin har gjort ett medvetet val med att hålla interiören så enkel som möjligt. ”Inte så mycket av ljuslyktor och rökelse”, som hon själv uttrycker det, utan att istället satsa på att köpa in ett stort antal ekologiska yogamattor och redskap, bland annat klossar, bolster och filter.

– Det är ovanligt att man får så bra service på en yogastudio. Det är inte alltid det ingår redskap, säger Viyan Idan, som går regelbundet till The Yoga Studio GBG och som själv kommer att börja jobba som lärare där inom kort.

Innan och efter varje klass bjuder Karin även på gott, värmande koffeinfritt te.

– Det är något jag vill ge till mina elever. Det är ett sätt för mig att visa att de är välkomna.

Eftersom Karin vill dela med sig av sin personliga erfarenhet av yoga och moderskap var tanken till en början att hon bara skulle rikta in sig på yoga för mammor, men hon valde att istället vända sig till alla deltagare oavsett kön och ålder och att samarbeta med andra duktiga



Karin Brattberg på The Yoga Studio GBG lever och andas yoga. Den är en stor och viktig del av henne själv. Nu vill hon hjälpa andra att få ett bättre liv med hjälp av yoga. Förslag på bildtext: Karin Brattberg är lärare både för nybörjare och den med mer erfarenhet av yoga.

FOTO: LENA ANDERSSON

lärare som håller i mammaklasser.

Karin satsar främst på kroppsmedvetenhet under sina klasser. Även om klasserna skiljer sig åt angående upplägg, positioner och spirituellt fokus vill hon att eleverna ska veta vad som händer i kroppen när de utför en viss rörelse. Den delen av yoga som syftar på filosofi och andlighet har hon tonat ner. Orsaken till det är bland annat att det inte ska verka skämmande eller främmande för personer som inte är så insatta i yoga sedan tidigare.

– Även om det spirituella finns med, handlar klasserna om det fysiska med kroppen som utgångspunkt. När man hittar balansen kommer det andra att följa med, förklarar Karin.

Till The Yoga Studio GBG är alla välkomna. Både nybörjaren och den som är mer avancerad. För de klasser som riktar sig främst till nybörjare är Karin noga med språket, att hon tar sig tid till vara tydlig och förklara de begrepp som ingår i yoga. Klasserna sker både på dag

och kvälls tid.

Örgryte&Härlanda Postens reporter är med på en vinyasaklass. Karin känns bekväm i rollen som instruktör. Med varsam hand guidar hon eleverna genom de olika momenten. Om någon inte lyckas hitta en rörelse, är hon uppmärksam och kommer fram och hjälper till.

Karin har en väldigt fin röst. Vid vissa tillfällen fylls hela salen av en vacker akustik bestående enbart av hennes röst, vilket bidrar till en större avslappning och koncentration på yogan.

På The Yoga Studio GBG är klasserna anpassade så att eleverna alltid ska hinna med en bra avslappning på slutet.

– Om man går på yoga på ett gym kan det hända att några hoppar över av avslappningen. Det skulle aldrig hända på en yogastudio. Här är avslappningen det som är viktigast. Yoga är bra för alla, men speciellt bra för dem med stress, säger Karin och berättar att hon hade en



Karin Brattberg bjuder sina elever på gott te innan och efter varje klass.

FOTO: LENA ANDERSSON

Karin Brattberg

Ålder: 37 år

Bor: Linné

Yrke: Driver The Yoga Studio GBG på Sofiagatan 8.

Motto: "Always the student." Att aldrig sluta lära mig nya saker och vara öppen för att förändring är det enda som är konstant.

ETT URVAL AV KLASSERNA PÅ THE YOGA STUDIO GBG

Aktiva klasser:

Hatha: Grunden för en aktiv yoga. Går i ett lugnt tempo. Passar dig som är nybörjare.

Vinyasa: Andningssynkroniserad rörelse. Medveten placering av kropp till andetag. Mycket styrka och teknik.

Yoga stability/mobility: Perfekt för nybörjaren eller den som varit skadad. Hitta styrkan och stabiliteten för att få minskad stelhet och ökad rörlighet.

Passiva klasser:

Yin: Bra för bindväven. I denna klass stannar du i samma position mellan fem till tio minuter.

Meditation: Speciellt bra mot stress, en guidad meditation.

Restorative: Är en återhämtande, meditativ form av yoga. En bra kurs att börja med för dig som är nybörjare.

Missa inte årets midsommarmfest på Torpakolonin!

Sedan i början av juni har kolonisterna i Torpakolonin planerat och arbetat med förberedelserna inför årets Midsommarfirande – ett helt ideellt och traditionellt firande med både levande musik och barnunderhållning.

Det är många som besöker koloniområdet för att fira midsommar, ibland så många som 400–500 vuxna och nästan lika många barn, både kolonister och bekanta utifrån, gamla och unga, från närområdet och hela Göteborg. Alldeles intill Östra Sjukhuset,

ett stenkast från spårvagnshållplatsen med samma namn, ligger koloniområdet där firandet inleds kl 14.

Midsommar på Torpakolonin tar sig uttryck i en välbesökt café-verksamhet med försäljning av Torpabakelser, rulltårter, bul-lar och småkakor som kolonisterna bakat, lotteriförsäljning, fiskdamm och ansiktsmålning för barnen med mera.

På området bor många som kan spela instrument och sjunga och redan innan klockan är 16 skapas midsommarmstämning genom att folkmusik från olika delar av Sve-

rige spelas på fiol, gitarr, klarinett och bas.

Midsommarmstången reses kl 16 och danslekarna som startar omedelbart därefter ackompanjeras av kolonins musiker, som ser till att även årets midsommarfirare får raska över isen och dansa till Små Grodorna.

Hållpunkter för firandet:

✓ 14:00 öppnar caféet. Försäljning av lotter, ansiktsmålning, fiskdamm m.m. startar.

✓ 16:00 Reser vi midsommarmstången och dansar till levande musik.



Traditionellt firande på Torpakolonin.

Veteranpoolen växer – nu söker vi fler jobsugna veteraner!

Vi hjälper privatpersoner och bostadsrättsföreningar med **städ, hantverk** och **trädgårdsarbete**, och bemannar företag.

Våra tjänster är populära, och vi behöver bli fler. Är du pensionär? Har du erfarenhet av **målning, snickeri, fastighetsskötsel, el, VVS** eller **trädgård**? Ring mig idag!

Tel: 031-21 77 30
www.veteranpoolen.se



Ellinor Elg Rydén, kontorsansvarig Göteborg Öster



PÅ OLSKROKSTORGET!

**VI ÖNSKAR ALLA EN
GLAD MIDSOMMAR!**

**HÄR HOS OSS PÅ
OLSKROKSTORGET
FINNS ALLT FÖR ETT LYCKAT
MIDSOMMARBORD.**

VI HAR ÖPPET HELA SOMMAREN.

VARMT VÄLKOMNA!

**FISKBODARNA KÖTTBODEN
SVEN-ERIKS BLOMMOR**

Klädlagret AB

Med barn- dam- och herrkläder samt mycket mer

Alltid generösa priser

Med reservation för slutförsäljning & tryckfel



HANDDUKAR

10:-
STYCK



BADPOOL

Ø122 cm H 25 cm

99:-



BADPOOL

Ø183 cm H 33 cm

199:-

..... SOMMARTIDER.....

Från och med midsommar har vi lördagsstängt

MÅNDAG-FREDAG kl. 10-18

Stängt Midsommarafton & Midsommardagen

Lördagsöppet igen från och med 11 augusti, kl. 10-15

KUPONERBJUDANDE!

GUMMISTÖVLAR

BARN, stl 22-34

50:-

Ord.pris 99:-



Klipp ur och ta med kupongen till butiken
Ditt postnummer:

Kupongerbjudandet gäller t.o.m. 30/6 2018 (med reservation för slutförsäljning & tryckfel) hos Klädlagret AB, Hökegatan 32 i Olskroken, Redbergslid. Max en kupong/hushåll.

OLSKROKEN – REDBERGSLID

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



Tack för en trevlig dag!

1:a juni hade Treat and Teach femårsjubileum. Sedan 2013 har vi, Melinda och Pernilla, drivit företaget där hudvård och hälsa står i fokus. Under dagen minglade gamla som nya kunder i salongen och erbjöds konsultation för bästa tänkbara hudvård och make-up.

Vi är mycket glada att vi tog steget och öppnade salongen för fem år sedan, och att det blev i ett så trevligt område var en fullträff. Vi har haft äran att få många stamkunder och är väldigt tacksamma för det fina mottagandet vi fått och vill tacka alla som deltog i vårt firande!

**Melinda & Pernilla
på Treat and Teach**



”Solen skiner” på Ånässkolan

Hälsa och lärande hänger tätt samman. Detta tar Ånässkolan vara på i sitt projekt ”Solen skiner”, där elever och pedagoger arbetar tillsammans för att få elever att må och lyckas bättre i skolan – genom rörelse.

På Ånässkolan finns sedan några veckor sedan flera nya rastaktiviteter för eleverna att vara med på. De är konkreta resultat av det hälsofrämjande projektet ”Solen skiner”, vars mål är att eleverna ska må och lyckas bättre i skolan med hjälp av lek och rörelse.

– Under rasterna när eleverna rör sig och har kul, då vill vi passa på att överösa dem med siffror och bokstäver. Då lär de sig allra bäst – när de inte ens tänker på att de lär sig, säger Frida Forsberg, en av lärarna som ansvarar för projektet.

En viktig del i projektet och i det hälsofrämjande arbetet är just att kombinera rörelse med olika ämnen och även med estetiska lärprocesser. Ett konkret exempel är den så kallade ”Mattelarven”, som eleverna har målat på skolgården och som går ut på att eleverna ska träna olika tal och räknesätt samtidigt som de hoppar på siffrorna.



Filippa Norlin Wiedel är specialpedagog för skolorna i Örgryte-Härlanda och berättar att det är viktigt för elevernas välmående att de förstår helheten i skolan. Att kombinera olika ämnen är ett bra sätt att hjälpa eleverna förstå hur allt hänger ihop.

– Ett exempel är när matematikläraren pratar om åttondelar på lektionen. Nästa dag har eleverna musikundervisning och pratar även där om åttondelar. Men det är inte alls säkert att de förstår att det är samma åttondelar vi pratar om. När ämnen hänger ihop upplever eleverna i regel mindre stress, eftersom de ser sambanden, säger Filippa Norlin Wiedel.

På skolgården finns även tre kompisbänkar, målade i regnbågens färger (”alla

är lika mycket värda”). Om en elev inte har någon att vara med så kan hen sätta sig på en bänk och då har övriga elever ett ansvar för att inkludera eleven.

– Kompisbänkarna har funkade bra. Vi vill att eleverna tar ansvar för varandra. Projektet handlar ju minst lika mycket om ett värdegrundsarbete som om fysisk aktivitet, säger Frida Forsberg.

Det är lärare och elever i årskurs tre som tillsammans ansvarar för projektet.

– Vi hoppas att den här nya rastverksamheten kommer bli en del av ordinarie undervisning, säger Frida Forsberg. Att det är teorin som gör detta tror vi kan ge en känsla av att de senare känner ansvar och omtanke för en verksamhet som de själva fått påverka.

Göteborgs Stad har fått statsbidrag för att arbeta med just hälsofrämjande lärmiljöer i skolan och det är dessa pengar som Ånässkolan fått del av.

Förutom Ånässkolan har tre andra skolor i Örgryte-Härlanda fått del av statsbidraget för att utveckla hälsofrämjande lärmiljöer: Torpaskola med ”Hälsoveckan – rörelse och matematik – hur hänger det ihop?”, Rosendalsskolan med ”Pulserande vänskap” och Skårsskolan med ”KuLeva”. **ÖHP**

FRANSSONS

RUM

Vi önskar er en trevlig sommar!

Semesterstängt vecka 29-30

Sommartider V. 27-28, 31-32 Stänger vi kl. 17

031 - 21 01 21

RUM@FRANSSONSRUM.SE

WINGÅRDSGATAN 1, GÖTEBORG

WWW.FRANSSONSRUM.SE

Vi gör reparationer och service

Semesterstängt v. 27-30

Vi önskar alla våra kunder en trevlig sommar!

Godkänd
enligt
KPL 2000

Komplett
skadeverkstad



OLSKROKENS BIL AB

Ånäsavägen 44 • Tel. 84 76 00 • Fax. 84 52 89

**Vi önskar
er en härlig
sommar!**

**CYKEL
REPARATIONER**

Semesterstängt
från torsdag 14 juni

Öppnar åter
måndag
13 augusti

**Steffens
Cykelservice**
Vard: 12-18 Lörd: Stängt

Norra Gubberogatan 12

Tel: 25 23 39

Glad sommar!

Lördagar & Söndagar stänger vi 16.00

Semesterstängt

fr.o.m. söndag 15 juli

Vi öppnar åter

måndag 6 augusti

*Glad sommar önskar
fam. Jerkstrand med Personal*



Vard 07.30-18.00 | Lörd 09.00-15.00 | Sönd 10.00-15.00

Danska vägen 110

Tel. 031-84 74 76



MISSA INTE sommarens cykel- och sportskola i Kallebäck!

FOTO: WALLENSTAM

Kul på cykel och sportskola i Kallebäck

Den 18-20 juni och 12-15 augusti är det återigen dags för gratis sportskolor i Kallebäck!

På mötesplatsen Mitt i Kallebäck vid Mejerigatan 3, kan man i juni kan lära sig nya tips och trix på cykel, cykla på pumptrackbanan och hänga med på sköna cykelutflykter i Kallebäck!

Denna sportskola arrangeras av Västra Götalands Idrottsförbund och SISU Idrottsutbildarna i samarbete med Team Rynkeby, Göteborgsgiro och Wallenstam.

Allt som krävs är att man tar med egen cykel och hjälm. Den 18 juni blir det fixardag på temat lär känna din cykel, den 19 juni cykelutflykt med picnic och den 20 juni teknikcykling och testa på pumptrack.

Längre fram i sommar den 12-15 augusti är det dags för Sportskola nr 2 med en rad olika sporter och ett fint samarbete med de lokala föreningarna samt Västra Götalands Idrottsförbund och SISU Idrottsutbildarna.

Målsättningen är att få till en stor variation av aktiviteter, så att det finns

något för alla.

Oavsett om man är nyfiken på golf, ridning, taekwondo eller bollsport. Sportskolan riktar sig främst till barn och ungdomar mellan 6 och 12 år – men alla är välkomna och det är gratis att delta.

Man behöver inte ta med sig eget material, utan det kommer att finnas på plats. Som deltagare går det bra att prova flera sporter under en och samma dag, och det kommer gå att föränmäla sig till de olika aktiviteterna via SISU och Västra Götalands idrottsförbund.

ÖHP



FAMILJETEATER I GUNNEBOSKOGEN. Visst är det gubben Pettson och hans lilla katt Findus som kommer att spela teater i Gunneboskogen, Byxorna i sommar. Årets familjeteater invid Rådasjön spelas totalt tjugo föreställningar under en månad, fram till den 8 juli. Föreställningen är två akter 40 min vardera plus en paus på 20 min. Biljetterna kostar 100 kronor för alla som fyllt tre år. Spelplatsen ligger i en glänta i skogen. Vi spelar utan tak. Det finns publikplatser på läktare men också på marken. Det kan vara bra att ha med sig sittunderlag eller en filt att sitta på, och såklart kläder efter väder. Det finns Café på plats som både innan, i pausen och efter säljer fika, popcorn och korv med bröd bla. Men givetvis kan man ta med sig egen picknick och njuta av i skogen. FOTO: OLIVIA SPICER



Örgryte-Härlanda stadsdelsförvaltning och föreningslivet bjöd in till stadsdelsfestival där ett fyrtiotal föreningar och intresseorganisationer visade upp sig. Allt från loppmarknad och bygglek till rullstolshandboll, skateboard och innebandy. Det serverades även mat från olika delar av världen och på scenen bjöds det på underhållning. Lite drygt 4000 besökare trivdes ihop i det strålande solskenet.

FOTO: GÖTEBORG ÖRGRYTE HÄRLANDA



GRATTIS - NI VANN BILJETTERNA TILL VM-KVALMATCHEN PÅ ULLEVI!
Eva Bengtsson, Nordostpassagen 4 i Göteborg. **Miguel Andersson**, Lingonvägen 9C i Mölnlycke. **Sofie Johansson**, Lädämnesgatan 36 i Göteborg. Ja, och rätt svar var ju kryssalternativet, Pia Sundhage.

HELA SOMMAREN!

SALONG LILLKULLE 24

Klippning pensionär/student 200:-

Permanent fr 399:-

Färgning fr 299:-

GÖR OCKSÅ HEMBESÖK FÖR KLIPPNING!

Fri parkering Varmt välkomna!

Lillkullegatan 24 | Göteborg Tel: 031-40 61 20

Mittmot Ekmanska vårdcentralen 0707-65 30 69

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

fonus.se

Personlig begravning

När en person dör förändras allt. Mitt i en omtumlande tid ställs du inför många val och beslut. Vi hjälper dig att skapa en ceremoni som blir ett personligt avsked och ett fint minne.

Välkommen in och hämta Vita Arkivet - en vägledning för dina nära.

Norra Gubberogatan 7, Göteborg | 031 85 98 30

FONUS

ETT PERSONLIGT AVSKED

by ann-louise obom

UNNA DIG SJÄLV EN HÄRLIG STUND

MEDICINSK FOTVÅRD

VAXNING

KOPPNING

NATURLIG FACELIFT

REGNDROPPSMASSAGE

SHELLAC

TIDSBESTÄLLNING & DROP IN

Lilla Munkebäcksgatan 3A Gaveln, Munkebäck

Bokadirekt.se • Tel. 0705-85 46 46

www.byannlouiseobom.se



TAR SIG..."TON"... TV-profilen och fotbollslegendaren Glenn Hysén har tagit upp kampen om årets VM-låt inför stundande Fotbolls-VM i Ryssland. Bidraget "ALL IN" med Sweden Boys utmanar Gyllene Tiders officiella låt. Glenn Hysén – som nyligen vunnit Farmen VIP – har alltså debuterat som "sångare"... Bakom konceptet Sweden Boys hittar vi låtskrivarna Stefan EK och Christer Wolfbrandt. Tillsammans ha de knåpat ihop en rockrökare som sticker ut med en refräng – som de själva påstår – sätter sig direkt. Blir detta årets VM-låt? Tja, den finns i alla fall både på spotify och iTunes.

FOTO: TOMMY HOLL

ALEXANDRA:

Lev livet med ett syfte

För många innebär sommaren vila och återhämtning från den allmänna känslan av en överväldigande vardag. Äntligen kan du slappna av, lapa sol, läsa en god bok och bara vara. Njut av det här! Låt inte en massa måsten smyga in de första semesterdagarna utan tillåt dig att bara vara. När du sedan känner att du hämtat andan kan det vara bra att starta en ny god vana.

Sätt intentionen för din vecka

En god vana är att dagligen, eller åtminstone veckovis, sätta intentionerna för vad du vill ha ut av din tid. Välj tre till fem saker du vill ska hända, eller du vill göra, eller du vill vara. Låt det gärna vara något som ligger lätt utanför din bekvämlighet och inte något som knäcker dig. Genom att sätta intentionen formar du din vardag så som du vill ha den. Din tid blir DIN tid, på dina villkor. Och det är mycket lättare att känna dig nöjd med dig själv när dagen är slut.

Fira dina framgångar

Ta dig tid att varje kväll eller veckoslut fira dina framgångar. Den här stunden är inte till för att mentalt gå igenom allt du borde ha gjort men inte hunnit. Nu ska du fokusera på det du gjort bra, det som lyckades, det du känner dig nöjd med och som faktiskt blev av. Fundera gärna över hur du kan göra mer av detta. Vi behöver fylla livet mer med det som ger glädje för att vi ska kunna känna mer glädje. Och det där med att fira, det innebär att du ger dig själv lite kärlek. Le mot dig själv i spegeln eller ge dig själv en extra erkännande blick. Du är värd det!

Utvärdera dina resultat

Gör ett experiment den här sommaren genom att varje vecka sätta intentionerna för tre saker du vill göra under den kommande veckan och fira dina framgångar. Om fyra veckor, se vad som hänt. Hur har det fått dig att känna dig? Hur har det påverkat dig, din omgivning och din vardag att ha ett syfte med din vecka och med din tid? Och kom ihåg: vila är också ett syfte, om det är vila du behöver. Hur har det känts att få fira dina framgångar, och vad har det gjort med dig att fokusera på det som gått bra? Genom att fokusera på det du själv gör bra, hur mycket lättare har det blivit att fokusera på det andra också gör bra?

Du vet att du alltid kan fortsätta att göra som du alltid har gjort, men du kan också välja att prova göra något nytt och se vad som händer. Det är upp till dig. Om du tycker om det du har läst idag, dela med dig och gör det tillsammans med någon.

Delad glädje är ju dubbel glädje.

Allt gott i sommarvärmen!

LIVSCOACHEN

Alexandra Tittus

– din personliga strateg och bollplank



EKONOMISKT

Slopade ränteavdrag att vänta efter valet?

Allt fler röster höjs för reformer av olika slag på bostads- och bolånemarknaden. Avskaffade ränteavdrag, krav på bundna räntor och slopade eller ändrade amorteringskrav är några av frågorna som diskuteras inför höstens riksdagsval.

Det senaste året har den svenska bostadsmarknaden kylts av och den långa perioden av snabba prisuppgångar och en till synes omättlig efterfrågan på nya och gamla bostäder har stannat av. Det innebär dock inte att bostads- och bolånemarknaden blivit mindre heta ämnen i den mediala, ekonomiska och politiska diskussionen. Snarare tvärtom. Inför höstens val finns ett antal frågor som varje bostadsägare och bolåntagare behöver bevaka.

En fråga som diskuterats flitigt de senaste åren är ränteavdraget som ju innebär att man får en skattereduktion med 30 procent av sina ränteutgifter. Därmed betalar en låntagare i praktiken bara 70 procent av sina räntekostnader vilket bidragit till hushållens köpkraft men också till att öka bostadspriserna och hushållens skulder. Många har pekat på det senare och menar att avdraget borde fasas ut och avvecklas. Men politikerna har hit-

tills tvekat eftersom många hushåll (väljare) skulle påverkas negativt. Det är också principiellt tveksamt att låta människor köpa sina bostäder och ta sina lån anpassat till vissa skatteregler och sedan ändra dessa i efterhand. Nu har dock frågan mognat och mer eller mindre alla partier säger sig vara beredda att agera under nästa mandatperiod. Frågan är hur.

Det lär inte bli tal om ett plötsligt avskaffande av hela ränteavdraget, utan snarare om en gradvis avveckling över ett antal år. Det är heller inte troligt att avtrappningen av ränteavdraget kommer att ske isolerat från övriga reformer. Flera partier förespråkar t.ex. att man samtidigt bör avskaffa eller mildra

de amorteringskrav som regeringen och Finansinspektionen infört. Bakgrunden är att amorteringskravet enligt många har bidragit till den snabba inbromsningen av efterfrågan på bostäder, och därmed också till den oönskade minskning av byggandet, som vi nu ser. Tanken är alltså att ett minskat ränteavdrag ska spela rollen som pris- och skulddämpare, samtidigt som ett slopat amorteringskrav ska få fart på efterfrågan och byggandet igen. Om det blir så återstår att se.

För bolåntagarna är det dock långt ifrån ett nollsummespel. Dels för att

amorteringskravet bara gäller nya lån medan ränteavdraget påverkar alla som har ett lån, nya som gamla. Dels för att amorteringar betalas till dig själv, ett sparande, medan slopade ränteavdrag blir en ökad kostnad i form av högre skatt. Det som på ytan kan se ut som en "neutral" förändring där hushållen får en förbättring och en försämring, kan alltså få långtgående privatekonomiska konsekvenser för den enskilde.

Och det finns fler förslag: Riksbanken, liksom tidigare Finansinspektionen, pekar på riskerna med att svenskarna så ofta väljer rörlig ränta och föreslår krav på en viss del bunden. Politiker och ekonomer lyfter ofta fram olika krav på att se över t.ex. fastighetsskatten och vinstbeskattningen vid försäljning, gärna inom ramen för en större reform.

Sammantaget kan den mandatperiod som inleds med höstens val innebära stora förändringar av spelreglerna på bostads- och bolånemarknaden. För alla som äger en bostad och/eller har bostadslån, gäller det att följa utvecklingen och skapa marginaler i den egna ekonomin för att klara sådana förändringar.

Vi hjälper dig med hela din ekonomi

– både företagets och din privata

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

SEB

EKONOMISKT

med Jan Berger
– kontorschef på SEB i Örgryte





Välkomna till Sävedalens Saluhall



Kött av finaste kvalitet
och ett stort urval

Ovanliga och
ovanligt goda ostar.

Smakrika delikatesser

Presenter att ge bort.

BISTRO



SÄVEDALENS SALUHALL

Göteborgsvägen 34 • Sävedalen • FRI PARKERING VID BUTIKEN

Mail: kotthall.savedalen@gmail.com • Tel 0708-66 14 19

Öppet, Ons-Tors 11-18 Fre 10-20 Lör 10-16 • www.kotthall.se

Besök oss på Instagram, Facebook & blog: Sävedalens Saluhall



REA

50%

Mönstrad
klänning
1.299:-

TIN TINO

Korsgatan 3

Vard: 11-18 Lörd: 11-15 tintino.se

Cotton Hill

- store -



Nu har vi startat vår
SOMMARREA
50% i hela butiken!

VÄLKOMNA IN!



Följ oss på instagram & facebook där kan Ni se alla nyheter & styleingtips!

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



TRISSLOTTER
I POTTEN

3 krysslösande vinnare
belönas med
varsin trisslott

Vinnarna meddelas per post.

Lös kryssset och skicka in det
senast 10 augusti till
Örgryte&Härlanda Posten
att. Helene Fast Martinsson
Båtsman Lustigs Gata 27
422 57 Hisings-Backa
– märk kuvertet "KORSORDET"

Jag heter: _____

Adress: _____

Postnummer: _____

Postort: _____

Telefon: _____

Förra månadens lösning:

$$x = \int_0^1 4t^3 dt + e^0 \cdot \cos \pi + \sum_{k=0}^2 (4k - 4)$$

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4	5	6
T	R	E	D	I	M	E	N	S	I	O	N	E	L	L																	
O	M	L	I	K	T	O	R	N	R	I	K																				
B	A	R	A	C	K																										
I	L	L	A																												
E	J																														
M	H	A	R	E	N	A	N	E	S																						
B	A	R	O	N																											
T	I	N	G	E	T																										
L	I	M																													
S																															
S	K	R	A	P	S																										
T																															

Vinnarna!

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

- ✓ **Inger Torbjörnsson**
Friggagatan 7A, Göteborg
- ✓ **Ruth Bresky**
Björcksgatan 35A, Göteborg
- ✓ **Therese Olofsson**
Degeersgatan 19, Göteborg



MODERNT I KÖKET		VILL MAN ATT TE SKA	ANNUELL HÅRT LITET KLOT		MAN I BOK AV BACKMAN	HYVLAS OFTA UNDRET						
DRAR DESPERAT I												
VÄLDIGT LJUS NYANS				INTE VÅR SKRUVAD FÄSTAN- ORDNING			LEK MED FÄRG					
STÖRRE RUM		VISST STÖRRE EGENDOM			KOMMER MED NYHETER							
... SOM EN VARG	SISÅ- DÅR											
DEN BE- HÖVS FÖR ENERGIPÅ- FYLNING	VÄGGKON- TAKTEN BAKDEL	VIRTUELL TRÄFF	HAR SPELMÄN HALVT PAR		HJÄRT- SLAG	KONDITION MAR- KATTAN	51 I ROM KAJKAT					
TAR SJÄTTE BUDET UPP												
TRÄNAR LOGOPED												
			GÖR LÄKARE OMKLÄD- NINGSRUM		HÅLLS STÄNGD VID BAK	LÖNE- TILLÄGG FANTAS- TISKA	DEN LODRÄTA RADEN					
BRÄNNES INNAN AN- VÄNDNING				BLIR MÅNGEN HAKA								
					UTAN NÅGRA SOM HELST UNDANTAG		OS I OSLO					
ANRIKT GLAS- BRUK	ROMERSK MANTEL TJOCK DYNA				BRIST PÅ DRIV- KRAFT	BYGGDE EN BÅT PÅ TORRA LAND	FÖRDJUP- NING I VÄGG	VID LANDS- BYTE	MÅSTE RAKAS UT	VAR I BE- SITTNING AV	TEXTIL	
KOMP- LETT		INTE GÅ MED PÅ										
		SKARV MELLAN DELAR	GENOM- SKÅDAR INTE NAIV SÄNKA									
HARJUST KOMMIT TILL VÄRLDEN						TRIVS I KALLA VATTEN			BRUKAR VALP			
SKA MAN TYDLIGEN OLLE?				LAMMOR					BULL- BÖRJAN			
Urtes korsord .se												...

VÄLKOMMEN TILL BUTIKEN I SOMMAR!

Öppet 9 juli-13 aug
Mån-Fre 10-16

Konfekt, marmelad och mycket annat gott.

V30 börjar vi ta emot julbeställningarna av pepparkakor!



Mycket gott i butiken,
vi hjälper till med
presententinslagningen
– välkomna!

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



TREVLIG SOMMAR!

SOMMAR ÖPPET

18 juni - 12 augusti

KULTURHUSET
KÅKEN

Måndag	8.30-19
Tisdag	8.30-16
Onsdag	8.30-16
Torsdag	8.30-19
Fredag	8.30-16
Lördag-söndag	stängt
Midsommar	stängt

Lättöppet med självservice
Måndag-fredag 8.30-10

Program 031-365 50 60

Bibliotek 031-365 50 70

Kafé Kåken 031-365 50 69

Kulturhuset Kåken

Kålltorpsgatan 2

www.goteborg.se/kaken



Göteborgs
Stad

VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Skall du ut och resa?

Vaccinera dej hos Närhälsan Olskroken – din kompletta Vaccinationscentral

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

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

Läs mer om våra öppettider
och priser på narhalsan.se

Närhälsan

Midsommar på Torpakolonin

Traditionellt firande
med levande musik
och barnunderhållning

Hållpunkter för midsommarfirandet på Torpakolonin 22/6

14:00 Öppnar caféet & korvförsäljningen. Försäljning av lotter,
ansiktsmålning, fiskdamm mm startar.

16:00 Reser vi midsommarstången och dansar till levande musik!

Torpakolonin ligger vid Östra Sjukhuset (linje 1 & 5 samt buss 17, 515, Svart Express m fl)

Arrangemanget sker i samarbete med

Studie
främjandet



Göteborgs
Stad

ÖRGRYTE-HÄRLANDA

Nämndsammanträde

Tisdag 28 augusti

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

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

Kommande möten 2018

25 september, 30 oktober,
27 november, 11 december

Välkommen!

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



Bemanning för ditt företag. Vi gör vardagen enklare!

Det kan handla om att våra erfarna
och pålitliga veteraner kommer och jobbar
några timmar i veckan till heltid.

Vi kan hjälpa till med det mesta t.ex.

- Lärare
- Fastighetsskötsel
- Reception
- Ekonomi
- Trädgård
- Med mera...
- Bygg
- Administration



veterankraft.se

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

Björkekärns församling

www.svenskakyrkan.se/bjorkekarr
Lördag 23 juni 18.00 Temagudstjänst "Skapelsen", Björn Nilsson
Söndag 24 juni 10.00 Högmässa, Björn Nilsson
Tisdag 26 juni 19.00 Veckomässa m förbön, Ragnar Olinder
Söndag 1 juli 10.00 Högmässa, Ragnar Olinder
Tisdag 3 juli 19.00 Veckomässa Taizé m förbön, Ragnar Olinder
Söndag 8 juli 10.00 Högmässa, Daniel Sandén

Välkommen till Nordengården

Stockholmsgatan 16



www.nordengarden.se

Alltid något på gång - en given mötesplats Välkommen!

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

Välkommen!



Tisdag 10 juli
19.00 Veckomässa m förbön, Björn Nilsson
Söndag 15 juli
10.00 Högmässa, Björn Nilsson
Tisdag 17 juli
19.00 Veckomässa m förbön, Bertil Hanberger
Söndag 22 juli
10.00 Högmässa, Bertil Hanberger
Tisdag 24 juli
19.00 Veckomässa m förbön, B. Hanberger
Söndag 29 juli
10.00 Högmässa, Bertil Hanberger
Tisdag 31 juli
19.00 Veckomässa m förbön, Bertil Hanberger
Söndag 5 augusti
10.00 Högmässa, Bertil Hanberger
Tisdag 7 augusti
19.00 Veckomässa m förbön, Björn Nilsson
Söndag 12 augusti
10.00 Högmässa, Daniel Sandén
Tisdag 14 augusti
19.00 Veckomässa m förbön, Björn Nilsson
Söndag 19 augusti
10.00 Högmässa, Björn Nilsson
Tisdag 21 augusti
19.00 Veckomässa m förbön, Ragnar Olinder
Onsdag 22 augusti
18.30 Sommarkväll på Enandergården med gudstjänst och grillning. Buss (20 kr tor) avgår kl 18.00 från Härlanda kyrka

och 18.15 från Björkekärns kyrka.
Bussen går i retur kl 21.00.
Söndag 26 augusti
10.00 Högmässa, Ragnar Olinder
Härlanda kyrka
Onsdag 20 juni
18.00 Midsommarfirande på Enandergården
Lördag 23 juni
11.00 Midsommarmässa och midsommarlunch, Gyll, Molin
Söndag 1 juli
11.00 Söndagsmässa, Carlheim
Söndag 8 juli
11.00 Söndagsmässa, Gripenby, Lindström
Söndag 15 juli
11.00 Söndagsmässa, Gripenby, Johansson
Söndag 22 juli
11.00 Söndagsmässa, Hallén, Lindström
Söndag 29 juli
11.00 Söndagsmässa, Gyll, Lindström

Sankt Pauli kyrka
Tisdagar kl. 11 Gemenskapsträff, andakt, kaffe och program.
Onsdag 20 juni
12.15 Café Pauli, enkel lunchservering i Pauligården
13.00 Bibelsamtal inför söndagen, i Pauligården Larsson
18.30 Veckomässa Owe Johansson
Lördag 23 juni
11.00 Högmässa, Midsommardagen, Björn Larsson
Söndag 24 juni
11.00 Högmässa, Björn Larsson
Onsdag 27 juni
18.30 Veckomässa Owe Johansson
Söndag 1 juli
11.00 Högmässa, Daniel Bennsten
Onsdag 4 juli
17.30 Bön för församlingen
18.30 Veckomässa Owe Johansson
Söndag 8 juli
11.00 Högmässa, Rolf Pettersson
Onsdag 11 juli
18.30 Veckomässa Owe Johansson
Söndag 15 juli
11.00 Högmässa, Hans-Olof Hansson
Onsdag 18 juli
18.30 Veckomässa Owe Johansson
Söndag 22 juli
11.00 Högmässa, 8:e söndagen efter trefaldighet Owe Johansson
Onsdag 25 juli
18.30 Veckomässa
Söndag 29 juli
11.00 Högmässa
Onsdag 1 augusti
17.30 Bön för församlingen
18.30 Veckomässa
Söndag 5 augusti
11.00 Högmässa, Owe Johansson
Onsdag 8 augusti
18.30 Veckomässa Larsson
Söndag 12 augusti
11.00 Högmässa, Björn Larsson
Onsdag 15 augusti
18.30 Veckomässa Larsson
Söndag 19 augusti
11.00 Högmässa
Onsdag 22 augusti
18.30 Veckomässa
Söndag 26 augusti
11.00 Högmässa, Daniel Bennsten

Torsdag 12 juli
16.00 Sommarcafé med Reflex-mässa kl 18, Leijon, Persson
Söndag 15 juli
19.00 Sommarmusik med Mikael Wahlin på orgel, Leijon, Lindblom
Torsdag 19 juli
16.00 Sommarcafé med Reflex-mässa kl 18, Jutvik, Persson
Söndag 22 juli
19.00 Sommarmusik med Henrik Kilhamn, Pianofantasier, Leijon, Persson
Torsdag 26 juli
16.00 Sommarcafé med Reflex-mässa kl 18, Jutvik, Persson
Söndag 29 juli
19.00 Sommarmusik med jazztrion Selected Earrings, Jutvik, Persson
Torsdag 2 augusti
16.00 Sommarcafé med Reflex-mässa kl 18, Jutvik, Hildén
Torsdag 9 augusti
16.00 Sommarcafé med Reflex-mässa kl 18, Ånestrand, Persson
Torsdag 16 augusti
16.00 Sommarcafé med Reflex-mässa kl 18, Lönnblad, Persson
Söndag 19 augusti
11.00 Mångfaldsmässa, Andersson, Persson
Torsdag 23 augusti
16.00 Sommarcafé med Reflex-mässa kl 18, Jutvik, Lindblom
Söndag 26 augusti
19.00 Orgelkonsert med Marcus Rupprecht, Berlin

Skårs kyrka
Lördag 23 juni
17.00 Midsommargudstjänst, Andersson, Hildén
Söndag 24 juni
10.00 Sommarmässa, Andersson, Hildén
Söndag 1 juli
10.00 Sommargudstjänst, Ånestrand, Lundgren
Söndag 8 juli
10.00 Sommarmässa med konfirmation, Andersson, Ånestrand, Persson
Onsdag 11 juli
13.00 Gemenskapssamling Musikalisk frågesport och bildvisning, Berg, Källstrand
Söndag 15 juli
10.00 Sommargudstjänst, Leijon, Lindblom
Söndag 22 juli
10.00 Sommarmässa, Leijon, Persson
Söndag 29 juli
10.00 Sommargudstjänst, Jutvik, Persson
Söndag 5 augusti
10.00 Sommarmässa, Lönnblad, Lundgren
Söndag 12 augusti
10.00 Sommargudstjänst, Ånestrand, Persson
Söndag 26/8
11.00 Högmässa, Leijon, Persson

Örgryte församlingshem
Tisdag 3 juli 12.00 Silllunch, kaffe och tårta, anmälan senast 2/7 till 031-7318040
Onsdag 15 augusti 13.00 Gemenskapssamling med konstnären Ingrid Draminsky

fjällmansbegravning

*I tre generationer har vi på Fjällmans varit ett stöd för anhöriga i sorg.
Tack vare våra egna florister, jurister och transporter kan vi arbeta omtänksamt över hela Göteborg.*

Oskar Fjällman

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

www.fjallmans.se

Örgryte nya kyrka
Torsdag 28 juni
16.00 Sommarcafé med Reflex-mässa kl 18, Lönnblad, Lundgren
Söndag 1 juli
19.00 Sommarmusik med Trio Fresco, Ånestrand, Hildén
Torsdag 5 juli
16.00 Sommarcafé med Reflex-mässa kl 18, Ånestrand, Persson
Söndag 8 juli
19.00 Sommarmusik med Ensemble Hieronymus, Leijon, Persson



primärtandvården
BARN | VUXEN | AKUT | IMPLANTAT | ESTETIK



Tand-blekning
- nu endast
1.995 kr!

Öppet hela sommaren
kl. 8-16

AKUT
TANDVÅRD
INOM 24H

Akuttandvård – boka online eller ring!
PRIMÄRTANDVÅRDEN Kagegedstorget 1 Telefon: 031-255037
ÖPPETTIDER Mån– tor: 7:30–19 Fre: 8–16 Lör: 10–15
www.primartandvarden.se

Församlingarna i Örgryte pastorat hälsar välkommen till verksamhet och gudstjänst

Sommartid i kyrkan

Midsommarhelgen i kyrkan

Björkekärrens kyrka

Lördag 23/6 kl 18.00 Temagudstjänst, Björn Nilsson

Söndag 24/6 kl 10.00 Högmässa, Björn Nilsson

Härlanda kyrka

Lördag 23/6 kl 11.00 Midsommarmässa, Erik Gyll

efter gudstjänsten midsommarfest i församlingshemmet

Söndag 24/6 kl 11.00 Söndagsmässa, Erik Gyll

Sankt Pauli kyrka

Lördag 23/6 kl 11.00 Högmässa, Björn Larsson

Söndag 24/6 kl 11.00 Högmässa, Björn Larsson

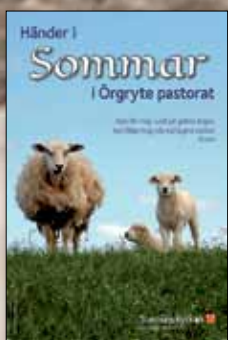
Skårs kyrka

Lördag 23/6 kl 17.00 Midsommargudstjänst, Jonathan Andersson

Söndag 24/6 kl 10.00 Sommarmässa, Jonathan Andersson

Läs mer om gudstjänsterna framöver under Kyrkfönstret

Glad sommar!



**Gudstjänster • Ekumeniska ruingudstjänster • Sommarcafé • Gemenskap
Musik i sommarkväll • Allsång i kyrkoruinen • Sommaröppen kyrka mm**

Kom in i kyrkan, i församlingshemmet eller på pastorsexpeditionen och hämta sommarens program. Du kan också ringa till pastorsexpeditionen så skickar vi hem det till dig. Informationen finns dessutom att läsa på pastoratets och församlingarnas hemsidor.

Foto: Alex & Martin/IKON

Svenska kyrkan 

PASTORSEXPEDITIONEN 031-731 80 40

HERRGÅRDSGATAN 2 (VID ÖRGRYTE NYA KYRKA)

ÖPPETTIDER I SOMMAR: MÅ-FR 09.00-12.00, 12.30-14.00 (t.o.m 17/8)

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



BJÖRKEKÄRRS FÖRSAMLING, SÖRENSENS GATA 1

HÄRLANDA FÖRSAMLING, HÄRLANDAVÄGEN 23

SANKT PAULI FÖRSAMLING, MÄSTER JOHANSGATAN 1

ÖRGRYTE FÖRSAMLING, HERRGÅRDSGATAN 2

Salong Glamours
Medicinska Fotvård
Medl. i Sveriges Medicinska Fotterapeuter

Släpp alla måsten i värmen!

Boka en tid för dina fötter inför sommaren.

Välkommen!

Berzeliigatan 26
Tel 031-18 10 68 el. 0705-23 73 39

Flitiga Fruars städ
Flyttstädning, storstädning, hemstädning och dödsbo.
Rut 50% • Garantier
Bästa referenser finnes
Har funnits sedan 1989

flitigafruar@gmail.com
Tel: 0736-94 84 31

PSYKOLOGMOTTAGNING
för tonåringar och unga vuxna
Kontakta Leg. Psykolog,
Leg Psykoterapeut
Kersti Lachenardiere
Tel. 072 502 17 97
Mottagning i Prästgårdsängen

Troligtvis stöder du oss redan i hjärtat. Tack.

Men vi behöver pengar också. Tack igen.

BRIS
BARNENS RÄTT I SAMHÄLLET

Stöd BRIS! Medlemskap 250 kr, eller gåva. Pg 90 15 04-I

Annonsera i Örgryte & Härlanda

Annonsen önskas införd:.....
Beställare:.....
Telefon:

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. MEN om du e-postar **annons@ohposten.se** så är det kostnadsfritt!

FAMILJ		RUBRIKANNONSER	
☐ Uppvaktning undanbedes	0:-	☐ Vigsel + foto	0:-
☐ Grattis (endast text)	0:-	☐ Födda (endast text)	0:-
☐ Grattis + foto	0:-	☐ Födda + foto	0:-
☐ Förlovning	0:-	☐ Till minne	0:-
☐ Vigsel (endast text)	0:-	☐ Tack	0:-
		☐ Månadens Ros	0:-
		☐ Privatannonser	0:-
		☐ Köpes	50:-
		☐ Säljes	50:-
		☐ Bytes	50:-
		☐ Djur	50:-
		☐ Förlorat	50:-
		☐ Tillvarataget	50:-
		☐ Dagmamma	50:-
		☐ Platsannons	50:-
		☐ Motor	50:-
		☐ Bostad	50:-
		☐ Uthyses	50:-
		☐ Önskas hyra	50:-
		☐	50:-
		Företag	
		☐ Företag (end. text) 60x40	200:-
		☐ Hantverkare	
		☐ Bilservice	
		☐	

VAR VÄNLIG TEXTA!

..... TELEFON:

MARKNADSPLATSEN **annons@ohposten.se**

HUNDPASSNING
✓ Jag tar hand om din hund på dagen när du jobbar eller ska åka på semester.
Tel. 0760 309 605

LÄGENHETSBYTE
✓ Önskar byta min etta om 38 kvm på Lefflersgatan mot en tvåa nära Bagaregården, Kålltorp eller Olskroken m.m.
Tel. 0760 309 605

KÖPES
✓ Bilar köpes fr. 500–70 000 kr, allt av intresse även def. hämtas kontant även husvagnar och skåpbilar.
Ring Johan, 073-761 44 78

KÖPES
✓ Gamla bokmärken köpes, Som yngst 60-tal, gärna äldre, även gamla bokmärkesalbum.

Välkommen att ringa! **Tel. 0703-94 18 54**

KÖPES
✓ Enstaka exemplar av tidningen Rekord-magasinet från 1950–1958 önskas köpa. Betalar max 20:-/st. Svar till torbjrnkerlund@yahoo.se eller
Tel. 0730 780 336, 0760 963 722

MOTOR KÖPES
✓ Gammal moped köpes. 50–60-tal. Även defekt eller i delar.
Tel. 0730-25 49 24

KÖPES
✓ Nålmarken från sportklubbar eller rederier samt militära märken och medaljer. Även hela samlingar.
Tel 070-583 11 93

KÖPES
✓ Bilar köpes, även skåpbilar. Fr. 500 till 50.000 kr – allt av intresse! Även def. Hämtas. Kontant.
Tel. 073-761 44 78

SÄLJES
✓ Begagnade körbara cyklar säljes. Bra priser.
Tel 031-21 83 56 (efter 18)

KÖPES
✓ Rolex köpes. Alla modeller, även Omega, Jaeger, Patek, IWC, diamanter, guld och smycken.
Tel. 070-650 13 15

KÖPES
✓ Antika, retro- och samlarföremål köpes. Till exempel köper jag gärna klockor, snusdosor, porslin, mekaniska prylar, fack- och veckotidningar, konst, frimärken, brev, vykort, gamla kataloger, gamla idrottsprylar, gamla leksaker, gamla böcker, gamla fotografi er och gamla skyltar m.m. Garanterat bäst betalt för era saker! Kostnadsfria hembesök. Köper även hela dödsbon inkl. städ. e-post: varortillsalu@speedmail.se
Tel 072 341 58 54

Salong Nicole Han
Sofiagatan 6 Tel. 84 20 60 el. 073-735 00 93

ALLTID BILLIGT
SEMESTERSTÄNG
22 juni t.o.m. 31 juli **– ALLTID BRA**

TACK FÖR ATT NI GETT MIG FÖRTROENDE I ÖVER 20 ÅR!

Vi söker fler jobbsugna veteraner

Ring 031-21 77 30

 **VETERANPOOLEN®**
goteborg.ostra@veteranpoolen.se


NORDENS ARK



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 Seniorerna

✓ Vi spelar boule på Apslätten i Kålltorp under synnerligen gemytliga former varje måndag och torsdag kl 11, året om.
✓ Ring **Hans Westberg 0766 377 929** eller kom.

Ekparkens promenadgrupp

Lillkullegatan 23
✓ **Tisdagar 11.00–13.00.** Vi promenerar i Delsjön/Skatås terrängen med eller utan stavar, vi gör även utflykter och studiebesök (Ekparkens Träffpunkt).

Ring för info **031-365 60 22**

Isblommans Pensionärsförening

Ekparkens träffpunkt, Lillkulleg 23
✓ Onsdagar, 11–13: Vi samlas för allas gemenskap i kortspel, frågesport, boccia, bingo, musik m.m. Program finns för avhämtning.

Tel. **0702-56 03 11**

Kulturhuset Kåken

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

Tel **0705-53 42 98**

PRO Kålltorp

Kålltorpsgratan 2 www.pro.se/kalltorp
✓ Möte kl 11.00 med underhållning och information tisdagar jämna veckor, ojämna veckor öppet hus och läsecirkel.

Info: **Velta Jaunupe tel. 84 77 48**

SPF GöteborgsVeteranerna

Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2
✓ **After Work på Restaurang Leonardo,** Redbergsvägen mitt emot Olskrokstorget följande torsdagar: 28 juni, 26 juli och 30 augusti kl 16.00–18.00.

Anmälan till **Ulla Enander tel 031-405 290** eller **Barbro Netz tel 070-606 977.**

SPF Seniorerna Björkekärr

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

SPF Skår

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

PRO Björkekärr

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

SPF Seniorerna Örgryte

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

★★★

✓ För planeringens skull ber vi Dig om anmälan i förväg. Anmälan till föreningsmöten görs fredagen eller måndagen före mötet kl 9-11 till personerna nedan. Med mail går det bra när som helst före måndag kl 11.

Vibeke Carlander tel 0709 90 51 40
vibeke.carlander@comhem.se

Inger Kannesten tel 83 13 29 eller mobil 0708 91 86 61 ingerkannesten@yahoo.com

✓ Om Du får förhinder meddela detta mötetisdagen kl 8–8.30 till samma nummer eller mail-adress. Entréavgiften till mötena under våren är 40 kr.

Tag gärna med vänner! **VÄLKOMMEN!**

MIK-Knuten

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

Trivselbridge Club Singelton

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

Örgryte-Härlandas Träffpunkter

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

✓ **Ekparkens träffpunkt**
Lillekullegatan 23 031-365 60 22
✓ **Kaggeleds träffpunkt**
Kaggeledsgatan 36 031-365 68 14
✓ **Kallebäcks träffpunkt**
Omvägen 13 031-365 60 24
✓ **Lundens träffpunkt**
Danska vägen 61 A 031-365 64 27
✓ **Björkekärrs träffpunkt**
Rosendalsgatan 10 031-365 55 25

SOMMAR-FRUKOST!

60:-



- Kaffe eller te
- Pajojuice
- En bit vattenmelon
- Dubbelfralla med ost & skinka
- Laktosfri vaniljyoghurt med granola

Cappucino eller Latte + 5:-

Frukosten serveras hela dagen!

Sven Jerkestrand
REDBERGSGÅRDENS KONDITORI

Danska vägen 110

Tel. 031-84 74 76

Westcoast Elite
PERFORMANCE CENTER



WestCoast Elite – en anläggning som erbjuder det lilla extra

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

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

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

Se vår nya uppdaterade hemsida:
www.westcoastelite.se



TRÄNA FRITT HELA SOMMAREN*

JUNI • JULI • AUGUSTI

*Gäller vid tecknande av valfritt AG 12 månader.

STC GÅRDA - Norra Kustbanegatan 19, Göteborg
STC BJÖRKEKÄRR - Smörslottsgatan 26, Spåntorget

BACKAPLAN • MÖLNDAL • LÅNGEDRAG • ÅBY • NOL • NÖDINGE • ÄLVÄNGEN • KUNGÄLV

stc

Köp ditt kort online: www.stc.se

TRAINING CLUB