

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 10 ● oktober 2017

Örgryte & Härlanda POSTEN



DIN TANDLÄKARE I GÖTEBORG

**TANDBLEKNING
– ENDAST 1995:-
30% RABATT
VID FÖRSTA
UNDERSÖKNINGEN!**

AKUTTANDVÅRD – BOKA ONLINE ELLER RING!

Kaggeledstorget 1 • Tel. 031-25 50 37

Mån-Tor kl. 7.30-19 | Fre kl. 7.30-16 | Lör kl. 10-15

www.primartandvarden.se

Invitation

Välkommen till höstens

KUNDKVÄLL

Vi vill gärna visa just Dig det bästa vi vet i glasögonmode. Detta är ett unikt tillfälle att se och prova hela den stora kollektionen från Etnia Barcelona.

Under kvällen kommer du att få prova bågar under lätt-samma former med mingel, dryck och tiltugg. Bjud gärna med vänner och familj. Vi laddar med specialerbjudande för alla som kommer denna kväll.

Tid: Onsdag den 8:e november kl 17.00–20.00

Plats: Danska Vägen 76, Carlberg Glasögon & Linser

Anmäl ditt intresse, via telefon, e-post eller i butiken.

Telefon: 031-25 42 45, e-post: info@optikercarlberg.se

Hjärtligt Välkommen!

CARLBERG®
GLASÖGON & LINSER

etnia O BARCELONA



ZOO

GÖTEBORGS ZOOLOGISKA



KATTSAND
MONSTER
10 kg för
99:-

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

**TRÄNA UTAN
BINDNINGSTID***
PROVA EN VECKA GRATIS

*Lokala avvikelser kan förekomma. Reservation för slutförsäljning och ev. tryckfel.
Vid löpande avtal gäller 2 månaders uppsägningsfrist.

NORDICWELLNESS



155
KLUBBAR
I SVERIGE!

**TANDVÅRDSGRUPPEN
STABBETORGET AB**

• Kvalitetstandvård sedan 1977 •

Vid akuta problem
ring för snabb hjälp

Kvalitet, service
och omtanke

Välkommen att boka en tid!

031 – 21 23 46 031 – 25 77 19

www.tandvardsgruppen.org

PRIVAT
TANDLÄKARNA
Göteborg

Astra Tech Implant System® EV

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



Glayol
Salong

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

FÄRG | SLINGOR | PERMANENT | HÅL I ÖRA/NÄSA

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





	Sista mtrl.dag	Utg. dag
November	15	23
December	1	11



SPRINGER FÖR ANDRA. Styrelsen i Kålltorpsskolan skolidrottsförening förbereder inför årets Skoljogg som i år ska samla in pengar till barn som flytt från Syrien.

FOTO: JOHAN OLOVSSON

Nu springer eleverna på Kålltorpsskolan för livet

En kilometer är lika med en krona. När skoljoggen drar igång för Kålltorpsskolan går omvandlas meter till kronor och pengarna går till en god sak.

– Alla pengar vi får in går till barn som flytt från Syrien, säger Johan Olovsson, idrottslärare på skolan.

Skoljoggen har funnits i många år och är en tradition på Kålltorpsskolan. De senaste åren har dock intresset svalnat och allt färre springer rundan uppe i Skatås. Skolidrottsföreningen, som består av elever från årskurs 8 och 9, och som väljer en ny styrelse varje år, tyckte det var dags att ändra konceptet.

– Frågan kom upp i våras och då började vi spåna litegrann, berättar idrottsläraren Johan Olovsson och fortsätter:

– Vi märker att intresset och engagemanget sjunker kring att delta på skoljoggen. Tidigare har det handlar om tidtagning, och det lockar kanske inte alla. Nu gör man däremot något bra för någon annan och det finns ett syfte till att springa. Du gör det inte för dig själv, du gör det för någon annan.

Då årets skoljogg går av stapeln den 26 oktober kommer varje klass har en timma på sig att att springa en enkilometerssträcka så många gånger de orkar och kan. För varje kilometer de när skänks en krona till Clowners utan gränser, en organisation som påminner barn i flyktingläger, ungdomsfångelser och andra utsatta miljöer om att de är viktiga och att det finns andra utanför som ser dem.

Totalt rör det sig om 570 elever från årskurs 4-9 som har möjligheten att springa. Förhoppningsvis kan det då också bli en hel del kronor som kan samlas in.



**GUBBEROGATANS
SKOMAKERI**

Lagar väskor, dragkedjor
i skinnjackor m.m.
och skor förstås!

Byter också batteri
i klockan och armband.

Välkommen in till Isa Asmar
Norra Gubberogatan 18
Tel. 031-25 27 96

– Jag håller på att leta partners som kan stå för pengarna och har fått med mig ICA Kvantum här i området. Det är jätteroligt och de var väldigt positivt inställda, berättar John Olovsson.

Till nästa år hoppas man på att fler lokala handlare och företag ska ansluta sig till skaran.

– Då är målet att få med så många lokala handlare som möjligt och göra det till en riktig heldag uppe i Skatås och en hälsofrämjande dag. Där är vi inte just nu, men detta är i alla fall en början och vi är tacksamma att ICA är med oss.

Den 26 oktober springer Kålltorpsskolan för livet.

Olof Lidh



VÄLKOMMEN TILL EN NY SPÄNNANDE NEPALESISK RESTAURANG PÅ KOBARNAS VÄG!

ÖPPNINGSERBJUDANDE:

Lunch (ord. pris 90:-) **75:-**
Inkl. salladsbuffé, nybakat bröd, soppa och kaffe.

KVÄLLSERBJUDANDE:

Kyckling Everest Masala
Ät 2 st betala för 1

Vi har fullständiga rättigheter

Erbjudandena gäller t.o.m. 16/12 2017

Kobbarnas väg 1C, Göteborg • Tel. 031-25 25 95
Lunchöppet, vardagar 11-14 • Kvällsöppet, vardagar 17-22
Lördagar 14-22 • Söndagar 14-21

Välkommen till ny stor
RIEKER-avdelning i Olskroken

fashion by
rieker
ANTISTRESS®



Dam 700:-

Dam 700:-

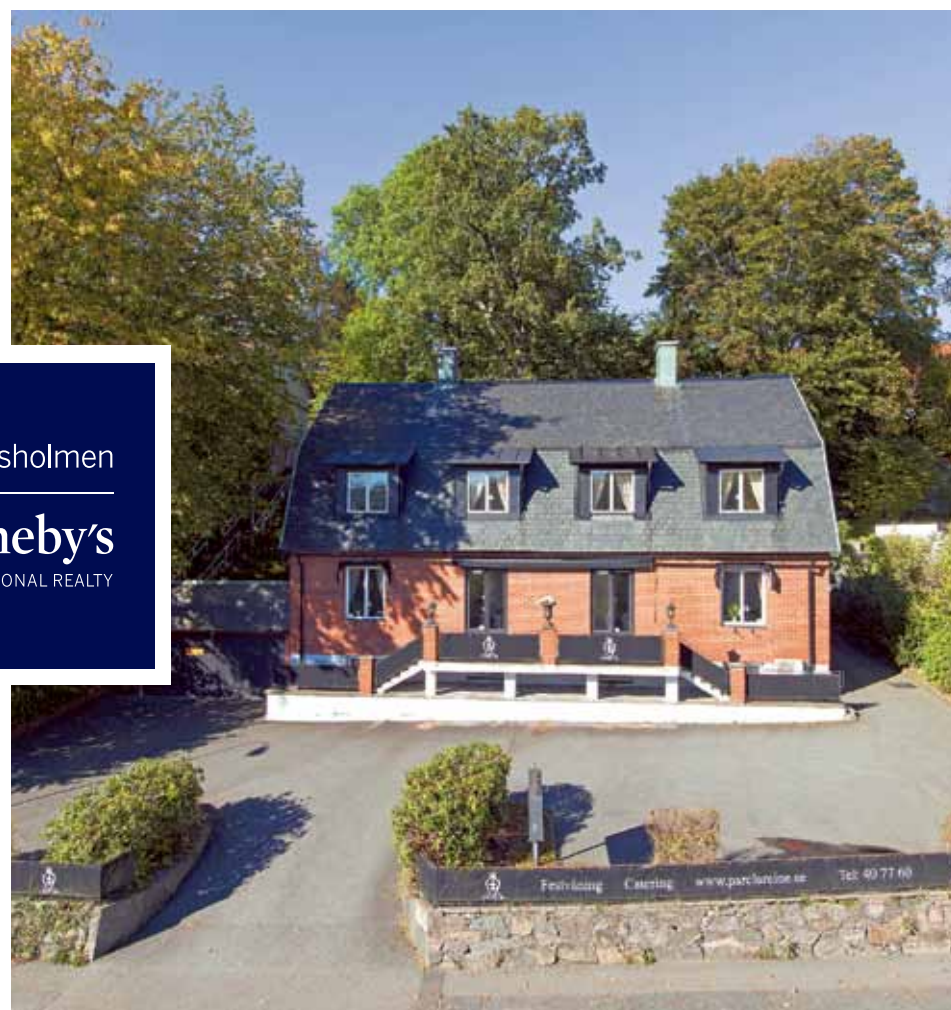
Dam 650:-

Johannsons
- OLSKROKEN SEDAN 1897 -



Skeppsholmen

Sotheby's
INTERNATIONAL REALTY



RYMLIG FASTIGHET I BÖ MED MÅNGA MÖJLIGHETER

DANSKA VÄGEN 14 ÖRGRYTE 9 ROK 310 + 147 KVM TOMT 1.502 KVM PRIS 13.900.000 KR/BUD

Granne med S:t Sigfrids Plan ligger denna rymliga villa från 1931 som byggdes som pampig enfamiljvilla med ett mycket centralt läge nära centrala Göteborg. Sedan 1946 har det bedrivits festvåning i huset, nu under namnet Parc la Reine. Huset har en uppmätt LOA på 566 kvm, boarea på 310 kvm samt biarea på 147 kvm. Husets storlek ihop med antalet parkeringsplatser och dess centrala läge gör fastigheten unik för området. Huset är taxerat som 322 - hyreshusenhet, hotell eller restaurangbyggnad. Fastigheten överlåtes i bolagsform. **Kontakta Magnus Helin, 0739-82 80 39.**

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

med **Anders Nielsen**
– en ordkonstnär
som bjuder goa skratt



– Tror du Thomas Bodström ville bli
landshövding i Stockholm?
– Ja, ALLRA helst...

★★★★

Månadens VM-kval i fotboll:
– Island blev klara!
– Ja, dom har ju ALLTING!

★★★★

– Tror Du Luxemburgs förbund kommer
att ringa 0 8 området?

★★★★

– Det var rent i Amsterdam!
– Ja, dom körde med AJAX!

★★★★

– Följde Du matchen i TV?
– Ja, Amsterdam har ju många kanaler!

★★★★

– Häromdan blev det rent i stan. Dom sa
att många skurar i Göteborg.

★★★★

Den nya Hisingsbron blir hundra mil-
joner dyrare än beräknat. Det kallas väl
höjd övergångssumma!

★★★★

Inspelningen av filmen Springfloden
tycks gå som ett rinnande vatten!

★★★★

Numera köper många kunder sina klä-
der på nätet, ty då kan man få sin HEM-
MADRESS till sin HEMADRESS!

★★★★

Årets Nobelpristagare i litteratur bor i
London med född i Japan. Han kanske
vill ha sitt pris I YEN!

★★★★

Örgryte IS söker ny tränare inför 2018.
Tror Du den tjänsten ROAR HANSEN?

★★★★

Kan man handla alkohol på nätet? Ja,
flaskpost.

★★★★

Älgjakten: Jag siktede på en älg men
träffade ett rådjur! Bra hjort!



En annan hjort...kanske som förgjort?

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



SKOLKVARTETTEN Johan Roxell, Nora Jerkstrand, Angelo Isla Kulpa och Johan Rasmusson på Torpaskolan.

FOTO: JOACIM SCHMIDT

Här är läger vägen till gemenskap

Vid terminsstart får eleverna på Torpaskolan som ska börja årskurs 7 åka på läger tillsammans för att lära känna varandra bättre. Där får de bland annat paddla kanot, bada och göra övningar kopplade till skolans värdegrundsord.

– Vi jobbar med att skapa relationer. Det är nyckeln till gemenskap och i förlängning till en välfungerande skola, säger Johan Rasmusson som är rektor på Torpaskolan.

På Torpaskolan går elever från förskolan upp till årskurs 9. När eleverna går ut sjätte klass och börjar på högstadiet bryts klasserna upp och en ny klassindelning sker inför årskurs 7 då också ett antal nya elever, som gått låg- och mellanstadiet på andra skolor, brukar börja på Torpaskolan. För att eleverna ska lära känna varandra och känna sig trygga i sina nya klasser får de åka på ett läger vid Lövsjön. I år är det andra gången som lägret anordnas för eleverna

i årskurs 7. Sovsäckar, liggunderlag och andra förnödenheter går att låna från skolan.

– Kostnaden ska inte vara något som hindrar någon från att delta, berättar Johan Roxell som är kurator på Torpaskolan.

Bortsett från att paddla kanot och bada får eleverna genomföra övningar som ska kopplas till Torpaskolans värdegrundord, som är glädje, ansvar och stolthet. Värdegrundsorden är något som kännetecknar Torpaskolan och något som det jobbas med, tillsammans med eleverna, från förskolan hela vägen upp till årskurs 9.

Nora Jerkstrand och Angelo Isla Kulpa går båda två i årskurs 7 och deltog i årets inskolningsläger. De håller med varandra om att de lärt känna sina klasskamrater bättre tack vare lägret.

– Hade vi inte haft detta hade jag nog inte varit så bra kompis med dem som jag inte kände innan, säger Nora Jerkstrand.

Under de två dagarna som eleverna är vid

Lövsjön får de inte använda mobiltelefoner. Detta är för att det inte ska finnas något som distraherar eleverna från att faktiskt umgås och lära varandra.

– Alla var jättesociala och trevliga och det var lätt att lära känna dem, berättar Angelo Isla Kulpa.

Att den här inskolningen inte sker på skolan utan i en annan miljö bidrar till de som deltar, både elever och lärare, öppnar upp sig mer och bjuder på sig själva.

– Det är andra förutsättningar i en ny miljö. I skolan kliver man lätt in i sina gamla vanliga yrkes- och elevroller, säger Johan Roxell.

Det finns förhoppningar i Torpaskolan om att den här inskolningsmodellen ska sprida sig till andra skolor i området.

– Bortsett från att det skapat gemenskap hos oss på skolan så leder det också till att man får upp känslan för stadsdelen, säger Johan Rasmusson.

Joacim Schmidt



Sköna lägerminnen.

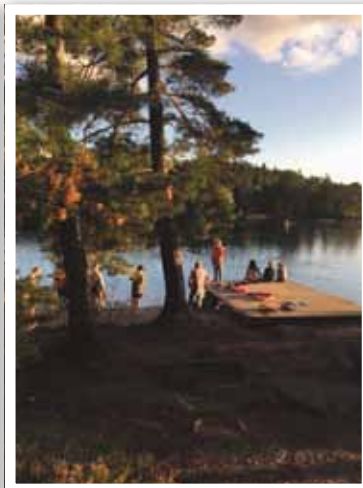


FOTO: JOHAN ROXELL



VÄLKOMMEN TILL VÅR TRATTORIA!

Här kan du avnjuta god italiensk mat i nyrenoverade lokaler med ett fantastiskt läge i centrala Göteborg.

Vi har arbetat med att fånga in den familjära känslan i vår lilla restaurang. Hos oss möts du av vår erfarna serveringspersonal på det personliga sätt som vårt hotell gjort sig känt för.



Sten Sturegatan 25, Göteborg | Tel. 031-81 08 45
Tisdag till lördag 17.00 till sent
och vid alla större evenemang extra öppettider
www.hotelonyxen.se

Gratis synundersökning

Värde 395:-, använd värdecheck!



Höstfynda
märkesbågar! **REA** <sup>UPP
TILL</sup> **70 %**

PRADA | GIORGIO ARMANI | FREIGEIST | MICHAEL KORS | SAVILE ROW
LYLE & SCOTT | BOOMERANG | RADLEY | SUPERDRY | RAY BAN | CAT
EMPORIO ARMANI | NEW BALANCE | HUMPHREYS | SKAGA | BRENDEN
CERRUTI 1881 | HENRI LLOYD | VERSACE | PILGRIM | MORRIZ OF SWEDEN

VÄRDECHECK synundersökning

395:-

Synundersökningen avser glasögon och utförs av legitimerad optiker. Inget köptvång. Intyg, recept remiss etc. debiteras. Gäller t.o.m. 2017-11-05

Boka din synundersökning enkelt på:

www.optikkallaren.se

optikkällaren

Kvalitet & service till rätt pris!

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

MAJORNA Stigbergsliden 22, Tel: 031-780 60 18

OLSKROKEN Redbergsvägen 17, Tel: 031-19 84 70

KYRKBYTORGET Eketrägatan 11 Tel: 031-23 86 30

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

LERUM Brobacken 3, Tel: 0302-138 83

Välkommen!

RUDOLF STEINERSKOLAN I GÖTEBORGS
ÅRLIGA
JUL-BASAR
LÖRDAG
18:E NOVEMBER
KL. 10-17

STOR LOPPIS, UNIKT HANTVERK,
HEMLAGAD MAT, KORVGRILLNING,
MAGISK SAGOTUNNEL FÖR DE MINSTA,
NYBAKADE PEPPARKAKOR, LJUSSTÖPNING,
RYSLIG SPÖKTUNNEL, PEDAGOGISK UTSTÄLLNING
& VÅRT BERÖMDA **WIENERCAFÉ** MED
LIVEMUSIK.

INTÄKTERNA GÅR TILL ELEVERNAS
SKOLMILJÖ OCH KLASSRESOR.

SKOLAN LIGGER LÄNGST UPP PÅ TORPAGATAN I BJÖRKEKÄRR, TÄLLHÖJDSGATAN 1, BUSS 17 TILL BOVALLSTRANDGATAN.
WWW.STEINERSKOLAN.SE



KOLLAR LÅGET. OCR-stjärnan Camilo Lattot tränar på sin egendesignade hinderbana i Kallebäck.

Foto: Privat

Hinderbanan i Kallebäck – en skön utmaning att beseгра

I Kallebäck finns stadens enda allmänna hinderbana utomhus. Hinderbanan på berget i har designats av ingen mindre än Camilo Lattot som tävlade i VM i hinderbana så sent som för ett par veckor sedan.

Han är lite av en legend i svenska hinderbandekretsar, eller OCR som det också kallas. Camilo Lattot var i mitten på oktober över i Kanada och tävlade på VM (hans tredje) och en del av träningen skedde på hinderbanan i Kallebäck, som han själv designat.

– En utmanande bana för alla nivåer. Det är 15 hinder och en bana som utmanar hela kroppen, både på det fysiska och psykiska planet, säger Camilo som dessutom bor i området och fortsätter:

– Den ligger på berget i Kallebäck och det är mycket terräng och en ganska komplex bana att ta sig igenom. Men väl uppe, när man tagit sig upp och igenom, så kan man njuta av en härlig utsikt över i princip hela Göteborg.

Hinderbanan är byggd på initiativ av Wallenstam som håller på att bygga Kallebäckss terrasser i området.

– Deras bild och vision med hinderbanan är att de vill ha ett aktivt liv bland de boende och kunna erbjuda aktiviteter. Det var också vik-



tigt för Wallenstam att det skulle byggas med så lite åverkan som möjligt på naturen och vi lyckades med en fantastisk bra grej här.

Banan öppnade i april och är den första och enda allmänna hinderbanan i Göteborg, öppen dygnet runt och gratis för alla. Och Camilo Lattot vet vad han gör. Förutom att tävla

själv har han startat upp ytterligare hinderbanor i staden. På Sankt Jörgen Park och OCR Ninja Center, båda på Hisingen.

Träningsformen har blivit mycket populär de senaste åren, mycket tack vare tävlingar som Toughest men också på grund av populära tv-programmet Ninja Warriors. Camilo

Lattot har deltagit i båda.

– Det som är så roligt är att det är en ständig utmaning och tävling mot sig själv. Man kan hela tiden bli bättre, säger han och fortsätter:

– Sedan går det att springa med sina barn. Det är också en sak som jag tror har bidragit till att det blivit så populärt. För det är något man kan träna tillsammans med sina barn. Istället för att lämna in de på gymmets barnpassning så kan man hänga tillsammans på Bergets hinderbana. För barnen är det hopp och lek, för dig är det träning.

Även om han själv är vältränad är det inget måste för att ge sig på träningsformen hinderbana.

– Det är för alla som vågar utmana sig själva och antar utmaningen. Många pratar att de måste träna innan det genomförs ett lopp som exempelvis Toughest, men det är ungefär som att säga att du måste sola solarie innan du åker på solsemester.

– Visst kommer det vara fruktansvärt utmanande om du inte förberedd, men belöningen är lika stor. När du kommer i mål så vet du vad du måste förbättra och vad du klarar av.

Skulle du däremot vilja träna lite extra för ett lopp eller bara hålla igång, är hinderbanan i Kallebäck ett ypperligt alternativ.

Olof Lidh

TORSDAGAR

på

Södra
vägen

FÖLJ OSS PÅ FACEBOOK FÖR
ERBJUDANDEN & HAPPENINGS

MISSA INTE NÄST SISTA TORSDAGEN

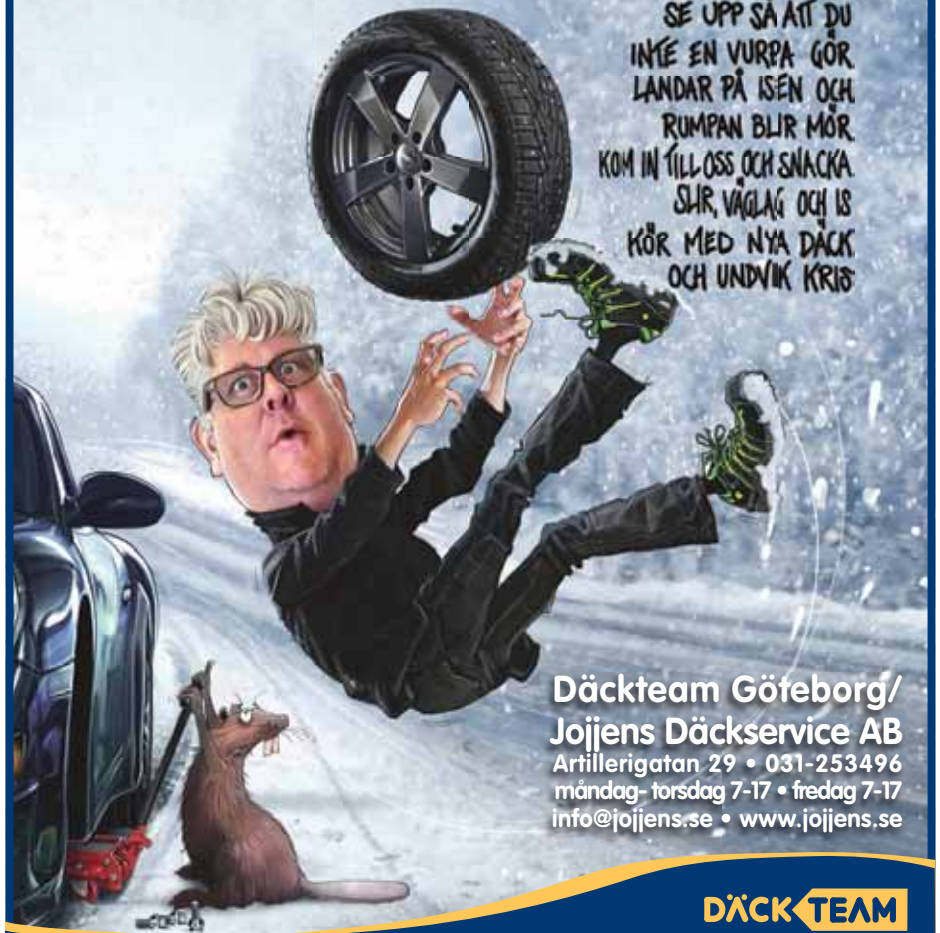
NOV
02

PUMPAPARTY

LÄS MER PÅ
FACEBOOK.COM/SODRAVAGEN

Fatta vad **HALT**
Det är på vintern!

SE UPP SÅ ATT DU
INTE EN VURPA GÖR
LANDAR PÅ ISEN OCH
RUMPAN BLIR MÖR.
KOM IN TILL OSS OCH SNACKA
SHR, VÄGLAG OCH IS
KÖR MED NYA DÄCK
OCH UNDVIK KRIS



Däckteam Göteborg/
Jojjens Däckservice AB
Artillerigatan 29 • 031-253496
måndag- torsdag 7-17 • fredag 7-17
info@joj Jens.se • www.joj Jens.se

DÄCKTEAM
vet vilka däck du behöver

**TRÄNA UTAN
BINDNINGSTID***
PROVA EN VECKA GRATIS

GYMKORT FR.

249:-

/ MÅN

*Lokala avvikelser kan förekomma. Reservation för slutförsäljning och ev. tryckfel. Vid löpande avtal gäller 2 månaders uppsägningstid.



155
KLUBBAR
I SVERIGE!

NORDICWELLNESS

100-åringen vid Örgryte Gamla

Hon fyllde 100 år helt nyligen och har sedan åtta års ålder troget stått utanför Örgryte Gamla kyrkport. Hon bär en slöja, klassiskt lång, och lyfter likt en madonna blicken mot himlen. Hon är alltså kvinnostatyn av brons, som högtidligt står där ärgad i olika ljusgröna och grönbruna nyanser.

Exakt vilken dag denna staty göts i Berlin lär bli svårt att utröna, om inte släkten Walthers har det noterat i någon gammal handling. Gjuteriets dokumentation brann efter brittiska bombningar i slutet av andra världskriget, 1945. Men när bildhuggaren Stephan Walthers lät gjuta statyn i åtminstone två exemplar, alldeles före tacksägelsedagen i oktober 1917, var inte ens det första världskriget genomkämpat. Genomkämpat – eller på tyska Durchgerungen – är statyns officiella namn. Mer vardagligt kallades hon för några generationer sedan Sörjande Helga. Hon är den tyska nationalkvinnan Helga, vars vedermödor och sorg över söner som stupat i kriget kan återspeglas i hennes lidande blick.

■ ■ Känslan passar på en kyrkogård och ett av de två exemplaren står på en sådan i Berlin. Det var säkert inte många berlinare som kände till den svenska socknen Örgryte och dess begravningsplats, men faktiskt hade bildhuggaren varit här på besök hos vänner i januari 1905. Han hade sannolikt aldrig träffat författarinnan Emily Nonnen, som då vid 93 års ålder hade avlidit på landeriet Liseberg. Men han närvarade vid hennes begravningsakt i Örgryte Gamla kyrka, kanske mer intresserad av interiören med predikstol, åldriga takmålningar etc.

Kan det redan då, 1905, ha diskuterats att han skulle utsmycka Örgryte Gamla kyrkogård med en passande staty? Egentligen tyder inget på det, men tanken kan ha funnits. Tjugo år därefter, i ett protokoll fört vid Örgryte kyrkoråds sammanträde den 3 mars 1925, kan vi läsa:

”Till kyrkorådet hade inkommit en skriftelse från f d rektor J Wockatz och major Emil G Wockatz i hvilken skriftelse dessa herrar erbjödo för placering å Örgryte Gamla kyrkogård bildhuggaren, professor Stephan Walthers, Berlin, verk `Durchgerungen` (Genomkämpat) i brons, å villkor som i skriftelsen närmare angifvas.

Kyrkorådet beslöt föreslå kyrkstämman att konstverket ifråga tacksamt mottages att uppställas på plats å gamla kyrkogården, som bestämmes af Kyrkorådet i samråd med donatorerna och konstnärerna.”

■ ■ Placeringen blev alltså vid kyrkans huvudingång. Vi kan i Örgryte säga att en kopia av statyn står i Berlin, och berlinarna kan säga att kopian är här i Örgryte, vilket är mer sant eftersom exemplaret i Berlin uppställdes årtal tidigare. Men båda exemplaren göts ju i samma oktobervecka 1917 – och vet man egentligen vilket som är vilket?

Nationalsymbolen Helga kan på tyska kyrkogårdar ses som sörjande kvinna i även andra bildhuggares versioner. Men oftare är hon, i likhet med vår svenska och frodigare äldre Moder Svea, en drottning med vapensköld och kungliga attribut. Statyn Durchgerungen skapades som sagt



SORGSEN. Här på sin höga sockel har hon stått sedan 1925, den sörjande kvinnostatyn av brons. Men hon har precis fyllt hundra, räknat från gjutningen i Berlin i oktober 1917.

FOTO: SÖREN SKARBÄCK



JÄMNA ÅR. Det firas 500 år av reformation för att Martin Luther sista oktober 1517 spikade upp sina tester på slottskyrkans dörr i Wittenberg. Mer i skymundan har Örgryte Gamla kyrka helt nyligen också sett sista tillbyggnaden (södra korsarmen) bli 200 år och kvinnostatyn Durchgerungen bli 100.

1917, och naziströrelsen i Tyskland uppstod inte förrän tre år därefter. Statyn kan inte anses ha den minsta politiska koppling utan är gjord i en konstnärligt enande fosterlandsanda, och i hennes uttryck av sorg ses inte

minsta antydning till hämndlystnad eller den minsta aggression. Inte bara tyska utan även svenska och rent av franska buketter och kransar lades vid Helga-statyn i Örgryte vissa nätter under andra

världskriget, då radion meddelat att någon fas av striderna skördat ovanligt många dödsoffer. De franska kransarna, som det tog fyra dagar innan kyrkvaktmästaren avlägsnade, var lagda just i krigets slutskede, då britterna den 21 mars 1945 hade bombat det som Gestapo-högkvarter fungerande Shellhuset i Köpenhamn och i samma flygraid förintade Franska skolan i Frederiksberg, varvid 109 personer, mestadels barn, dödades. (På liknade sätt lade britter i Göteborg kransar vid Engelska kyrkan, St Andrew, vid den långvariga tyska flygoffensiven Blitzen mot London och andra viktiga engelska städer i krigets början.)

■ ■ I skrifter om Örgryte Gamla kyrkas och kyrkogårds historia stod fram till kriget de göteborgska herrarna Wockatz namngivna som donatorer. Tack vare dem hamnade statyn här. Men efter kriget har det uppgetts att donatorerna är anonyma.

Jag kan ur historiskt perspektiv inte längre se skäl till denna anonymitet, då den oskyldiga kvinnostatyn alltså häromveckan fyllde hundra. Då räknar jag tiden som förflutit sedan dess gjutning. Om åtta år kan man i stället räkna hundra år från att den avtäcktes, vilket församlingen då kanske uppmärksammar med någon temakväll om sorgearbete eller liknande.

Nå, statyn är vi så vana vid att vi ibland går förbi utan att ägna henne en blick. Mer märkbar, fast vi knappast ägnar tankar åt den heller, är kyrkans tillbyggnad av södra korsarmen år 1817. Då södra korsarmen nu blev tvåhundra år, får det väl också nämnas att den norra är från en tidigare tillbyggnad, 1775. Årtalet 1748 som står på tornet uppger endast själva tornets ålder. Och de vackra takmålningarna inne i kyrkan gjordes av mästaren John Ross och i troligen högre grad av hans medhjälpare Michel Carowski 1741. Enligt bevarade räkenskaper fick den sistnämnde sin betalning av församlingen året därpå. Han var alltså inte avlönad av Ross, vilket annars skulle varit brukligt.

■ ■ I mångt och mycket var kyrkan då i nyskick, för även om vi mycket riktigt säger att den är från medeltiden, gjordes en omfattande ombyggnad efter kyrkoföreståndare överste Bengt Wilhelm Carlbergs ritningar 1735. Då förlängdes långväggarna med åtta meter, man rev det gamla koret från 1200-talet och byggde det nuvarande med tresidig anslutning.

Örgryte Gamla kyrka ger ett 1700-talsintryck, inte minst invändigt. Predikstolen donerades 1780 av makarna Santesson på Kärälund. I seklets sista år donerade de också altartavlan, ritad av Carl Wilhelm Carlberg. Sin första och i omfånget lite begränsade orgel, installerad 1789, har kyrkan inte kvar. Den nuvarande orgeln, byggd av mästare Marcussen 1868, donerades av herrskapet Virgin, som innehade den så kallade Kålltorps herrgård. (Se mer om Virgins musikintresse och om Kålltorp i min förra månadskrönika, septembernumret.)

Medeltidskyrka, säger vi. Visst finns enligt kunniga bedömare en del grundstenar och kanske i någon vägg en liten rest från 1200-talet.

Därtill finns ju historien som (trots en del angivna mått i alnar och fot räknat) bitvis tenderar att vara legend. Den berättar, att på samma plats som denna stenkyrka, stod förut en liten träkyrka från 1000-talet, möjligen en stavkyrka.

HISTORISKT
med Sören Skarback
– författare med Göteborg i fokus



STRESSLESS® E400
 PRISEXEMPEL: 3-SITS FRÅN
19.990:- (ord.pris 24.990:-)

—
**SVENSKA
 HEM**
 SVENSKAHEM.SE

Stressless
 by Ekornes®

Specialpriser även på modellerna E200 och E300.

STRESSLESS HOS BRATELLS

Välkommen till Göteborgs största Stressless-studio för att uppleva oöverträffad sittkomfort. Stressless är kända för att kombinera modern skandinavisk design med maximala känsla!



STRESSLESS® METRO LIMITED
 Fåtölj inkl. fotpall
13.990:- (ord.pris 18.930:-)

Stressless
 by Ekornes®



STRESSLESS® MAYFAIR CLASSIC M
 Fåtölj inkl. fotpall
13.990:- (ord.pris 16.570:-)
 Erbjudandet gäller valfritt Palomaläder
 samt bestfärg på trädetaljer.

Stressless
 by Ekornes®

—
**SVENSKA
 HEM**

BRATELLS

ADRESS
 Danska vägen 96
 416 59 Göteborg

TELEFON
 031-51 95 50

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

Gäller till och med den 12/11 om inget annat anges i butik. Vi reserverar oss för ev. slutförsäljning, skrivfel och prisändringar. Kampanjpriser kan ej kombineras med andra erbjudanden.



Lotta Söders glasverk "Testbilder".

FOTO: EMELIE ÅSPLUND

Här pyntar man nu med radio- och tv-historia

I det nybyggda kvarteret Brf Synvillan har de boende i en tävling fått rösta fram två konstverk som ska pryda området. Konsten är tänkt att dels representera platsen historia, där radio- och tevehuset tidigare låg, men ska också syfta till en hållbar framtid på mer än ett sätt.

Tävlingen gick till så att ett åttiotal konstnärer fick lämna förslag på konstverk. Därefter fick de som köpt bostad i kvarteret gå på en vernissage där de tillsammans med en profffsjury fick rösta fram de två vinnande bidragen. Margus Koskel är en av de som köpt en lägenhet i kvarteret och var på plats när verken avtäcktes fredagen de 13 oktober och tycker att det är en bra idé.

– Bara hus säger inte så mycket.

Hos Skanska, som byggt Brf Synvillan, ses tävlingen som en del av en satsning på social hållbarhet där varje bostadsprojekt får en egen agenda och där de boende får sätta sin egen prägel på området som de bor i. Ambitionen är att ge upplevelser till de som rör sig i kvarteret samtidigt som platsens kulturhistoriska värde bevaras.

– Vi uppmanar fler byggherrar att göra detsamma, säger Christina Ingelsten, ansvarig för hållbarhetsdriven bostadsutveckling på Skanska Nya Hem i Göteborg.

De vinnande konstverken är Lotta Söders glasverk Testbilder, som består av en serie kollage – ett unikt för varje entré som ska påminna om tevens historia och Emma Strödes bronsskulptur Sommarradio föreställandes en flicka med en radioapparat.

– Jag gillar väldigt mycket att jobba med bostadsområden. Det är en del av vardagen, vanliga människors vanliga vardag, berättar Emma Ströde.

Att det finns konstverk i ett bostadsområde ska också göra att miljön blir något som människor tar bättre hand om och därmed blir miljön också mer hållbar. En annan bostadsköpare som är positiv till tävlingen och konstverken är Ante Baric.

– Det är kul att vara med och tycka till hur det ska vara ute på gården och fasaden. Att man blandar kultur och demokrati, det är det yttersta måttet på medbestämmande i boendet.

Joacim Schmidt



Audi A3 1.6 TDI Sportback S-tronic (105hk)
Brilliant Svart, 2013, 10 224 mil.....119.900 kr



BMW 520 d Comfort Aut (184 hk)
Sophistogrå Met., 2011, 9 241 mil.....169.900 kr



Ford Focus RS RECARO EcoBoost AWD (350 hk)
Stealth Gray, 2016, 3 130 mil.....354.500 kr



Mazda 3 2.0 Sedan Core (120 hk)
Soul Red Met., 2015, 4 485 mil.....149.900 kr



Mazda 5 1.6 DE Sport 7-sits (115 hk)
Crystal White Pearl, 2015, 2 917 mil...184.500 kr



Mazda CX-5 2.0 Vision 10 års garanti (165 hk)
Sonic Silver Met, 2016, 3 107 mil.....214.500 kr



Mini Cooper S Chili Chrome Line (184 hk)
Chili Red, 2012, 6 072 mil.....159.900 kr



Porsche 991 Carrera 4 Sport Chrono (350 hk)
Agate Grey Met., 2013, 6 060 mil.....729.900 kr



SEAT Ibiza 1.2 TSI ST Style & Komfort (85 hk)
Vit, 2015, 1 708 mil.....99.900 kr



Volkswagen Golf VII 1.2 TSI 5dr 2,95% Ränta (105 hk)
Tornado Red, 2015, 2 178 mil.....129.900 kr



Volkswagen Passat 1.4 TSI EcoFuel 5dr (150 hk)
Grå, 2014, 3 955 mil.....144.500 kr



Volkswagen Polo 1.4 TSI 5dr Komfort PDC (85 hk)
Röd 2012, 8 472 mil.....64.500 kr



Volvo V60 D3 Momentum Drag Navi (136 hk)
Bright Silver Met., 2014, 7 428 mil....189.900 kr



Volvo V60 D4 AWD Momentum VOC Aut (181 hk)
Svart, 2015, 9 569 mil.....189.900 kr



Volvo V70 II D5 AWD Momentum Navi Aut (215 hk)
Ice White, 2015, 9 847 mil.....244.500 kr

Just nu har vi över 180 bilar i vår bilhall, besök oss eller vår hemsida!



EKLUNDSBIL

Vi finns på Smidesgatan 2, Ringön, Vard 9-18, lör och sön 11-15
www eklundsbil.se

zoom-zoom
zoom-zoom



Emma Ströde med sitt verk "Sommarradio".

FOTO: EMELIE ASPLUND

MAZDA CX-5 & CX-3

DET HANDLAR INTE OM VART DU SKA, UTAN HUR DU KOMMER DIT.



VINTERKAMPANJ!

Vid köp av nya Mazda CX-5 bjuder vi på vinterhjul värda 15.000kr

NYA MAZDA CX-5

Kör tillsammans, njut tillsammans

Upplev nya nivåer av körglädje med nya Mazda CX-5. Vår senaste kompakta SUV är helt omgjord från insidan och ut och är lika bekväm och tacksam att sitta i för passagerarna som den är att köra. Nya Mazda CX-5 är utformad och tillverkad som en hyllning till körningen, och den ger alla ombord en kraftfull känsla av att man är ett med bilen

Maxitrustad kompakt SUV

Nya Mazda CX-5 2.5 194 hk bensen, 6 aut, AWD, Optimum

Från 331.900 kr

Just nu har vi över 180 bilar i vår bilhall, besök oss eller vår hemsida!



EKLUNDSBIL

Vi finns på Smidesgatan 2, Ringön, Vard 9-18, lör och sön 11-15
www eklunds bil se

MAZDA CX-3

Design som imponerar, körning som presterar

Mazdas unika, lilla crossover CX-3 är utformad och byggd för att hylla ren körglädje. Den prisbelönta SKYACTIV Technology ger sportig prestanda utan kompromisser samt dynamisk, följsam styrning, vilket gör CX-3 perfekt för både stadsgator och landsvägar. Känslan av Jinba Ittai, att vara ett med bilen, gör att bilen alltid följer din minsta rörelse.

En liten maxitrustad Crossover

Mazda CX-3 2.0 120 hk bensen, 6 man, Optimum

Från 207.900 kr

VINTERKAMPANJ!

Vid köp av en ny Mazda CX-3 bjuder vi på vinterhjul värda 12.000kr



zoom-zoom
zoom-zoom

Rotary Örgryte samlade ihop polio-vaccin till 20 000 barn



Checken på 35 000 kronor Rotary Örgryte överlämnade till WHO för arbetet att utrota polio.

FOTO: PRIVAT

ÖHP

Under 30 år har Rotary tillsammans med WHO arbetat med att utrota sjukdomen polio. När arbetet startade ökade antalet smittade med 1 000 personer om dagen.

Idag kan vi snart se sjukdomen som historia eftersom siffran är nere på cirka tio fall per år. Rotaryklubben Göteborg Örgryte har nu samlat sina krafter och bidrar med 20 000 poliovaccinationer.

För innevarande år bad Rotary Internationals president, Ian Riseley, alla världens klubbar att samla in 1 500 USD var för att en gång för alla utrota sjukdomen. Under ett par veckor samlade Rotary Örgryte in 35 000 kr. Pengar som Rotary samlar in stötts omgående av Bill och Melinda Gates Foundation, vilket sammanlagt ger vaccin till drygt 20 000 barn och vuxna.

– Vi är oerhört stolta över att kunna hjälpa till att göra slut på den hemska sjukdomen polio. Jag vill tacka alla medlemmar som bidragit till de 35 000 kronorna och naturligtvis till Bill och Melinda Gates som vid varje donation stöttar med dubbelt så mycket pengar. Vi hoppas att vi tillsammans kan utrota polio och att vårt bidrag kommer till stor nytta, säger Mats Olsson, president på Rotary Örgryte.

Checken delades symboliskt över till distriktsguvernören Hans-Olov Jönsson vid ett besök på Örgryte Rotary.



Kvalitetsmattor sedan 1970!

**JUST NU:
EXTRA
FÖRMÅNLIGA
PRISER!**

Mattvävt & reparation av alla typer av mattor med garanti!

**REZA'S
MATTOR** Etab 1970

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



Julklappsvagnen en uppskattad tradition

Planerna för julen börjar ta form och självklart är Göteborgs varmaste julevent tillbaka.

Julklappsvagnen har blivit en uppskattad tradition bland göteborgarna som knyter samman staden, både geografiskt, historiskt och i hjärtat.

Det ger människor och företag i Göteborg en möjlighet att göra gott för utsatta familjer och äldre i sitt närområde och det ger oss alla en chans att visa att vi bryr oss om varandra och vill att Göteborg ska vara en stad där ingen lämnas utanför.

Målet är i år att slå de 60 säckar med julklappar, 130 000 i presentkort och drygt 150 000 kronor i företagsgåvor som man fick in förra året för att därmed kunna hjälpa ännu fler göteborgare att få en riktigt god jul.

– Vi på Stadsmissionen hoppas därför att så många som möjligt vill vara med och göra detta julevent till en succé.

Vill du veta mer? Besök gärna hemsidan julklapps-vagnen.se.

Julklappsvagnen 2017

Start och mål vid Drottningtorget.

En vagn kommer att cirkulera i staden

med längre stopp i Majorna, vid Wieselgrensplatsen, Härlanda och S:t Sigfridsplan.

En vagn kommer att stå stationerad på Drottningtorget.

På vagnarna kommer Stadsmissionens kändisambassadörer finnas på plats för att ta emot gåvor.

Då kommer det också att finnas möjlighet att fotograferas med någon av dessa vid överlämnandet av säck eller check.

På Drottningtorget och vid de längre stoppen kommer det även att bjudas på fika och spännande aktiviteter. **ÖHP**

FLER JOBBSUGNA VETERANER SÖKES

Välkommen till vårt glada gäng!

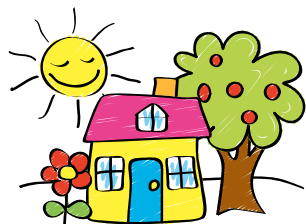
Vi söker dig som arbetat med eller är duktig på t ex;
**trädgård, måleri, snickeri, ekonomi, el, VVS, fastighets-
skötsel, mureri, städning** eller **barnomsorg**? Du arbetar
på egna villkor, får lön, nya kollegor och spännande
uppdrag hos privat- eller företagskunder.
Hör av dig till mig!



031-21 77 30

Ellinor Elg Rydén

ellinor.elgryden@veteranpoolen.se



VETERANPOOLEN®



Den 7/11 startar årets influensavaccinationer!



Här är våra vårdcentraler i Örgryte/Härlanda:

NÄRHÄLSAN Björkekärr

Stabbegatan 2B
Öppet: mån–fre 08.00–17.00
Rådgivning och tidsbokning:
031-345 06 51
BVC på Munkebackstorg

**Ring för tidsbokning
av influensavaccination**

narhalsan.se/
bjorkekarrvardcentral

NÄRHÄLSAN Torpavallen

Torpavallsgatan 9
Öppet: mån–fre 08.00–17.00
Rådgivning och tidsbokning:
031-747 81 00
BVC på Munkebackstorg

**Drop-in för
influensavaccination
Mån, Ons, Tor 13.00-16.00**

narhalsan.se/
torpavallenvardcentral

NÄRHÄLSAN Ekmanska

Lillkullegatan 21
Öppet: mån–fre 08.00–17.00
Rådgivning och tidsbokning:
031-747 92 60
BVC på Ekmanska

**Drop-in för
influensavaccination
Mån-Tor 13.30-15.30**

narhalsan.se/
ekmanskavardcentral

NÄRHÄLSAN Olskroken

Redbergsvägen 6
Öppet: mån–fre 08.00–17.00
Rådgivning och tidsbokning:
031-345 04 00
BVC på Munkebackstorg

**Drop-in för
influensavaccination
7/11–17/11: Mån-Fre 09.00-
11.30 samt 13.00-17.00**

narhalsan.se/
olskrokenvardcentral

**VID AKUTA BESVÄR
KVÄLLAR OCH HELGER**

NÄRHÄLSAN Gamlestadstorget
jourcentral
Gamlestadsvägen 4, B15
Öppet: mån–fre 17.00–22.00
Öppet lör-, sön- och helgdag
10.00–16.00

narhalsan.se/
gamlestadstorgetjourcentral

Pasta-VM en upplevelse utöver det vanliga för Massimiliano

Han är från pastans hemland, men har de senaste tio åren bott och arbetat i Sverige. I slutet på september återvände Massimiliano Salzano till Italien för att tävla i pasta-VM.

– Det var en upplevelse och ger en inspiration, säger Massimiliano som jobbar som kökschef på Hotell Onyxen.

Till vardags jobbar han alltså som kökschef på Hotell Onyxens restaurang Trattoria At Hotel, men för några dagar i slutet av september handlade det för Massimiliano Salzano om att göra upp om världsmästartiteln i pasta-VM.

– Det gick bra och jag kom nästan till semifinal, berättar Massimiliano när vi träffar honom på hemmaplan på restaurangen på Hotell Onyxen.

– Men det var svårt och en helt ny situation. Man hade 30 fotografier och journalister runt sig samtidigt som man skulle laga mat på tid. Det var lite kaos emellanåt, men det var roligt.

Signaturrätten var en cannelloni med skalldjur, en sparriskräm med rostad mandel och potatischips.

– Den var lite rolig ändå. Sedan tog jag skalldjur för att jag bor i Göteborg, det tog jag med mig in i tävlingen.

I konkurrens med 18 andra kockar från hela världen räckte det dock inte hela vägen fram, men Massimiliano var nöjd ändå.

– Kul att få se alla andra och hur de tänkte. Det var en upplevelse och ger en inspiration. Nu kan man mixa allt man har sett och göra något av de intrycken.

Han är född och uppvuxen i Rom och har haft med sig intresset för matlagning i allmän-

het och pasta i synnerhet sedan barnsben.

– Pasta är en specialitet. Jag är uppväxt med den, så den betyder egentligen allt för mig.

Hans mamma drev restaurang och det var också där Massimiliano jobbade innan han hamnade i Sverige. Han hälsade på en kompis i staden och blev kvar.

– Jag skulle vara här en vecka men hittade ett jobb och blev kvar. Det var 10 år sedan nu, berättar han.

Sedan Onyxens restaurang öppnade i ny tappning för åtta månader sedan är det Massimiliano som är kökschef och bjuder på god italiensk mat.

– Vi har stor potential. Här i närheten så finns det ingen som kör riktigt italiensk mat. Vi kör vår grej, vi ska inte vara som alla andra ställen.

Och det är man ju inte heller när man har Sveriges enda deltagare i pasta-VM.

Även om det bara var några veckor sedan tävlingen, som hölls i Milano och Parma, avslutades siktar Massimiliano redan på nästa år.

– Jag är ju från Rom så jag har en växel till i mig. Nästa år lär bli bättre. Då har man bättre koll på läget och vet vad som väntar. Då ska det dessutom livesändas i tv, säger han och fortsätter:

– Men jag försöker hitta någon annan tävling innan nästa världsmästerskap. Det är alltid roligt och bra att prova på lite mer innan dess.

Och för den som vill prova på Massimilianos VM-rätt får man också vänta ytterligare ett tag.

– I sommar kan man beställa den. Då är det säsong för råvarorna.

Olof Lidh



VM-FEST! Till vardags är Massimiliano Salzano kökschef på Hotell Onyxens restaurang Trattoria At Hotel, men tidigare i höstas deltog han i pasta-VM so avgjordes i Italien. Förstås...

Foto: Privat

Torpaterrassen – en nykomling i Björkekärr

HSB Göteborg satsar på hållbara hem och ett rikt utbud av planlösningar i HSB brf Torpaterrassen. Nu är det dags för säljstart av de 125 lägenheterna.

Flexibla bostäder och många valmöjligheter i sitt boende är två aspekter som bostadsrättsägare i Västsverige efterfrågar. Insikterna kommer från HSB Göteborgs undersökning Framtidens Boende, där man frågat 1000 västsvenskar hur de vill bo i framtiden. Och det har HSB tagit fasta på i utvecklingen av HSB brf Torpaterrassen.

Brf Torpaterrassen består av 125 lägenheter på mellan 51 och 117 kvadratmeter och här får köparna ordentligt med valfrihet.

I bostadsrättsföreningen byggs fem olika varianter av tvåor, tio varianter av treor samt fyror både med och utan etage. Såväl de som vill ha öppen planlösning mellan kök och vardagsrum som de som föredrar att ha mer avskilt mellan de båda rummen kan vara nöjda, då båda varianterna kommer att finnas i brf Torpaterrassen. Förutom det stora utbudet av lägenhetstyper har HSB dessutom tagit fasta på uttalade önskemål från sina medlemmar:

– Vi har en kontinuerlig dialog med våra



NYTT. HSB brf Torpaterrassens tio huskroppar, omsorgsfullt placerade i Björkekärr vackra natur, ger området en småskalig och smakfull karaktär.

Foto: Privat

medlemmar. Vi ska bygga för dem, och då måste vi lyssna på vad de vill ha.

– Därför har vi i detta projekt till exempel prioriterat stora balkonger, fönster ovanför diskbänken och sovrum som inte ligger vägg i vägg med varandra, för det är tre önskemål som våra medlemmar uttrycker år efter år, sä-

ger Elisabeth Ahlenius, säljare på HSB Göteborg.

Hus som ska leva länge Hållbara hem ligger högt på dagordningen och HSB brf Torpaterrassen byggs med ett medvetet miljöfokus. Sedumtak, solceller och kvalitetsmaterial med lång hållbarhet både in- och utvändigt, är ex-

empel på hur HSB säkerställer såväl ekologisk som ekonomisk hållbarhet. Det ger hus som mår bra över tid.

Bostadsrättsföreningens tio huskroppar blir relativt låga, fyra till sex våningar, med fasadtegel i jordnära nyanser. Området präglas av mycket växtlighet och man prioriterar gemensamma ytor mellan husen för att skapa ett trivsamt, tryggt och grönt område. I den kuperade terrängen står husen på olika nivåer vilket ger fina vyer från lägenheterna och gott om ljusinsläpp.

– Vi har verkligen hittat en fantastisk plats! Brf Torpaterrassen har ett gyllene läge. Med oaser som Skatås och Härlanda Tjärn runt knuten, och samtidigt nära till Munkebäckstorg med dess handel, service och kollektivtrafik. Vi längtar tills vi får sätta spaden i jorden, och framförallt tills området står färdigt. Det är ett såväl arkitektoniskt som byggnadsmässigt intressant projekt, säger Elisabeth Ahlenius.

Bosparare och medlemmar i HSB har förturt i försäljningen, därefter får övriga intressenter chansen att köpa en lägenhet i brf Torpaterrassen. Preliminär inflyttning sker under 2020.

ÖHP

VI LOVAR ALLA HAMBURGERÄLSKARE OCH GRILLMÄSTARE EN RIKTIG HÄRLIG UPPLEVELSE!



Serverat fantastisk
mat sedan 1959



**AFTER WORK
MÅNDAG- FREDAG
KL. 16-19
HÖGREVSBURGARE
KYCKLINFILÉBURGARE
VEGOBURGARE
FISH & CHIPS**

inkl. Pommestmix

(pommes & sötpotatispommes)

och Göteborgs go IPA eller Pilsner 3,5%
från Göteborgsbyggerier
alt. alkoholfri dryck

99:-

Erbj. gäller t.o.m. november månad ut 2017.

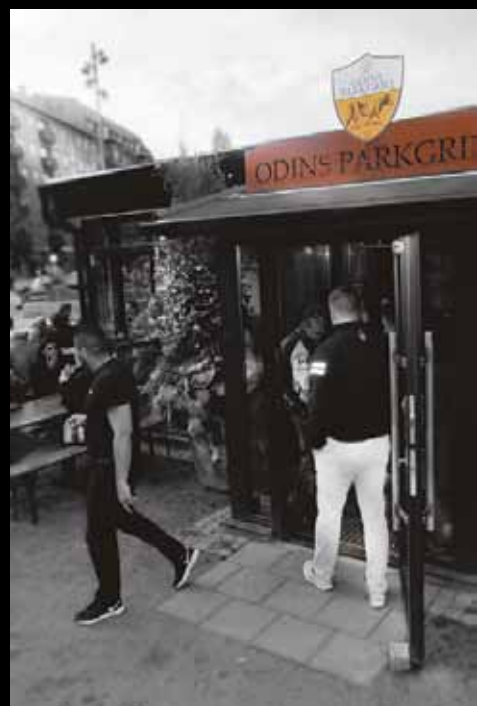


Foto: Beatrice Larsson

ODINS PARKGRILL TAR STREETFOOD TILL EN HÖGRE NIVÅ – VI JOBBAR MED NÄRPRODUCERADE RÅVAROR



VÅRA ÖPPETTIDER HITTAR DU PÅ VÅR FACEBOOKSIDA "ODINS PARKGRILL"



KOLLA HEMSIDAN
FÖR VÅRA
ÖPPETTIDER

Odinsplatsen 11 | 411 02 Göteborg | 031- 15 02 92
www.odinsparkgrill.se

**VÄLKOMMEN IN
FÖR EN
SMAKLIG MÅLTID!**



STICKFANTAST. Susanne Bäck driver butiken Knit&Purl på Bondegatan i Olskroken.

Foto: OLOF LIDH

INGA VANLIGA JACKOR – INGEN VANLIG BUTIK



3 495 kr

5.11 TACTICAL BRISTOL JACKET
Varm vind- och vattentät.



1 595 kr

SNUGPAK SLEEKA ORIGINAL
Vindtät och beprövad bästsäljare.



3 395 kr

ARC'TERYX LEAF COLD WX HOODY LT
Extremt lätt, varm och vindtät jacka.

Våra kunder ställer ofta hårda krav på sin utrustning för att kunna lösa sin uppgift på bästa sätt. Vi tror på produkter, prylar och plagg som fungerar när det verkligen gäller. Inget annat.

Välkommen till Terräng.
Vi har utrustning för uppgiften.

terrang.se

STOCKHOLM: Kungsholmsgatan 20

GÖTEBORG: Friggagatan 10D

MALMÖ: Sallerupsvägen 152

5.11
TACTICAL

S
salomon



ARC'TERYX LEAF

TASMANIAN
TIGER

MAGPUL

Snugpak

Terräng
UTRUSTNING FÖR UPPGIFTEN

terrang.se

Susanne brinner för hantverket

För Susanne Bäck är det sticksäsong året om, men för många andra är det nu som säsongen drar igång på allvar. Hos Knit & Purl finns också allt du behöver för att komma igång med stickningen. Inte minst en fantastisk service.

Intresset för stickning har funnits där sedan barnsben. Susanne Bäck minns inte vem det var som lärde henne att sticka, men hon minns vad det var.

– Jag vet bara att när jag var tio år så så stickade jag en väst till min farmor. Och sen dess har jag stickat mest hela tiden.

Det har med andra ord gått åt otaliga mängder garn genom åren och till slut var valet att köpa en garnaffär inte särskilt svårt.

– Jag var nästan tvungen att köpa en garnaffär, för det blev lite dyrt, säger Susanne och skrattar. Nu kan jag sticka hur mycket jag vill, och vad jag vill.

I butiken finns hela Sandnes garns sortiment. Det gör också att Knit & Purl (som betyder rät och avig på engelska) är Sveriges största återförsäljare av det norska garnet.

– I dessa garner är det bara naturmaterial och det är väldigt viktigt för mig att veta vart garnet kommer ifrån och att det är schyssta förhållanden. Jag står för varenda garnnystan jag har.

Och det är många. På hyllmeter efter hyllmeter radas garnnystanen upp i alla möjliga olika färger. Bara det är inspirerande i sig, men Susanne vill ha ännu mera färg och inspiration. För två månader sen drabbades butiken av ett inbrott. Tråkigt, så klart, men det gav också chansen för Susanne att lyfta butiken yt-

terligare.

– Det var nu eller aldrig, nu måste jag göra det. Haft min bild klar länge hur jag ville ha det. Jag var på hotell Dorsia inne i stan i fjol och jag har aldrig fått med mig en sån känsla som jag fick med mig därifrån. Där var det gallet med färg och lite gammaldags stil och jag älskar ju färg.

Nu vill hon återskapa något liknande i sin butik. Förvandlingen har redan startat. Bland annat med lila väggar och utrullad röd matta.

– Jag har världens bästa garner, men jag vill också att man ska komma in här och få med sig den där sköna känslan. Inte bara få med sig en påse med mysigt garn utan att få med sig känslan av butiken hem.

Det kommer dessutom ges utrymme för en lite kaféhörna där man kan träffas för att sticka och få inspiration.

Fantastiska garner och en fantastisk inredning. Det finns ändå något annat som gör att Knit & Purl sticker ut lite extra. Servicen. Att Susanne brinner för stickningen råder det inga som helst tvivel om, och hon delar mer än gärna med sig av sin kunskap.

– Jag är väldigt mån om att det blir något av det kunderna köper. Det tror jag de känner också, så de kommer gärna in och visar vad de gjort. Det tycker jag är himla roligt, säger hon och fortsätter:

– Jag finns tillgänglig dygnet runt. Det är inte ovanligt att jag får ett meddelande vid 22-tiden en fredagkväll av någon som kört fast. Jag svarar så fort jag har tid och under öppettider är det bara att komma in och be om hjälp. Ge inte upp!

Olof Lidh

Susanne om...

...att börja sticka:

– Jag brukar fråga de som kommer in vad de skulle vilja sticka. Säger de då en tröja så säger jag att jag tycker att de ska börja med en tröja. Men då tänker de att gud, det är ju så stort.

– Och ja, det är lite fler maskor och lite fler centimeter man ska göra, men om det är det som man verkligen skulle vilja göra är det dumt att långa upp för något mindre. Jag tycker det är viktigt att man ska sticka det man känner för. Och ingenting är svårt så länge man kan sticka en rät och en avig maska.

– Jag har många som gjort en sådan tröja som jag har nu. Då hjälper jag dem i början, att nu ska du sticka så och så här långt. Det blir som en läxa. Skickar inte ens med dem ett mönster, utan då kommer de tillbaka när de gjort det och så hjälper jag dem vidare.

...stickning som terapi:

– Det finns forskningar på stickning och en del jämför det med yoga. Man blir avslappnad och koncentrerar sig bara på det man håller på med just nu. Dina negativa tankar får inte utrymme i din hjärna för att du är kreativ. Dessutom sänker du hjärtrytm och

blodtrycket. Så det är bara positivt.

– Sedan kläcks väldigt bra idéer när man stickar för man är inne i ett speciellt mode. Man får en form av feeling. Det är väldigt nyttigt och hjälper många.

...om ull som material:

– Att köpa en ren ulltröja i en vanlig butik i Sverige går knappt. Det är till största delen akryl, vilket egentligen är ren plast. Det gör att värmen stängs inne när du blir varm. Svetten och fukten ligger kvar. Den andas ingenting.

– Vill man ha något rent får man göra det själv. Jag går i ull året om, det är det absolut bästa jag kan ha på mig. När det är kallt så värmer det, när det är varmt isolerar det och så andas det hela tiden. Det reglerar din kroppstemperatur. Mer ull åt folket!



Knit&Purl i Olskroken.

FOTO: OLOF LIDH



*En härlig vecka
hos oss på Tidbloms:*

**AFTER WORK-
FREDAGAR!**

Buffé och AW-priser kl. 16-19

**FOTBOLLS-
LÖRDAGAR!**

Premier League – med start kl. 13.25

Säkra din plats och boka bord!

**QUIZ-
ONSDAGAR!**

Startar kl. 19.00

**VECKANS
HUSMAN**

Måndag-Torsdag fr. kl. 15.00

ESTD



1982

TIDBLOMS

ADRESS: Tidbloms Gastropub | Olskroksgatan 23 | Göteborg
KONTAKT & BORDSBOKNING: 031-707 50 50 | info@tidblomspub.se
www.tidblomspub.se

Leif Swärd är nog stans mest ”okända” SUPERSTJÄRNA!

Vi ser honom på trottoarer, längs vägar och i skog och mark.

Och i tävlingsspår av olika slag.

Leif Swärd gillar att vara ute – långt utanför operationssalen om någon trodde annat.

Den skicklige och omtyckte idrottsläkaren, som bland annat haft fotbollsspelarna Zlatan Ibrahimovic och David Beckham samt friidrottarna Christian Olsson och Carolina Klüft som patienter, lever som han lär.

– Motion i vardagen kan aldrig underskattas, betonar Leif Swärd, snart 72 år ung.

Han promenerar, cyklar, åker skidor och gymmar. Ofta tillsammans med vännen Stig ”Stikkan” Andersson, uppskattad medarbetare i denna tidning under vinjetten ”På spåret”.

Löprundorna är däremot ett minne blott efter bland annat tre Stockholm Marathon över den nätta distansen 42 kilometer.

– Med två knäproteser är det inte längre en så lämplig belastning, påpekar Leif.

Jodå, trot eller ej. Men doktorn som genomfört drygt tiotusen (10 000) operationer har faktiskt även varit patient.

Varumärket Leif Swärd är högt aktat inom framförallt idrottskretsar världen över. Men även högt uppsatta företagsledare och – framförallt – vanliga människor har mötts av både välvilja, tillmötesgående och skalpellen.

Han opererar fortfarande (numera enbart höftskopier) på Ortho Center IFK-kliniken, där Leif är grundare/delägare och även har en ljumskmottagning tillsammans med kollegan Anders Falk.

Leif Swärd har också varit mentor för läkarstudenter och anlitats som föreläsare.

Promenaderna och cykelturerna sker oftast i närheten av bostaden på Egmontsgatan i Bö där Leif och hustrun Kristina, också uppskattad läkare, bott sedan 1992.

– Vi har ju så nära till oaser som Delsjön, Härlanda och Skatås. I vårt område finns inte bara trevliga grannar utan både fantastisk natur och storstad, säger Leif.

Han kunde även lagt till Kamratgården där doktor Swärd var IFK Göteborgs lagläkare i 20 år mellan 1984 och 2004.

– Därifrån har jag med mig många minnen, ha, ha.

Och hög status, måste åter påpekas. Vid två tillfällen under även spelåret 2017 har Leif kallats in för att sitta som matchläkare på Gamla Ullevi vid IFK-matcher i allsvenskan.

– Dessutom är jag obeseerad, noterar han leende bakom ännu ett så där finurligt skratt.

Hur upplevde du straffdramat i Barcelona 1986 när IFK åkte ut i Europacupens semifinal?

– Jag var nere i omklädningsrummet och behandlade Tord Holmgren som fått ljumskan illa skadad och tvingats kliva av. Så några straffsparkar såg jag inte...

De många åren som landslagsläkare för Eng-

Detta är Leif Swärd

Född: 2 november 1945.

Familj: Hustrun Kristina, tre barn och fyra barnbarn.

Bor: I Bö.

Titel: Docent i ortopedi.

Läkarutbildning: Studier i Lund. Legitimerad läkare 1979. Specialist i ortopedisk kirurgi 1983. Medicine doktor vid Göteborgs universitet 1990. Docent i ortopedi 1993.

Fotbollsmeriter: Lagläkare för IFK Göteborg, samt Englands och Sveriges landslag.

Egna idrottsmeriter: Landslagsman i fjärlsim 1965–71. Har genomfört tre Stockholm Marathon, svensk klassiker, samt fem kortvasan (skidor), fyra cykelvasan (30 km) och tre cykelvasan (45 km).

land (2002–2010) och Sverige (2011–16) gav både förluster och segrar. Men att det blev fotboll och ett yrkesliv som läkare var inte alls givet från början.

Leif Swärd växte upp i Karlstad med simning som sitt stora idrottsintresse. Han var exempelvis landslagsman i fjärlsim (!) under en sexårsperiod.

– Skonsamt för kroppen, men simningen gör också att man blir benskör.

Parallellt med simning på svensk toppnivå (en gång tre hundra delar från ett SM-guld) inledde Leif studier vid Chalmers i Göteborg. Efter tre år var han färdig civilingenjör och flyttade tillbaka till rötterna för att börja arbeta på Karlstads Mekaniska Werkstad.

– Men där stannade jag bara i 1,5 år. Landslagsläkarna i simning gav mig input att börja läsa till läkare. Det är därför jag står där jag är idag.

Hur hamnade du på Kamratgården?

– Också av mer eller mindre en tillfällighet. Jag fick använda och undersöka IFK-spelarna när jag gjorde en avhandling om idrottsryggar i min fortsatta utbildning.

– Samtidigt slutade dåvarande läkaren (Ulf Lindenberg) så frågan ställdes till mig.

Vem anställde dig?

– Det var nog någon av spelarna som sa...”ta han som är här uppe och mäter oss”.

– Det var så jargongen gick på Kamratgården på 80-talet.

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.

Om du jämför med dagens generation...?

– De är bättre tränade, men inte lika bra fotbollsspelare.

När det gäller ortopedi och träning är det inte många som slår Leif Swärd på fingrarna. Vilka av alla välbetalda så kallade stjärnor klarar förresten att fixa en svensk klassiker.

Att under samma år genomföra Vasaloppet, Vätternrundan, Lidingöloppet och Vansbro-simningen – vilket Leif (givetvis) också hunnit med?

– Det är nog högst individuellt och en fråga omöjlig att svara på.

Du blev kvar på Englands landslagsbänk under Fabio Capello och Steve McLaren trots att Sven-Göran Eriksson fick sparken. Hur är din relation till Svennis idag?

– Bra. Även om jag kanske mest har kontakt med hans vapendragare Tord Grip.

På priolistan 2017 står egna familjen. Utöver hustrun Kristina, tre barn och fyra barnbarn.

Samt gympasset med ”gubbarna” varje söndag klockan 18.

– Vi var ett gäng med Martin Kurzwelly i spetsen som drog igång detta för 22 år sedan. Och glädjande nog håller vi på än i dag.

Håller du matchvikten?

– Den har varit samma 71 kilo under 20 år. Jag försöker att vara noga med även kosten.

1997 startade Leif Swärd IFK-kliniken som tio år efteråt utvidgades med Ortho Center.

Hur många patienter har du opererat?

– Mellan tummen och pekfingeret kanske drygt 10 000. Som mest gjorde jag 500 om året tillsammans med teamet.

Hur lång tid tar ett operativt ingrepp?

– Väldigt varierande. En höft cirka en timma och ett korsband i knät runt 1,5 timma.

Du kan laga höfter och knän – men vad mer?

– Varken mat eller ens en punktering, ha, ha. Jag är praktiskt oduglig, blir det ärliga svaret.

I början på nästa år drar makarna Swärd till Australien för att bland annat hälsa på vänner under två månader. Leif har jobbat i Sydney och även ett år i Nottingham, England.

Bland de otaliga resorna med diverse klubb- och landslag plockar han ut Blåvitts Uefa-cupguld i Dundee, Skottland, 1987 som främsta minnet.

Du är blåvit – men genomförde exempelvis senaste Cykelvasan (45 kilometer) i blå tröja och röda byxor som är Örgrytes färger...!

– Jag bor ju i Örgryte. Eller om det nu är Bö eller Skår. Jag gillar hur som helst att vara ute i kvarteren. Och vardagsmotion är väldigt viktig för mig. Och många andra, säger läkaren som verkligen lever som han lär.

Kjell-Ove Andersson



Leif Swärd.



Foto: STIG ANDERSSON



GLÄDJE · PASSION · GEMENSKAP
TRÄNA HOS OSS

GYMKORT FRÅN

249 **KR**

KR/MÅN

**VÄSKA
INGÅR**

Värde 405 kr
Begränsat antal



STC GÅRDA, Norra Kustbanegatan 19
STC BJÖRKEKÄRR, Smörslottsgatan 26
STC MÖLNDAL, Flöjelbergsgatan 20B
STC ÅBY, Idrottsvägen 9
STC BACKAPLAN, Backavägen 3
STC LÅNGEDRAG, Redegatan 1

stc



”Allt det du måste är en lättläst och trevlig bok, med viktigt budskap.”

Enligt O

”Stark, gripande och insiktsfull!”

Jennies boklista

”Inspirationsinslagen för självhjälp är tydliga...”
Göteborgs-Posten

”Boken fick mig fast direkt ...”
Villivonkansbooks

”Nu ska jag titta igenom allt det jag måste för att shit vilken stark bok.”

Enkla knep

NY BOK. Sylvia Lidén Nordlund är uppvuxen på Tegnérsgatan i en portvaktslägenhet och bor idag på Skänegatan precis vid Korsvägen i en ”tvåochhalva” så cirkeln är sluten kan man säga. Hon bodde mer eller mindre på biblioteket som yngre och har nu blivit författare på senare år. Nyutgivna romanen ”Allt det du måste” har ett aktuellt tema mobbning och utfrysning liksom relationsproblem. Mia, en fyrtioårig förskollärare med påfrestande arbetssituation och familjeliv, tvingas gradvis inse att det enda hon verkligen måste är att göra sina egna val och ta ansvar för dem. Dessutom arbetar hon vid Olskroken, träffar personalavdelningen på gamla fängelset och går på matlagingskurs på Redbergsskolan där hon träffar Ola...

Foto: PRIVAT

Om konsten att bli sig själv

– Att stå upp för sig själv och ta sig rätten att reagera om en blir respektlöst behandlad eller tas för given, är nog det viktigaste budskapet i min berättelse, säger Sylvia Lidén Nordlund, som nu i dagarna debuterar med romanen ”Allt det du måste” genom Förlagshuset Siljans Måsar.

Bokens 40-åriga huvudperson Mia, tvingas omvärdera sitt liv och sina val genom en serie livshändelser. På jobbet som förskollärare skapar hennes höga ambitioner en konflikt med en äldre kollega, vilket eskalerar till mobbning och utfrysning. På hemmaplan finns frustrationen över maken som mest fokuserar på sig själv och sitt arbete samt dottern som har svårt att finna sig tillrätta i sin nya skola. Hennes ångest stiger och hon inser att strategin att alltid anpassa sig till omgivningen inte håller längre.

– Motståndet i livet tvingar Mia att stanna upp och se över allt det hon tror att hon måste. Genom olika händelser förs hon till en punkt där hon inser att det enda hon verkligen måste

i livet är att göra sina egna val, säger Sylvia.

Intresset för inre utveckling och mänskliga relationer har hon burit med sig sedan barnsben. Hon växte upp i en av de ”finare” stadsdelarna i Göteborg. Pappan arbetade som vicevärd och mamman städade trapphusen. Sylvia beskriver sig som ett bokslukande men ensamt och tyst barn som lyssnade och iakttog människorna omkring sig.

– I skolan var det tydligt att jag inte passade in, vilket förstärkte den ensamhet jag kände. Att jag dessutom var duktig på lektionerna gjorde inte min situation enklare. Där och då startade min drivkraft i att bli förstådd och att hjälpa andra utsatta att bli förstådda.

När Sylvia inte skriver om inre utveckling arbetar hon mer direkt med det. Som samtalspedagog, sexolog eller konsult i konflikthantering, för att nämna några av hennes verksamheter. Tidigare arbetade hon även som lärare. Den första impulsen att omsätta sitt arbete med människor till den skrivande sfären, fick hon från flera av sina klienter.

– De undrade om jag inte kunde skriva en

bok med de råd och tankemodeller som hjälpt dem själva vidare i livet. Samtidigt kände jag att jag ville göra något kreativt och började på en skrivarkurs, eftersom jag alltid tyckt om att formulera mig i skrift. Under en skrivövning dök Mia upp i mitt huvud och nu nästan fem år senare är boken klar, berättar hon.

Att ”Allt det du måste” handlar just om Mia och hennes svårigheter att känna in och följa sina egna behov, är ingen slump, menar Sylvia.

– Jag har skrivit boken för att jag tänker att många, kanske framför allt kvinnor i Mias situation, kan känna igen sig och få inspiration till förändring. Jag tänker på alla dem som på sina arbetsplatser hamnar i liknande utfrysning och försåtliga mobbning, samtidigt som huvudansvar för hem och familj gör belastningen ännu större. Många kämpar på i stället för att lyssna till sin inre sanna röst som berättar att något

är allvarligt fel och hamnar till sist i, eller på gränsen till, utmattningsdepression.

I både berättelsen om Mia och i sitt arbete direkt med människor, vill Sylvia förmedla att vi alla alltid har ett val – även om vi inte tror det. Allt det vi tror att vi måste är oftast sprunget ur det vi lärt oss som barn – och behöver inte längre vara sant.

– Att känna in sina behov, och ta sig rätten att uttrycka dem är nödvändigt för att leva ett fullödigt liv. Att lyssna in andras behov, är en förutsättning för att förstå varandra och för att förebygga eller hantera konflikter, slår Sylvia Lidén Nordlund

fast.

Sylvia Lidén Nordlund kommer att signera sin bok, ”Allt det du måste”, den 18 november och den 16 december kl 14–17 på ICA Focus.

Gabriella Lücke

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.



STORT URVAL
HUNDTÄCKEN!

REFLEX-
VÄSTAR
Fr. **69:-**



STÖRST I STAN
PÅ REPTILER!

LEOPARD-
GECKO
Fr. **695:-**



UNDULAT
Fr. **395:-**



STORT UTBUD AV REFLEXER!

ORBILOC
REFLEXLAMPOR
249:-



HUNDMAT
EUKANUBA
2,3 kg för
99:-



HUNDMAT
EUKANUBA
14 kg för
599:-

HUNDKOPPEL
FLEXI
Fr. **169:-**



REFLEX
FLASH LIGHT RING
Fr. **149:-**



HAMSTER
Fr. **129:-**



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





GLESNAT. Vid Gullbergskajen låg mot slutet av 1900-talet en hel massa dåliga båtar, som nya ägare pysslade med och drömde om att åter göra sjödugliga. Men när bilden knäpptes 2008 låg där endast en gles rad båtar och verkligen inget vrak.

FOTO: ALICE RADOMSKA

Gullbergskajen – drömmarnas kaj

Höstvinden viner runt knutarna på stugan, när jag sitter och scannar en bunt foton så de hamnar i mappar på dataskärmen.

Det känns värmande att se sommarbilder. Efter ett antal bilder av Olskrokstorget en marknadsdag i härligt solsken, tar jag mig an ett dussintal från grannstadsdelen Gullbergsvass. Jag knäppte dem i augusti 2008, då jag vandrade där med gamle muren Evald Johansson.

Gullbergs Strandgata förknippas trots biltrafiken mer med kajen åt Göta älv och de många gamla båtar, som man redan före Evalds forna ungdomsår såg ligga där. Gullbergskajen med Tobaksbolagets underligt pampiga gamla tegelbyggnad övergår nästan omärligt i Gasverkskajen. Kommer den att heta så även efter Gasklockans långsamma rivning?

Evald Johansson föddes 1920, den 18 december – exakt på dagen 31 år efter Gasverkets invigning i Gullbergsvass 1889. Verksamheten var ditflyttad från sitt trängre första läge vid Rosenlund.

– Rejält murat, konstaterade Evald om Tobaksmonopolets hus, när vi faktiskt gick ett granskande varv runt det. Han tillade att i yngre år, då han rökte, var de flesta cigaretterna alltså därifrån.

■ ■ Jag kikar på bilderna. Vad snabbt tiden gått sedan vi gick i "växlande molnighet" den sensommardagen 2008. Av en händelse var det också det året, men på hösten, som Ove Allanssons roman "Blues för Maria" kom ut. Dess huvudperson växte upp på Värlagaregatan i Lund, men bland många andra miljöer som handlingen utspelas i, nämner Ove på sidan 156 också "Tobaksbolagets gamla byggnad med det märkligt svängda och grönärgade koppartaket".

Evald och jag knallade bort åt Gasklockan. I mellersta tonåren, alltså mitten av 1930-talet, funderade han en smula på att bosätta sig i Göteborg och till att börja med jobba med att köra kärror med kol från prämnarnas lossning

vid kajen den sista biten upp till gasverket. Men han valde som första egentliga arbetsplats ett snickeri i Kungälv; det passade bättre hans hantverkarsinne.

Gasklockan togs visst ur drift redan 1969, när verksamheten flyttades ut åt Arendal på hisingsidan. Men ända tills i år förblev ju Gasklockan det mörkbruna höga landmärke vi var så vana vid. Och när lastbåtar och skutor kom från Göta kanal eller Vänerne nedför älven, så gav anblicken av Gasklockan på långt håll den första känslan av att ha nått Göteborg, har jag hört sägas.

■ ■ Landkrabborna Evald och jag runda inte Gasklockan den där augustidagen utan vandrade tillbaka längs Gullbergskajen, sakta i riktning åt Lilla Bommen. Faktiskt fick vi gå ombord på en liten skuta och äta våra medhavda mackor där på däck, där vi förstas också bjöd "skepparen" på fika.

Båten höll på att renoveras. Med sitt snickarförflutna kunde murare Evald ge den ivrige ägaren ett och annat tips. Jodå, Evald visade att han vid närmare 88 års ålder ännu hantade en hyvel med akkuratess. Men båtlivet där vid kajen var "inte som förr".

I boken "Hamnbilder från Göteborg" (Wezäta Förlag, 1981) skriver GP:s forne kulturchef Bernt Ekelundh:

"Här ligger de, alla båtarna som blivit över vid de döda skeppens kaj. De halvdöda eller till hälften återuppståndna, kompakt stävt intill akter, i flera rader utanför varandra. En söndervittrande järnpräm bär det stolta namnet Eva av Göteborg; jag stannar

i begrundan inför alla nyanser i brunt och rött som rosten skapar. Så husbåtar, utslagna bogserbåtar, gamla trålare, ja till och med ett djonkliknande flytetyg med texten Sentosa i lätt kinesiserade bokstäver."

Men på 90-talet låg båtarna tydligen inte mer i dubbla eller tredubbla rader utan på varandra, utan tycks ha minskat i antal, så att alla var förtöjda just vid kajen. Men det var så kallade "flytetyg" av samma karaktär som förut.

Hans och Jenny Arvidsson beskriver i häftet "Göta kanal och älv" (Sjökortboden 1994): "Den obrutna raden av flytetyg ligger på fastlandssidan från Sävåns mynning längs hela Gasverks- och Gullbergskajen. Småbåtar ligger inskavda mellan skutor, bogserare, husbåtar, gamla fiskebåtar, smärre lastfartyg, kustkrypare och före detta militära holkar, även en lustig båt av karaktären djonk som drar tankarna till det fjärran Hongkong."

■ ■ Självt såg jag, fjorton år därefter, bland annat en cafébåt, en husbåt och en före detta fiskebåt med sin bokstavsbezeichnung GG för Göteborg. Fotot jag visar er knäppte jag, som ni säkert förstår, uppifrån Götaälvbron. Alltså över Gullbergskajen med Tobaksmonopolets fabrikshus, Gasklockan där bortom och med båtar i förgrunden, men särskilt tätt ligger de inte.

Inte som i Ove Allanssons nämnda roman (Norstedts Förlag 2008). Där beskriver Ove på sitt målade sätt:

"Den långa raden av flytetyg på fastlandssidan längs Drömmarnas kaj, Gullbergskajen, sträcker sig från hotellfartyget Astoria, förbi Gasklockan, och uppströms till Sävåns mynning i Göta älv. I raden finns småbåtar, skutor, bogserare, fiskebåtar, före detta militära holkar och även mindre lastfartyg,

kustkrypare – alla under ombyggnad. Några tycks klara för färder ut på vidare vatten eller i Göteborgs skärgård. Kanske kommer några att fungera som flytande sommarstugor."

Man kan ju också ta till sig doftintrycken, när Bernt Ekelundh i hamnbildsboken på förra generationens sätt nämner att aromen från Tobaksfabriken och kvarnen som malde snuset blandades med luftens salta, doft av tjära och dunster från sopor och avfall.

Sittande i min stuga i Örgrytekolonin sorterar jag nu vidare och scannar bilder jag knäppt från olika håll av stan. Det är Lisebergs virvlande moderna attraktioner, men också de lugnare i stil med gamla Kaffehjulet, Radiobilarna och färderna i timmerstockar i vattenrännan. Det är Apslättnens picknick, musikkåren Göta Lejon på Munkebackstorget, uteserveringar i Haga, julslytning vid Kungsgatan, scouterna i Björkekärr och loppis i Slottsskogen.

■ ■ Från Örgrytekolonin syns på foton glada midsomrar. Att liksom återuppleva dem värmer nu i höstrusket.

Glatt ses författaren Ove Allansson med färskpotatis på gaffeln och hans hustru Sonja i färd att skala räkor. Och murare Evald Johansson i berättartagen, då han kanske beskrev sonen Bosses tre frisparksmål i en och samma seriematch. Och där syns som väffelservitör vår tidnings förrförr redaktör Ulf Tullborg – som också var både sotare och brandman!

Kolonin är i ganska snabb förvandling. Stugor byter ägare och stugor rivs och ersätts av nya moderna med tidens bekvämligheter.

Lugn och ro är där emellanåt, men årstider och känslor grannar emellan har allt hunnit

skifta fram och tillbaka, medan exempelvis Gasklockans rivning i Gullbergsvass har pågått så sakta, så sakta, så sakta.

BETRAKTELSE

av Alice Radomska
– författare
och konstnär



Klädlagret AB

Med barn- dam- och herrkläder samt mycket mer

Alltid generösa priser



HALSDUK

20:-



BARNJACKA

149:-

FLEECE-SET BARN

STL 86-92 t.o.m. 122-128

49:-

PARAPLY

10:-



LJUSSTAKE DOMHERRE

1 FÖR

10:-

2 FÖR

15:-



MAGISKA VANTAR

MED TOUCH-FUNKTION!

20:-

STRUMPBYXA

10:-



TRASMATTA

70x140 cm

39:-



MAGISKA VANTAR

HELSVARTA

10:-



...ÖPPETTIDER ...

Månd-Fredag kl. 10-18

Lördagar kl. 10-15

...

Stängt söndagar
och alla röda dagar.

Vi har stängt
Alla Helgons Dag
lördagen den 4 nov

OLSKROKEN – REDBERGSLID

Klädlagret AB Hökegatan 32 416 66 Göteborg

Tel. 21 76 00

Erbjudandena i denna annons gäller så långt lagret räcker längst t.o.m. 3 nov. 2017. Med reservation för tryckfel.



HÄLSANDE TRIO på Läkande Rum på Norra Gubberogatan – från vänster till höger ser vi – Mikaela Marasovic, Mari Ölund och Ivy Marasovic.

Foto: Joacim Schmidt

ETT HELT RUM MED FOKUS PÅ HÄLSA

På Norra Gubberogatan ligger Läkande Rum, ett hälsocenter där alla aspekter av hälsa tas i beaktning.

– Vi vill hjälpa människor att stärka sin helhetshälsa genom att jobba på alla plan, berättar Mari Ölund som driver Läkande Rum.

Bland annat så erbjuder Läkande Rum hjälp och vägledning gällande mat och kosttillskott och inom personlig utveckling. Det jobbas också med yoga, kraniosakral terapi och mindfulnessgrupper både för vuxna och unga. Dessutom så arrangeras föreläsningar med olika föreläsare, inom en rad olika ämnesområden.

– Vi vill bygga upp något som saknas, en plats dit man komma där allt finns samlat under samma tak. Ett body-, mind- och spiritocenter, säger Mari Ölund.

Läkande Rum har också en kombuchabar. Kombucha är ett slags fermenterat the gjort efter ett 4000 år gammalt kinesiskt recept. Drycken har många hälsosamma effekter och är bland annat rik på antioxidanter.

– Den kallas för livets elixir.

Mari Ölund har ett förflutet som fotomodell. När hon var 30 år gammal så led hon av ett utslaget immunförsvar, delvis till följd av en svår förlösning och svår separation. Av läkare fick hon veta att hon var döende. Då

sökte hon sig till många områden inom alternativmedicin och lärde sig så mycket hon kunde medan hon tillfrisknade. Sedan dess har hon vidareutbildat sig som bland annat hälso- och livscoach.

– Men den resan ser jag som min främsta utbildning.

Läkande Rum har funnits i omkring ett år. Mari Ölund berättar att hon själv hade behövt ett sådant ställe under sin egen tillfriskningsperiod.

– Det här är inget jag gör för att tjäna pengar. Det handlar om att ge tillbaka, det är ett kall.

I samma lokal som Läkande Rum ligger också Gröna Kassen, ett företag som drivs av

Maris man Ivy Marasovic. Gröna Kassen säljer ekologisk och vegetarisk mat och sätter också ihop färdiga matkassar med recept som levereras direkt hem till kunderna.

Fastän hälsa och mindfulness är väldigt populärt just nu är det också väldigt utspritt förklarar Mari Ölund.

– Vi vill skapa en helhetsskänsla där vi jobbar med allting men också kommer ihåg att alla är unika individer och genom samtal hitta de bästa lösningarna för varje enskild individ.

Mer information finns på www.mariolund.se och på www.gronakassen.se.

Joacim Schmidt



Besök våra kyrkogårdar

ALLA HELGONS DAG

Lördag 4 november

OBS! Tänk på att batterier är miljöfarligt avfall. Ta hand om era batteriljus!

Bild: Gustaf Hellsing/IKON

Öppet hus klockan 11-17

Personal finns på plats för att svara på dina frågor:

- Östra kyrkogården** - efter infarten vid Nobelplatsen
- Västra kyrkogården** - nedanför kapellen
- Fridhems kyrkogård** - inne i kapellet
- Kvibergs kyrkogård** - expeditionen & i närheten av kapellen
- Lundby nya kyrkogård** - kontoret/expeditionen

Vi bjuder på kaffe och pepparkakor!

Personal finns också på Örgryte nya kyrkogård.

Öppna kapell

Följande kapell är öppna klockan 11-17:

- S:t Olofs kapell** - Kviberg | **S:t Lukas kapell** - Västra
- Östra kapellet** - Östra | **Fridhems kapell** - Fridhem

Bilfritt på kyrkogården

På **Östra** och **Örgryte nya kyrkogård** är det helt bilfritt mellan klockan 11-17. På **Västra kyrkogården** skapar vi en bilfri korridor från klockan 10 på lördag till söndag morgon - från stora entrén vid Sannaplan mot minnes- och askgravlunden.

Minnesgudstjänst i kapellet

Östra kyrkogården klockan 16

Gunilla Bohlin Ström, präst

Ulf Lindström, musiker

Johan Möller, diakon

Ljuständning på Östra kyrkogården, start klockan 15

En tradition sedan ett antal år är att gruppen Unga vuxna från Härlanda församling tänder mängder av ljus. I år sker det bland annat längs en gångväg över hela kyrkogården, från entrén vid Redbergsplatsen bort till entrén från Kålltorpsgatan. Välkommen att uppleva den rofyllda stämningen på vår vackra kyrkogård!

Öppet hus på nya krematoriet

Snart invigs Nordens största krematorium på Kvibergs kyrkogård. Ta chansen och se hur ett modernt krematorium ser ut.

Öppet hus klockan 11-17.



www.svenskakyrkan.se/goteborg/kgf

Sök efter gravsatta med hjälp av webbtjänsten svenskagravar.se

Om du har allmänna frågor om din grav eller om skötseln av din grav är du välkommen att kontakta oss på tel. 031-731 80 80.

Svenska kyrkan 
GÖTEBORGS
KYRKOGÅRDSFÖRVALTNING

Gårdas Hannes Hurtig nominerad till utmärkelsen ”Årets föreningshjälte”

I år är Hannes Hurtig, nominerad för sitt ihärdiga engagemang för den anrika klubben Gårda BK. Hannes har varit med och drivit igenom en generationsväxling i en klubb som andas historia. Han gör allt från att fixa med disken i klubbstugan till att jaga sponsorer och hålla i klubbmöten.

Tillsammans med de övriga i styrelsen har Hannes dessutom hjälpt till att lägga om klubbens spelsätt. Extra fint är det att Hannes och styrelsen lägger en enorm vikt vid att hålla det gamla gardet (som var med på den tiden när Gårda var högt upp i seriesystemet) vitalt. Klubben uttrycker sig att: ”Vårt förflutna är fundamentalt för vår förening och våra forna är ovärderliga för vår framtid”.

Det är spelbolaget Unibet som har en årlig tävling som heter ”Årets föreningshjälte” och som är ett initiativ som startats för att hylla alla de som under året utmärkt sig för sitt positiva engagemang kring ett lag, förening eller någon utövare.



Glenn Hysén är med i juryn. FOTO: UNIBET

I höst kommer Unibets jury utse 10 finalister i respektive kategori (Årets fan och Årets föreningshjälte) och vinnarna koras i decem-

ber. Juryn består av Unibets ambassadörer och representanter med Glenn Hysén som ordförande.

Vinnaren av årets fan får ett personligt pris på cirka 10 000 kronor och material för runt 20 000 kronor att skänka till sin förening.

Här kan du läsa mer om tävlingen: www.aretsfan.se.

Utmärkelsen Årets fan tilldelas den/de som under året utmärkt sig för sitt engagemang och sitt stöd för ett lag, för en förening eller en utövare. Årets fan ska ha visat exceptionellt engagemang i en positiv anda, svarat för en sund läktarkultur och följt föremålet för sitt supporterskap i vått och torrt, i framgång såväl som i motgång.

Utmärkelsen Årets föreningshjälte tilldelas den/de som under året, eller under en längre tid, har spelat en betydande roll och ansträngt sig utöver det vanliga för sin klubb/förening och dess medlemmar. Årets föreningshjälte möjliggör och levandegör idrott för stora och små och bidrar därmed till att Sveriges föreningsliv går runt.



Gårda BK:s Hannes Hurtig.

EKONOMISKT

Hårdare krav kan ge nya problem

Konsumtionslånen ökar nu snabbare än bostadslånen vilket delvis hänger ihop med de stigande bostadspriserna och regleringarna på bolånemarknaden. Det innebär att många hushåll får dyrare lån, minskad handlingsfrihet och utsätts för större risker.

Svenska bostadspriser har under lång tid stigit snabbt. Eftersom de allra flesta lånar pengar för att köpa sin bostad har också skuldsättningen ökat i ungefär samma takt och svenskarnas samlade bostadslån har nu passerat 3 000 miljarder kronor. Hur oroade vi ska vara över den här utvecklingen finns det olika uppfattningar om, men de flesta är överens om att den innebär risker. Om och när räntan vänder uppåt, konjunkturen nedåt eller bostadspriserna faller kan både enskilda hushåll och samhällsekonomin i stort få problem.

Utvecklingen mot högre priser, skulder och risker är välkänd och det har vidtagits åtgärder för att dämpa den. Myndigheter och banker försöker hindra överskuldssättning genom t.ex. amorteringskrav, bolånetak och krav på relativt stora privatekonomiska marginaler för den som vill ta ett bostadslån. Åtgärderna har sannolikt haft effekt och skulderna hade nog varit ännu högre utan dem. Men eftersom underskottet på bostäder är stort, Riksbanken fortsätter att hålla räntan rekordlåg och politikerna inte kommer överens om större reformer på bostadsområdet, så har utvecklingen fortsatt.

Ett delvis nytt orosmoln är att även andra lån än bostadslån stiger allt snabbare. För första gången på länge är det nu så kallade konsumtionslån, eller blancolån, som stiger snabbast och det är på flera sätt oroande:

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

För det första handlar det här om lån utan säkerhet. Det innebär nästan alltid högre ränta eftersom den som lånar ut pengarna tar en större risk. Kostnaden per lånad tusenlapp blir alltså högre. För det andra tenderar det här att vara lån

som många har dålig koll på. Det kan handla om lån, krediter och avbetalningsköp som du inte bara ansöker om hos banken, utan som du kan få hos sportkedjan,

klädaffären, hemelektronikbutiken, sms-låneaktörer eller någon annanstans.

Det är inte bara så att de flesta struntar i att läsa lånevillkoren, många är inte ens medvetna om att de faktiskt tar ett lån. Stora pengar riskerar att bindas upp för framtida räntor och amorteringar, samtidigt som utrymmet för att t.ex. ta ett billigare bostadslån minskar när det finns stora övriga skulder.

För det tredje är det troligt att de ökande blancolånen till viss del hör ihop med de åtgärder som syftar till att minska hushållens bostadslån.

De stigande bostadspriserna i kombination med bolånetak och amorteringskrav gör att många tar ett så stort bostadslån de får (max 85 procent av köpeskillingen) och sedan lånar till kontantinsatsen med hjälp av ett blancolån.

Det är ingen bra utveckling och den gör det svårt för myndigheterna att agera. Syftet med ett bolånetak är ju att minska riskerna för hushållen att överskuldsetta sig och för samhällsekonomin att drabbas hårt vid t.ex. en räntehöjning.

Men med det här upplägget tar hushållen inte bara större lån än vad tanken är, de ger dem dessutom högre ränta vilket ökar kostnaden och sårbarheten ännu mer. Och fortsatta åtgärder för att begränsa skulderna riskerar dessutom att förvärra situationen ytterligare. Det är en knepig situation för regleraren men mitt råd till hushållen är desto enklare: Var

försiktig med dina bolån men var ännu försiktigare med konsumtionslånen. De kostar ofta mer än de smakar.

EKONOMISKT

med Jan Berger
– kontorschef på SEB i Örgryte





Välkommen till

Kafé Kåken

Härlanda Park Café & Restauranger

Jullunch på Kafé Kåken!

Onsdag 6 dec | Fredag 8 dec | Onsdag 13 dec
Fredag 15 dec | Onsdag 20 dec

Kl 11.30–14.30

110:-

Kafé Kåken • Kålltorpsgratan 2 • TEL: 031-365 50 69
Måndag-Fredag 10.00-19.00 | Lördag-Söndag 11.00-16.00
www.kafe-kaken.se www.facebook.com/kafekaken



SWING TARTURO

IMPROVERKET

RABALDER

KRISTOFFER CRAS

LITTERATURBINGO

PYSSEL & TIPSRUNDA

HÄLSOÄVENTYRET TIGERN

JUBILEUMS-GYMPA

KULTURSKOLAN

KULTURHUSET

KÅKEN

10-årsjubileum

18 november kl 12.00-17.00

Kålltorpsgratan 2

Göteborgs Stad




BRA BIL LANDVETTER

VI TAR HAND OM DIN BIL NÄR DU RESER IFRÅN DEN

VI VILL TA HAND OM DIG OCH DIN BIL.

Just nu har vi sex förmånliga erbjudanden

- 1 Prova – på- parkering för 995:-/vecka**
 Passa då på att prova Bra Bils smarta parkering på Landvetter – nu till ett lägre pris. Här har vi alltid platser och du kommer från parkering till incheckning på under 2 min.
Bra Bils Drop-Zone i parkeringshus P3 NU 995:- (ord.pris 1680:-)*
Uppge kod: Parkera nära
- 2 Övriga tjänster**
 Stenskottsplåster **0:-**
 Byte av vindruta **1600:-****
 Laga stenskott **100:-****
 Bilvård Liten **295:-**
 Bilvård Medium **995:-**
 Bilvård stor **3495:-**
- 3 Grattis! Alla våra trogna kunder får en present.***
 Vi vill premiera dig som är kund hos oss idag. Boka in någon av våra tjänster redan idag och vi bjuder på en liten bilvård (värde 295:-)
Uppge kod: Trogen kund
- 4 Tipsa en kompis & få en present***
 Ska din kompis, mor eller farförälder ut och flyga? Tipsa då om någon av våra tjänster. Som tack för hjälpen får du en liten bilvård (värde 295:-)
Uppge kod: Kompistips
- 5 Dela upp kostnaden på 4 månader. Ingen ränta. Inga avgifter.**
 Glöm inte att du alltid får bonus när du betalar med Bra Bil Volvokort.
- 6 10% rabatt på Volvo Originalservice***
 I en Volvo Originalservice ingår en Personlig Servicetekniker, mjukvaruuppdateringar** och assistans*** som en del i din service. Din personliga servicetekniker lär känna dig och din bil och vet vad som behövs för att den skall rulla tryggt och säkert.
 Våra Personliga servicetekniker är speciellt utbildade på Volvo samt använder alltid Originaldelar. Vilket betyder att du får 1 års garanti på både arbete och delar.
Uppge kod: Flygande service
*Gäller ej bilar äldre än 6 år, kan ej kombineras med andra avtal, erbjudande eller rabatter, gäller t.o.m 31/10-17**Ingår i Volvos originalservice. **Ingår till att bilen är 10 år.*

Våra Personliga Servicetekniker



Haitham Ayoub
031 - 380 5285
haitham.ayoub@brabil.se



Peter Johansson
031 - 380 5284
peter.johansson@brabil.se



Christian Hallengren
031 - 380 5231
christian.hallengren@brabil.se

Bra Bil Landvetter (Flygplats)
Verkstad/Rekon: Flygvingevägen 5a
Drop Zone-parkering: Flygplatsvägen
Tel: 031-380 52 80

Öppettider
Vard 07-16 Helg Stängt
Vard 06-19 Helg Stängt

Boka service eller någon annan tjänst idag: **brabil.se/erbjudande/landvetter**



braBil
Lite personligare

Skatås Parkrun – varje lördag året runt

Jag vill gärna slå ett rejält slag för en fräsch nykomling. Har du hört talas om Skatås parkrun?
Om inte så är det inte så konstigt, för det startade upp här i Göteborg och i Skatås under augusti månad. Ett arrangemang som vänder sig till precis alla.

Själv läste jag om det på nätet och beslöt mig för att åka upp till Skatås för att testa. Något som jag inte ångrar. Ett riktigt trevligt och bra arrangemang med trivsamt samvaro bland deltagarna. Så här fungerar det. Parkrun är en serie 5-kilometersrundor med tidtagning, som hålls varje lördag i parker och andra grönområden runt om i världen. Det är dessutom gratis att vara med. I Göteborg är det Skatås som gäller och starten är prick klockan 09.30 varje lördagsmorgon på gräsmattan framför Skatås motionscentral. Sträckningen på banan är Grusåttan motsols ca 200 meter, där du rundar en markering och tar dig tillbaka på Grusåttan medsols bort till Härlanda Tjärn, håller dig invid staketet och fortsätter uppför den lilla backen. Du har Tjärnet på höger sida tills du kommer fram och ansluter till 2,5 km-spåret och sedan vidare till Motionscentralen. Banan är tydligt utmärkt med pilar. Här och där står det funktionärer med glada tillrop.

Du kan jogga, lunka eller springa banan och den är till för alla åldrar och nivåer. Loppet anordnas av duktiga och engagerade

volontärer. Vill du ta med hunden på rundan så går det utmärkt eller kanske tar du en promenad med barnvagnen. Huvudsaken är att du kommer ut i den härliga naturen.

Det enda du behöver göra är att registrera dig på parkrun.se för att få en streckkod som du har med dig till eventet och den gemensamma starten. När du sedan kommer i mål lämnar du fram koden och blir registrerad. Några timmar senare får du ett mail med din tid och en massa annan bra information. Jonas Boman – en av de engagerade volontärerna:

– Det finns ett talesätt på engelska om Parkrun – ”It’s a run, not a race”. Svåröversatt men som jag tycker sammanfattar Parkrun bra. Det är opretentiöst och samlar alla som kan och vill ta sig runt 5 km varje lördagsmorgon. Alla är välkomna vilket jag tycker är det fina. Och dessutom förstår det ideella. Flera av de återkommande deltagarna har varit funktionärer och detta är ingrediensen som behövs för att det ska kunna hållas varje lördag, året runt.

Parkrun finns som sagt i många länder. För några veckor sedan stod jag och pratade med en deltagare efter loppet som nämnde att han under en Londonvistelse tagit sig till en park i London och deltagit där. På köpet fick han en trevlig start på lördagen och nya vänner. I Sverige finns det parkrun på Haga i Stockholm, på Kungsängen samt i Huddinge. Örebro har också ett lopp med många deltagare. Du kan gå in på parkrun.se och få mer information.



Vår egen Stig "Stikkan" Andersson gör båda tummarna upp för Skatås parkrun. Foto: Jonas Boman



Den läckra spången över Svedsmossen – snart kommer den att bli reparerad och mer promenadvänlig. Foto: Stig Andersson

Nyheter från Delsjöskogen

■ 2,5 km (röd) och 5 km (gul)-spåren har ju fått nya markeringsskyltar och inom kort kommer även Skatåsmilen att få det – 10 km och grön färg.

■ Sedan en tid tillbaka har Skatås Motionscentral (vid klockan) fått en ny informationstavla med nya markeringar och pilar som visar åt vilket håll spåren/lederna går. Dessutom – äntligen – en karta som visar hela området för besökarna.



Äntligen är den på plats – den nya informationstavlan vid Skatås Motionscentral med nya markeringsskyltar, vägvisningar och framförallt en ny heltäckande karta över området. Foto: Stig Andersson

Delsjöterrängen sjuder av liv

■ Hela Delsjöterrängen sjuder av liv och aktiviteter så här på höstkanten under alla veckans dagar. Massor av folk är ute i den färggranna naturen antingen man nu springer, cyklar eller promenerar. Allt fungerar. På höstkanten är det också dags för diverse motionslopp att göra en bra avslutning på året. Vi har bland annat det klassiska Finalloppet, som förresten firar 50-årsjubileum i år. Sedan har vi Skatås Mörkaste om några veckor. Ja, du ser lite text nedan om några av motionsloppen.

Stig Andersson

Finalloppet – lördagen den 4 november

■ Finalloppet är en riktig klassiker. I år arrangeras det för 50:e gången. Det går i den vackra och utmanande Skatåterrängen, och är ett mycket populärt lopp. Förra året var det över 4 000 deltagare. Det finns ett stort antal banor och sträckor att välja på. Den tuffaste är den långa banan som mäter 19 km. Sedan har du Tjärn-rundan på 10 km, som ingår i GöteborgsKlassikern (Hisingen runt på cykel, Göteborgssimmet och så då Tjärnrundan). Vidare har du 5,3 km, 2,3 km och knatteloppet som mäter 1,8 km. För de allra minsta finns Papricaloppet som går runt på gräsmattan nedanför Motionscentralen. Mer information hittar du på finalloppet.myclub.se.

Stig Andersson



Skatås mörkaste – fredagen den 10:e november

Förra året stod jag vid Stora Delsjön och tittade ned mot stranden i mörkret. På strandkanten lyste pannlamporna upp hela stranden och när startskottet gick för Skatås mörkaste så rusade massor av deltagare uppför slänten. Det var mäktigt att stå och titta i mörkret, när löparna vällde fram. I Skatås mörkaste kan du utmana terrängen längs Delsjöns strand i mörker. Det finns en 7 eller 12 km nighttrail Det enda som krävs är en normalstark pannlampa och ett öppet sinne. Loppet påminner om Skatås ryggar med den skillnaden att här springer man med pannlampa och leds av reflexer som markerar banan. Gör du mig sällskap vid Stora Delsjöns badplats fredagen den 10 november? Första start är kl 18:25 och sista kl 19:00. Loppet arrangeras av IFK Göteborg Orientering vilket garanterar hög kvalitet. Och du. Det är något speciellt att stå där i mörkret en fredagskväll och se när alla rusar iväg uppför slänten. Sedan flytta sig ut till något skogsparti och se när löparna susar förbi. Mer information hittar du på skatasryggar.se.

Stig Andersson





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

*Tillsammans skapar
vi din drömring!*



GULDSMEDSHUSET

Unika smycken för unika människor

Tis-Tors 10.00-18.00 | Fre 10.00-16.30 (Månd. stängt)

Göteborgsvägen 21 | Sävedalen | 031-26 57 98

www.guldsmedshuset.se

Den vinröda Swishhjälpen



**Hundratals barn och ungdomar i Qviding FIF
behöver ditt stöd och din hjälp!**

Ditt bidrag hjälper oss i Qviding FIF att bedriva en bra verksamhet där våra unga får en aktiv fritid, där möten över gränser äger rum och där man lär sig värderingar och viktiga sociala förmågor som stärker vårt samhälle. Qviding FIF vill vara en aktiv samhällsaktör i Göteborg. Hjälp oss med vårt viktiga arbete!

Alla bidrag är välkomna, stora som små.

Swisha ditt bidrag till
eller sätt in ditt bidrag på

123 508 9594
BG 5658-6779

Märk insättningen med
"Swishhjälpen 2017"

Tusen tack för ditt bidrag!
// Qviding FIF

Skanna QR-koden i appen



• GLÄDJE • ANSVAR • UTVECKLING

LAGERRENSNING

borås cotton

turiform



Borås Cotton och Turiform flyttar sitt lager till Norge.
Vi säljer ut mycket bäddset både enkel- & dubbelsäng
Satinlakan Örngott Pläddar Barntextil m.m.
Varorna är prissänkta med ca.



40-50%



Italienska
ullpläddar
130x170 cm

499.-



Badrums
mattor

6 färger
4 storl.

Fr 129.-

Mycket nytt i
stickgarn!



Satin &
percale

Bäddset
Ord.pr. 399.-

299.-



Linnebäddset
Halvlinne Ord.pr. 399.-

299.-

Restaurang
handdukar
Koktvätt

3st 90.-



NORDISKA HEMtextil

Redbergsv.15 KarlJohansg.88

3 krysslösande vinnare
belönas med
varsin trisslott

Lös kryssret och skicka in det
senast 10 november till
Örgryte & Härlanda Posten
c/o Sally Bazar
Ånäs vägen 20
416 67 Göteborg
märk kuvertet "KORSORDE"

Förra månadens lösning:

S		A		X		S		A		S		V	
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000							

■ Här är vinnarna av förra krysset.
Grattis – och snyggt jobbat – priset
kommer som ett brev på posten.
✓ **Christel Litens**, Smörslottsgatan i
Göteborg
✓ **Gerhard Isaksson**, Uddevallaplatsen
i Göteborg
✓ **Maria Nordén**, E. Torulfsgatan
i Göteborg

																<table><tr><td>INFOR- LIVNING</td><td>SKAPAR GRUS OCH SMÅSTEN</td><td>CAFÉ ÄR RAK I RYGGEN</td><td>FULLA AV LIV OCH KRAFT</td><td>DE HÅLLER TJUVARNA UTANFÖR</td><td>STYRS AV BISKOP</td><td>FÖRKORTNING FÖR ANVÄNDNING BOXANDE F.D. CLAY</td><td>SKYDDAR MOT INSYN</td><td>SMÅ- TREVLIKT</td><td>HÄR KRISTET MOTIV TRÅD</td><td>ÄR DET SÄLJBARA TILL</td><td>BUTTRA OCH NED- STAMDA</td><td>ÄR VÄND INÅT</td><td>PÅ EFTER- KÄLKEN</td><td>DET KAN HATTEN KALLAS</td><td>BLIR MAN TILL SPE- CIALIST</td></tr><tr><td>VÄXER VILD PÅ ÖLAND</td><td></td><td></td><td>KAN MAN BÅDE STÅ OCH GÅ PÅ</td><td></td><td>LEJONET ELLER SVANEN</td><td></td><td></td><td></td><td>FÖRLIST FARTV DEN STÅR I RABATTEN</td><td>ÄR NOG LÅNG- FINGRAD</td><td></td><td></td><td>ÄR BERÖMD PERSON</td><td>GER AM- MA</td><td></td><td></td></tr><tr><td>KRAFTORD ÄR FAN</td><td></td><td></td><td>ÄR NORSKA GRÄNSEN</td><td></td><td></td><td></td><td>ÄR DE I AKADEMIN</td><td>SÖKER SIG VILSEN</td><td>TOR KOPPAR</td><td>DET ÄR FETT BRÄNNIS</td><td></td><td></td><td></td><td>DEN SJUNGER VACKERT</td><td></td><td></td></tr><tr><td>FINSKT FÖRNAMN TRÅD</td><td></td><td></td><td>BOR ÖSTER OM OSS</td><td></td><td></td><td>BARNSTUGA SERVERAS DRINKEN</td><td></td><td>HELT OKEJ KULTUR- ARTIKEL</td><td></td><td></td><td>FÅNGST- METOD SAGA NEJ</td><td></td><td></td><td></td><td>PAPPER- BLADEN</td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>ÖVER- KÄNSLIG KAN LÅNAS</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>VÄGLEDA GÖRO- MÅLET</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>KAN DEN RÄTTA VÄGEN</td><td></td><td></td><td></td><td>KAN ROS ROFULLT</td><td></td><td></td><td>VÄGER TUNGT</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>LIKNAR ORIGI- NALET</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>BESTÅR AV HÅL</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>LITEN PINNE</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>																INFOR- LIVNING	SKAPAR GRUS OCH SMÅSTEN	CAFÉ ÄR RAK I RYGGEN	FULLA AV LIV OCH KRAFT	DE HÅLLER TJUVARNA UTANFÖR	STYRS AV BISKOP	FÖRKORTNING FÖR ANVÄNDNING BOXANDE F.D. CLAY	SKYDDAR MOT INSYN	SMÅ- TREVLIKT	HÄR KRISTET MOTIV TRÅD	ÄR DET SÄLJBARA TILL	BUTTRA OCH NED- STAMDA	ÄR VÄND INÅT	PÅ EFTER- KÄLKEN	DET KAN HATTEN KALLAS	BLIR MAN TILL SPE- CIALIST	VÄXER VILD PÅ ÖLAND			KAN MAN BÅDE STÅ OCH GÅ PÅ		LEJONET ELLER SVANEN				FÖRLIST FARTV DEN STÅR I RABATTEN	ÄR NOG LÅNG- FINGRAD			ÄR BERÖMD PERSON	GER AM- MA			KRAFTORD ÄR FAN			ÄR NORSKA GRÄNSEN				ÄR DE I AKADEMIN	SÖKER SIG VILSEN	TOR KOPPAR	DET ÄR FETT BRÄNNIS				DEN SJUNGER VACKERT			FINSKT FÖRNAMN TRÅD			BOR ÖSTER OM OSS			BARNSTUGA SERVERAS DRINKEN		HELT OKEJ KULTUR- ARTIKEL			FÅNGST- METOD SAGA NEJ				PAPPER- BLADEN											ÖVER- KÄNSLIG KAN LÅNAS								VÄGLEDA GÖRO- MÅLET						KAN DEN RÄTTA VÄGEN				KAN ROS ROFULLT			VÄGER TUNGT				LIKNAR ORIGI- NALET							BESTÅR AV HÅL						LITEN PINNE			
INFOR- LIVNING	SKAPAR GRUS OCH SMÅSTEN	CAFÉ ÄR RAK I RYGGEN	FULLA AV LIV OCH KRAFT	DE HÅLLER TJUVARNA UTANFÖR	STYRS AV BISKOP	FÖRKORTNING FÖR ANVÄNDNING BOXANDE F.D. CLAY	SKYDDAR MOT INSYN	SMÅ- TREVLIKT	HÄR KRISTET MOTIV TRÅD	ÄR DET SÄLJBARA TILL	BUTTRA OCH NED- STAMDA	ÄR VÄND INÅT	PÅ EFTER- KÄLKEN	DET KAN HATTEN KALLAS	BLIR MAN TILL SPE- CIALIST																																																																																																																																						
VÄXER VILD PÅ ÖLAND			KAN MAN BÅDE STÅ OCH GÅ PÅ		LEJONET ELLER SVANEN				FÖRLIST FARTV DEN STÅR I RABATTEN	ÄR NOG LÅNG- FINGRAD			ÄR BERÖMD PERSON	GER AM- MA																																																																																																																																							
KRAFTORD ÄR FAN			ÄR NORSKA GRÄNSEN				ÄR DE I AKADEMIN	SÖKER SIG VILSEN	TOR KOPPAR	DET ÄR FETT BRÄNNIS				DEN SJUNGER VACKERT																																																																																																																																							
FINSKT FÖRNAMN TRÅD			BOR ÖSTER OM OSS			BARNSTUGA SERVERAS DRINKEN		HELT OKEJ KULTUR- ARTIKEL			FÅNGST- METOD SAGA NEJ				PAPPER- BLADEN																																																																																																																																						
									ÖVER- KÄNSLIG KAN LÅNAS																																																																																																																																												
VÄGLEDA GÖRO- MÅLET						KAN DEN RÄTTA VÄGEN				KAN ROS ROFULLT			VÄGER TUNGT																																																																																																																																								
LIKNAR ORIGI- NALET							BESTÅR AV HÅL						LITEN PINNE																																																																																																																																								

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



 VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Skall du ut och resa?

Vaccinera dej hos **Närhälsan Olskroken**
– din kompletta Vaccinationscentral

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

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

Läs mer om våra öppettider
och priser på narhalsan.se

Närhälsan



HÖSTENS JACKOR

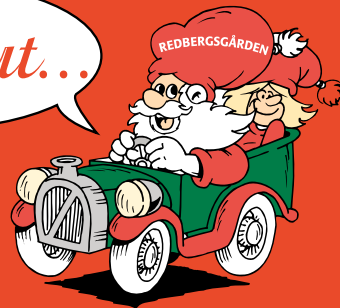


Fina kvaliteter • Bra priser • Alla storlekar

ASICO
KLÄDER
S – XXXXXXXXL

Lillhagsv. 50, buss 52 & 53. Tel. 51 87 40
Vard. 10–18. Lörd. 10–14. Sön. 11–15

Vi kör ut...



*Stans
läckraste
Julmat!*

*med fri leverans
(vid minst 15 st.)*

Julbuffé eller Jultallrik 160:-

Rökt lax • Skaldjurspaté • Hjortronsås • Ägghalva med räkor
Inlagd sill • Senapssill • Potatis • Rökt julkalkon med katrinplommon
Senapsgriljerad julsinka med grov julsenap • Rökt julkorv • Köttbullar
Julleverpastej med inlagd gurka • Kanelpastrami med inlagda päron
Rödbetssallad • Cocktailltomat • Babybellost, kex, druvor & oliver
Vörtbröd • Smör

Stor Julbuffé 200:-

Samma innehåll som ovan, smakfullt garnerat & upplagt på serveringsfat.
Dessutom ingår även: Rökt oxinnanlår med pepparrotscreme
Potatissallad • Skagenröra med kräftstjärter • Krämig Brieost

Jansons Frestelse

Liten (4-5 port.) **100:-** • Stor (12-15 port.) **300:-**

Ring och boka Er julmat på 031-84 74 76
info@redbergsgarden.se • www.redbergsgarden.se

Öppet
alla
dagar

Redbergsgården

Sven, Gerd & Marie Jerkstrand
Redbergsplatsen, Danska vägen 110
Tel. 031-84 74 76 www.redbergsgarden.se

fjällmans**begravning**

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

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

Oskar Fjällman



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

www.fjallmans.se



Göteborgs
Stad

ÖRGRYTE-HÄRLANDA

Nämndsammanträde

Tisdag 31 oktober

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

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

Kommande möten 2017
28 november, 19 december

Välkommen!

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

ALEXANDRA: VAD VÄNTAR DU PÅ?

Månadens coachande fråga kanske inte låter så coachande vid första anblicken. Det är ju en fråga vi lätt slänger ut och dessutom i lika lätt frustration. Men tänk om du använde frågan medvetet, utan frustration? Tänk om frågan ställdes, inte för att DU vill att något ska hända, utan för att hjälpa den andra personen att tänka efter?

Låt mig ta ett exempel som kan passa både på arbetsplatsen och därhemma. Din tonåring/medarbetare har en stor uppgift som behöver tas itu med. Dagarna går och tonåringen eller medarbetaren skjuter upp förberedelserna. Det som var jobbigt i början blir ännu jobbigare ju längre han eller hon väntar. Då ställer du vänligt frågan: Älskling, vad väntar du på? (Ja givetvis utelämnar du ordet älskling på arbetsplatsen, men det är bra att använda ett vänligt tilltalsord som avväpnar och markerar att du är vän, inte fiende, när du frågar.) Tillåt sedan tystnaden som kommer. Frågan är inte retorisk, utan du tillåter ett svar. Det kräver att du är tyst, och lyssnar på vad tystnaden kommunicerar. Så småningom kommer ett svar. Ofta är det där första svaret inte det egentliga svaret, så kanske du behöver upprepa frågan en gång till: Vad väntar du egentligen på, tror du? När vi tillåts att fundera över vad det är vi väntar på så tillåter vi också de känslor som ligger till grund för att vi inte kommer igång. Oftast är det väl så att vi väntar på att rädslan för vad som kan hända, eller inte hända, avtar. Tonåringen eller medarbetare är kanske rädd för att det inte kommer att gå så bra med uppgiften. Om han eller

hon inte har förberett sig så finns det en ursäkt, för tänk om det inte går bra även om man är väl förberedd? Det är en skrämmande tanke. Om då tonåringen eller medarbetaren fått möjlighet att sätta ord på känslorna så kan du lättare stötta. Bästa stödet du då kan ge är med en annan fråga: Vad är det värsta som kan hända? Och hur illa är det då? Allteftersom rädslan avdramatiseras så blir det bättre alternativet att sluta vänta och istället ta itu med det som behöver göras. Eller kanske är det helt enkelt så att man väntar på rätt drivkraft. Då har man i alla fall kommit fram till vad det är för drivkraft man behöver. Kalle och Hobbe illustrerar detta så fint när de sitter i sandlådan och Hobbe frågar Kalle hur det går med skoluppgiften: Har du kommit på din berättelse än? Kalle: Nä, jag väntar på inspiration. Man kan

ju inte sätta på kreativitet som en annan kran. Man måste vara i rätt stämning. Hobbe: Vilken stämning är det? Kalle: Panik i sista minuten. Oavsett vad det är man väntar på så är det lättare att sätta igång när man är medveten om vad det är. Det fina med coachande frågor är att det fungerar lika bra att ställa dem till sig själv som att ställa dem till någon annan. Nästa gång du upptäcker att du skjuter upp något så fråga dig själv vad det är du väntar på. Lyssna sedan till de känslor som dyker upp. Ta fram dem en efter en och se om de har validitet. Är det verkligen sant, det jag tror? Men det är en fråga för nästa månad. Allt gott – görgott!

LIVSCOACHEN

Alexandra Tittus – din personliga strateg och bollplank



annons@ohposten.se

KYRKFÖNSTRET

Björkekärr församling

www.svenskakyrkan.se/bjorkekarr

Söndag 29 oktober

10.00 Högmässa & Söndagsklubben, Martin Lindh

Tisdag 31 oktober

19.00 Veckomässa med förbön, Gunnar Holmquist

Lördag 4 november

10.00 Högmässa, Åke Reinholdsson

Söndag 5 november

10.00 Högmässa & Söndagsklubben, Ragnar Olinder

18.00 Minnesgudstjänst, Ragnar Olinder, Johanna Enger, Linda Payerl

Tisdag 7 november

19.00 Veckomässa Taizé med förbön, Björn Nilsson

Söndag 12 november

10.00 Högmässa & Söndagsklubben, Björn Nilsson

Tisdag 14 november

19.00 Veckomässa med förbön, Ragnar Olinder

Lördag 18 november

17.00 Musikgudstjänst – John Rutters Requiem för kör, orgel och instrumentensemble. Sångare och instrumentalister från Björkekärrs församling och Starkkärrs församling under ledning av Sabina Nilsson och Daniel Reinholdsson. Präst är Björn Nilsson.

Söndag 19 november

10.00 Högmässa & Söndagsklubben, Ragnar Olinder

17.00 Eftermiddagsgudstjänst 17 Jämt, Ragnar Olinder

Tisdag 21 november

19.00 Veckomässa med förbön, Ragnar Olinder

Sankt Pauli församling

Middagsbön i kyrkan måndag-fredag 12–12.15

Onsdag 1 november

12.15 Café Pauli
13.00 Bibelsamtal inför söndagen.
17.30 Bön för församlingen, i kyrkan
18.30 Veckomässa, Bertil Hanberger
19.30 Studiekväll i Pauligården för alla intresserade

Torsdag 2 november

16.30 Språkcafé i Pauligården

Lördag 4 november

11.00 Högmässa, Björn Larsson
18.00 "Ur djupen ropar jag till dig" Musikgudstjänst med Vokalensemble

Söndag 5 november

11.00 Högmässa, Daniel Bennsten, kyrkokören
18.00 Minnesgudstjänst. VOICES, Sjöströmska kvartetten.

Onsdag 8 november

11.45 15 min lunchmusik med Mikael Holmlund
12.15 Café Pauli
13.00 Bibelsamtal inför söndagen
18.30 Veckomässa, Bertil Hanberger

Torsdag 9 november

16.30 Språkcafé i Pauligården

Lördag 11 november

18.00 Griegs pianokonsert i a-moll, Mikael Holmlund-piano, Lars Storm-orgel

Söndag 12 november

11.00 Högmässa. Björn Larsson, Juniorkören sjunger

13.00 Open doors – i tjänst för världens förföljda kristna. Andreas Reinhardt

16.30 Gudstjänst SMÅ&stora, Johannes Sköldengen

Onsdag 15 november

12.15 Café Pauli
13.00 Bibelsamtal inför söndagen
18.30 Veckomässa, Bertil Hanberger
19.30 Studiekväll i Pauligården för alla intresserade

Torsdag 16 november

16.30 Språkcafé i Pauligården

Fredag 17 november

10.10 Minikyrka i Pauligården, för barn i förskoleåldern

Söndag 19 november

11.00 Högmässa, Daniel Bennsten
18.00 Du har fångat mitt hjärta. Texter ur Höga Visan tonsatta av Monica Norén. Monica Norén – sång, Marcus Löfdahl – drag-spel, Oskar Reuter – nyckel-harpor

Onsdag 22 november

11.45 15 minuter lunchmusik med Mikael Holmlund
12.15 Café Pauli
13.00 Bibelsamtal inför söndagen.
18.30 Veckomässa, Bertil Hanberger
19.30 Studiekväll, bibelstudium med Bertil Hanberger

Torsdag 23 november

16.30 Språkcafé i Pauligården

Härlanda kyrka

Torsdag 26 oktober

09.00 Morgonbön

Söndag 29 oktober

11.00 Luthergudstjänst, Gripenby, Molin

Onsdag 1 november

18.30 Veckomässa, Gripenby, Lindström

Torsdag 2 november

09.00 Mässa

Lördag 4 november

16.00 Minnesgudstjänst i kapellet på Östra kyrkogården, Bohlin Ström, Lindström, Möller

Söndag 5 november

11.00 Söndagsgtj med ljuständning, Rubenson, Lindström

Onsdag 8 november

18.30 Veckomässa, Gripenby, Lindström

Torsdag 9 november

09.00 Morgonbön

Lördag 11 november

18.00 Faurés Requiem, Härlanda Kammarkör, Molin

Söndag 12 november

11.00 Församlingsmässa, Rubenson, Molin, Mannerström-Molin
18.00 Sinnesrokväll med Kristina Nyhage
19.30 Sinnesrogtj

Onsdag 15 november

18.30 Veckomässa, Carlheim, Lindström

Torsdag 16 november

09.00 Mässa

Söndag 19 november

11.00 Regnbågsmässa, Gripenby, Carlheim, Lindström, Härlanda Oratoriekör

18.00 Lindberg: Festmusik, Härlanda Oratoriekör, Lindström

Onsdag 22 november

18.30 Veckomässa, Gripenby, Lindström

Torsdag 23 november

09.00 Morgonbön

Örgryte gamla kyrka

Fredag 3 november

14.00–18.00 Kyrkan öppen för ljuständning

Fredag 3 november

17.00 Stilla orgelmusik, Lundgren

Lördag 4 november

17.00 Minnesgudstjänst, Jutvik, Lindblom

Örgryte nya kyrka

Torsdag 26 oktober

18.00 RefleX-mässa, Ånestrand, Lindblom

Söndag 29 oktober

11.00 Högmässa, Ånestrand, Lindblom

Torsdag 2 november

18.00 RefleX-mässa, Lönnblad, Hildén

Söndag 5 november

15.00 Faurés Requiem/Bachs Magnificat, Örgryte kyrkokör, solister, instrumentalister, Hildén

Torsdag 9 november

18.00 RefleX-mässa, Leijon, Lindblom

Söndag 12 november

11.00 Högmässa, Andersson, Lindblom

Torsdag 16 november

18.00 RefleX-mässa, Andersson, Hildén

Söndag 19 november

11.00 Högmässa, Mikaeli sångare, Lindh, Hildén

Skårs kyrka

Söndag 29 oktober

11.00 Gudstjänst, Leijon, Myrberg

Lördag 4 november

11.00 Högmässa, Jutvik, Lindblom

Söndag 5 november

17.00 Gudstjänst med små och stora, Lönnblad, Lundahl, Anderzén

Onsdag 8 november

13.00 Gemenskapssamling "Tankar i allhelgonatid", Gunilla Jutvik

Söndag 12 november

11.00 Gudstjänst, Skårs kyrkokör, I:son Lundin, Lundgren

Söndag 12 november

17.00 Temamässa, Ånestrand, Lundgren

Lördag 18 november

10.00–17.00 Stilla dag i Skår, Leijon, Källstrand

Söndag 19 november

11.00 Gudstjänst, Lönnblad, Myrberg

Onsdag 22 november

13.00 Gemenskapssamling "Vänner är livsviktiga – inte minst på äldre dar", Lennart Björklund

Örgryte församlingshem

Onsdag 1 november

13.00 Gemenskapssamling "Göteborgsadresser med betydelse i stort som smått", Claes Rydholm
Soppa varje tisdag kl 12!

Välkommen till Nordengården

Stockholmsgatan 16



www.nordengarden.se

After Work/familjekväll

Torsdag 16/11 kl 17.00–19.00

Färg och Form. Testa din kreativa sida! Servering

Torsdag 7/12 kl 17.00–19.00

Vit Jul. Vi bakar pepparkakor, pysslar och äter tomtegröt.

Folkdans/folkmusik

Fredagar 19.30–22.30

Dans och träning.

Kom och prova på - ta med inneskor!

Mer info. Se www.heimdals.com

Modern dans till levande musik

Fredagar kl. 12.00–14.00

Entré 40 kr inkl. kaffe och smörgås

Arrangör: PRO Östra

Barn och ungdomsaktiviteter

Måndagar 17.00–18.30

Pysselverksamhet för unga, 7–13

Fredagar 17.00–18.30

Digitala spel för unga 7-13 år

Fåtal platser kvar

För information om Klättergruppen och övriga aktiviteter se: goteborg.junis.org

För information om UNF aktiviteter (14-25 år) Se Facebook sidan UNF Göteborg och Bohuslän

Vi har lokaler i olika storlekar som passar från styrelsemöten upp till stora samlingar.

Konferensutrustning och bredband. Boka via hemsida el. ring 031-19 66 31



Din församling välkomnar till gudstjänst,
musik och övriga verksamheter

I ALLHELGONATID

När höstmörkret sänker sig så lyser ljusen på kyrkogården extra starkt under allhelgonahelgen. För dig som kanske inte har möjlighet att besöka en grav, men vill tända ett ljus till minne så finns flera möjligheter i någon av våra kyrkor.

3/11 FREDAG

ÖRGRYTE GAMLA KYRKA

Öppen kyrka kl 14–18 med stilla orgelmusik kl 17

Claes-Göran Lundgren, musiker, Chris Bruzelius, diakon.

4/11 ALLA HELGONS DAG

BJÖRKEKÄRRS KYRKA

Högmässa kl 10

Åke Reinholdsson, präst

SANKT PAULI KYRKA

Högmässa kl 11

Björn Larsson, präst, Mikael Holmlund, organist, ungdomskören

”Ur djupen ropar jag” kl 18

Musikgudstjänst med Sankt Pauli vokalensemble och Roland Lindgren, oboe. Musik av Monteverdi och Bach. Mikael Holmlund, dirigent.

SKÅRS KYRKA

Högmässa kl 11

Gunilla Jutvik, präst, Sara Lindblom, musiker

ÖRGRYTE GAMLA KYRKA

Minnesgudstjänst kl 17

Gunilla Jutvik, präst, Sara Lindblom, musiker

ÖSTRA KYRKOGRÅRDEN

Ljuständning på Östra Kyrkogården för att hedra minnet av alla som dött och för att lysa upp för alla besökare som besöker kyrkogården under denna kväll. Ljuständning startar ca 14, men syns bäst i skymningen.

ÖSTRA KAPELLET

Minnesgudstjänst kl 16

Gunilla Bohlin Ström, präst, Ulf Lindström, musiker, Johan Möller, diakon

UNDER RUBRIKEN KYRKFÖNSTRET HITTAR DU GUDSTJÄNSTERNA I VÅRA KYRKOR!

FÖRSAMLINGARNA I BJÖRKEKÄRR, HÄRLANDA, SANKT PAULI & ÖRGRYTE

BOKNINGSCENTRALEN, 031-731 80 40

5/11 ALLA SJÄLARS DAG

BJÖRKEKÄRRS KYRKA

Högmässa kl 10

Ragnar Olinder, präst

Minnesgudstjänst kl 18

Ragnar Olinder, präst. Ett tillfälle att stanna upp i allhelgonatid för att minnas, sjunga tillsammans, lyssna till sånger och ord. Vi kommer att läsa upp namnen på dem som avlidit under perioden oktober 2015 till september 2016.

HÄRLANDA KYRKA

Söndagsgudstjänst med ljuständning kl 11

Josefine Rubenson, präst. Ulf Lindström, musiker.

Efteråt bjuds in till kyrklunch i församlingshemmet.

SANKT PAULI KYRKA

Högmässa kl 11

Daniel Bennsten, präst, Mikael Holmlund, organist, kyrkokören

Minnesgudstjänst kl 18

Kören VOICES, Sjöströmska kvartetten, Daniel Bennsten, präst

SKÅRS KYRKA

Gudstjänst för små och stora kl 17

Åsa Lönnblad, Cecilia Lundahl, Ingegerd Anderzén

ÖRGRYTE NYA KYRKA

Faurés Requiem & Bachs Magnificat kl 15

Med Örgryte kyrkokör, Ida McGregor sopran, Mari Lindbäck alt, Alexander Grove tenor, Fredrik Helgesson baryton. Orkester med musiker från Göteborgsoperan. Konsertmästare: Tapani Stenros Organist: Mikael Wahlin Dirigent: Erland Hildén. Fri entré.

SINNESRO, STILLA DAG, GEMENSKAPSTRÄFF, SOPPLUNCH...

Läs mer om verksamheterna på församlingarnas hemsidor eller via sociala medier!

svenskakyrkan.se/forsamlingensnamn

Salong Glamours
Medicinska Fotvård
 Medl. i Sveriges Medicinska Foterapeuter

**Varför inte ge dina
 fötter en behaglig
 start på hösten?**

**Boka gärna
 en tid hos mig!**

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

Tel: 0736-94 84 31

 **YRKIES**
 GARDEROBEN

**Yrkeskläder
 till privat & företag**

**NU 10%
 RABATT**

Ange "Höst2017" i kassan

www.yrkesgarderoben.se

**NORDENS
 ARK**

**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, c/o Sally Bazar.**
Att. Annon. **Änäs** **vägen 20, 416 67 Göteborg.** Du kan också lämna in den i vår låda hos **Sally Bazar på Änäs** **vägen 20.**
 OBS – kontant betalning. Önskas fotografi i retur, bifoga påskrivet och frankerat kuvert.

FAMILJ		RUBRIKANNONSER	
☐ Uppvaktning undanbedes	0:-	☐ Vigsel + foto	0:-
☐ Grattis (endast text)	0:-	☐ Födda (endast text)	0:-
☐ Grattis + foto	0:-	☐ Födda + foto	0:-
☐ Förlovning	0:-	☐ Till minne	0:-
☐ Vigsel (endast text)	0:-	☐ Tack	0:-
		☐ Månadens Ros	0:-
		☐ 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)	200:-
		☐ Hantverkare	
		☐ Bilservice	
		☐	

VAR VÄNLIG TEXTA!

..... TELEFON:

MARKNADSPLATSEN

annons@ohposten.se

BOSTADSBYTE

Finnes: Etage lägenhet på 152 km om 5,5 rum på Prästgårdsängen i Örgryte. **Önskas:** Två lägenheter i centrala Gbg eller i Örgryte-Härlanda. En 3:a + en 4:a eller två 3-rums lägenheter.

Tel. 0705-86 77 60

BOSTADSBYTE

☒ **Lämnas** 2 rum&kök i Lunden, 57 kvm på andra vån. Mycket fräsch lägenhet med diskmaskin, klädskåp och balkong. Måste ses! Hyra 6.600:-. **Önskas** 2-3 rum&kök på Olskroktorget med omnejd. Balkong och hiss är ett måste. Maxhyra 7.000:-

Tel. 0701-445 040

BOSTADSBYTE

☒ **Lämnas** 3 rum&kök på Träkilsgatan i Björke-kärr. Vån. 3, balkong, mycket barnvänligt. Hyra

5.300:-. **Önskas** 1-2 rum&kök i Härlanda, Munkebäck, Bö. Maxhyra 4.500:-/mån.

Leif, tel. 070-620 55 81

HYRESLÄGENHET SÖKES

☒ Sjuksköterska/jurist söker lägenhet. Stabilt par i 30-årsåldern med god ekonomi önskar förstahandskontrakt på 3:a el. 4:a i östra centrum. Djur-, rök och skuldfria. Max 11.000:-/mån.

Svar till lghgbg@outlook.com

HYRESLÄGENHET SÖKES

☒ Hej! Jag är en 25-årig kille som söker lägenhet. Första- eller andrahand. Allt av intresse. Helst Redbergsplatsen, Olskroken eller Lunden.

Emil, tel. 0736-405 591

SÄLJES

☒ Välvärdad **tresitssoffa** (off-white) säljes billigt mot avhämtning. Kontant betalning.

070-295 54 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

☒ Nålärken 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 073-708 47 14

Salong Nicole *Han*

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

Här finns gott om P-platser!

**MÖT HÖSTEN MED
 EN NY SKÖN FRISYR!**

ALLTID BILLIGT – ALLTID BRA

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



**Vi söker dig som är
 pensionerad målare och
 vill jobba på egna villkor!**

Ring 031-21 77 30

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



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 84 24 52** eller kom.
- ✓ Stavgång varje söndag kl 10 med start från Apslätten. Stavar finns att låna. Ring **Erik Jones 0704-78 50 36** eller kom.
- ✓ I övrigt **Hans Westberg 84 24 52**

Isblommans Pensionärsförening

- Iskällareliden 14**
- ✓ Onsdagar, 11-13: Vi samlas för allas gemenskap i kortspel, frågesport, boccia, bingo, musik m.m. Program finns för avhämtning.

Tel. 031-365 60 22

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

SPF Björkekärr

- 14 sept månadsmöte**
Haga förr och nu Gudrun Lönnroth
- 16.00 Björkekärrshus**
Kontaktperson **Inga-Lisa Elzer, 031-21 23 41**
- Månadsmöten kl 16.00 i Björkekärrshus**
- ✓ **Tisdagar, 8.00-12.00:** seniorträning i gymmet Björkekärrs hus
 - ✓ **Tisdagar, 14.30:** Utomhusboule när vädret tillåter
 - ✓ **Onsdagar 14.30** Canasta
 - ✓ **Onsdagar** Tävlingsbridge
 - ✓ **Fredagar 11.00** Pratstunden

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**
- ✓ Möte med underhållning och information kl **11.00 andra torsdagen i månaden.**

Dessutom boule, teater, studiebesök och resor.

Info. **SuzanneHedin tel.207022**

SPF Skår

- Skårgatan 93** **www.spfpension.se/skar**
- ✓ Månadsmöten onsdagar klockan 12.00 i Skårs-kyrkan (buss 50 eller 62). Efter en kort

föreningsinformation följer föredrag eller annan underhållning. Därefter blir det kaffe med smörgås. Kostnad 80 kronor. Välkomna!

PRO Björkekärr

- Trätorget 2 (under Jerkstrands)**
- ✓ Möten torsdagar ojämna veckor kl 10.30. Trivselträffar, underhållning, föredrag.

Hasse Kimmevik tel. 0768-22 69 27

SPF 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
- ✓ **Margareta von Sydow** tel 0723 37 36 27
- ✓ Om Du får förhinder meddela detta mötet dagen 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!**
- ✓ **Iskällarelidens träffpunkt**
Iskällareliden 14 A 031-365 60 22
 - ✓ **Kaggeleds träffpunkt**
Kaggeledsgatan 36 031-365 68 14
 - ✓ **Kallebäckens träffpunkt**
Omvägen 13 031-365 60 24
 - ✓ **Lundens träffpunkt**
Danska vägen 61 A 031-365 64 27
 - ✓ **Björkekärrs träffpunkt**
Rosendalsgatan 10 031-365 55 25

Salong Hårfiness



**EXPERTER
PÅ
TRÅDNING!**

Färgning av ögonbryn NU 50:- ord pris 100:-
Färgning av ögonfransar NU 50:- ord pris 100:-
Noppning av ögonbryn NU 50:- ord pris 100:-

MÅNADENS ERBJUDANDE!

1/2 PRISET PÅ KLIPPNING!

Kort hår 110:- Ord. pris 220:-
Mellanlångt hår 125:- Ord. pris 250:-
Långt hår 140:- Ord. pris 280:-

Erbj. gäller endast nya kunder och längst t.o.m. 23 november 2017

Salong Hårfiness

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

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

Redbergsgårdens Blommor

**Vi har allt ni behöver
till gravsmyckningen!**

**Gravdekorationer.
Fr.**

**59:-
/St**



**Gravlyktor,
gravljus,
kransar m.m.**



*Med reservation för slutförsäljning

Ljung

**30:-
st**

4st för 100:-



Alltid buketter

fr.

**39:-
St**



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



Fri parkering 10Min