

PARENTESEN

www.pargas.sfpension.fi

April 2026 nr 4
årgång 22



Foto: Barbro Laurén, Fotoklubben
"Nu har vi festat i 50 år"

Den 21 april 2026 fyller Pargas svenska pensionärer femtio år

Så gick det till då föreningen grundades:

”Evi Sundström från Pargas kom en dag upp till Åbolands Ungdomsförbunds och Åbolands kulturråds kansli för att med kulturrådets ombudsman Ingeborg Spiik diskutera grundandet av en svensk pensionärsförening i Pargas. Året innan hade föreningar grundats på Kimitoön och tre år tidigare i Åbo!”

Man ordnade ett informationstillfälle med inbjudna från Svenska pensionärsförbundet och Åbo svenska pensionärsklubb för att få en inblick i verksamheten.

Intresset i Pargas var stort, 123 personer deltog i mötet, vilket resulterade i att man en månad senare den 21 april 1976 anordnade ett stiftande möte med Ralf Karlsson som ordförande.

Man hade räknat optimistisk med att föreningen skulle nå några hundra medlemmar men redan efter ett år hade föreningen över 300 medlemmar. Idag femtio år senare närmar vi oss 500 strecket.

”Föreningens verksamhet skulle bestå av regelbundna träffar, skapa gemenskap, trivsamt samvaro, friskvård och kulturutbud samt fortbildning av stadens seniorer.”

Vår förening är idag en livskraftig förening med ett stort utbud av hobbyer av varierande slag.

Vår utmaning är nu att anpassa oss till den digitala världen. Den värld som skall locka flera pensionärer till oss i framtiden! Vi antar utmaningen med stor viljestyrka och ser fram emot många verksamma år.

Vi skall naturligtvis fira våra femtio år.

Den 16 september 2026 med start kl. 13 ämnar vi ordna vår Jubileumsfest i Brandkårshuset.

Vi erbjuder deltagarna en tre-rätters lunch samt trivsamt samvaro och trevligt program.

Vi strävar efter att hålla priset under 50€.

Du kan redan nu anmäla ditt intresse till Pia Rantanen, 0400 - 94 80 13 eller b.rantanen@gmail.com.



Att fira sina femtio år förr och nu

Det är något särskilt med 50-årskalas – en milstolpe som alltid har firats, men inte alltid på samma sätt. Tittar man tillbaka ungefär 50 år, till 1970-talet, och jämför med idag, framträder två ganska olika sätt att fira – båda med sin charm.

Förr i tiden var 50-årsdagen ofta en stor och formell händelse. Det var inte ovanligt att hela släkten bjöds in, tillsammans med grannar, arbetskamrater och ibland även mer avlägsna bekanta. Gästlistan kunde bli lång, och det fanns en tydlig känsla av att detta var ett tillfälle då man skulle visa upp sig. Ofta bjöds det via tryckta inbjudningskort, eller genom personliga telefonsamtal – och att tacka ja var en självklarhet.

Maten spelade en central roll och var ofta riklig och hemlagad. I skärgården kunde man hitta klassiker som smörgåsbord med sill, gravad lax, stekar, potatis osv. Kaffebordet var minst lika viktigt: smörgåstårter, hembakta bullar, småkakor och gräddtårten var självklar. Firandet kunde hålla på i timmar, ibland hela dagen.

Presenterna hade ofta ett mer praktiskt eller symboliskt värde. Det kunde vara dedikerade glasföremål eller kanske en klocka. Och blommor naturligtvis. I vissa fall gick flera personer ihop till en större gåva. Pengar förekom, men var inte lika vanligt som idag. Det var också vanligt med dikter och tal – ibland både högtidliga och skämtsamma – som framfördes under festen.

Idag har 50-årskalas blivit mera individuella och speglar i högre grad personens egen stil. Vissa väljer fortfarande stora fester, men många firar i mindre krets eller delar upp firandet i flera tillfällen. Vänner kan väga lika tungt som släkten, och ibland prioriteras umgänge med de närmaste framför stora sammankomster.

Maten har också förändrats. Visst finns klassikerna kvar, men idag är det lika vanligt med catering, restaurangbesök eller temafester. Internationella influenser märks tydligt – bufféer kan innehålla allt från tapas till sushi.

Det praktiska har ofta fått ta större plats; färre vill stå i köket i dagar inför en fest.

Presenterna har blivit mer personliga eller upplevelsebaserade. Det kan handla om resor, spa-dagar, konsertbiljetter eller bidrag till något större. Samtidigt har fenomenen som presentlistor gjort det enklare att ge något som verkligen uppskattas.

En annan tydlig skillnad är hur minnena dokumenteras. Förr togs kanske några fotografier som sedan hamnade i ett album. Idag dokumenteras festen flitigt med och bilder delas direkt med vänner och familj – ibland även på sociala medier.

Trots alla förändringar finns en sak som är sig lik: 50-årsdagen är fortfarande ett tillfälle att stanna upp, se tillbaka och fira livet tillsammans med andra.

Text och foto: Pia Rantanen



Jack Kotschack – mannen som utmanade etern med Radio Nord

Jack S. Kotschack var en av dåtidens invandrare som var full av charm och framåtanda och som övertygade de flesta. Under sexton månader 1961-1962 skakade han om det svenska etablissemanget med radiosändningar från en båt liggande på internationellt vatten i Östersjön. Modern popmusik, nyheter och reklam spelades. Svenska folket älskade Radio Nord, men politikerna rasade och hotade med repressalier och statliga inköpsbojkotter mot de företag som annonserade i piratradion.

Onsdagen den 8 mars 1961 klockan 10 på förmiddagen startade Radio Nord sina sändningar från skeppet Bon Jour på internationellt vatten i Östersjön. Idén till piratstationen kom från USA, precis som kapitalet. I Hamburg hittades en gammal fraktskuta, den tremastade stålskonaren Olga, som efter omfattande arbeten kunde tas i bruk som en flytande piratradiostation, omdöpt till Bon Jour. Fartyget flaggades i Nicaragua genom förbindelser till maktfamiljen Somoza. Ägarbolaget chartrade sedan fartyget till ett bolag i Liechtenstein, vars generalagent i Stockholm var Radio Reklam Produktion AB, ägt av Jack Kotschack ensam.



Jack Kotschack vid fartyg Bon Jour som inhyste sändarstationen för Radio Nord

Den 21 december 1960 var Bon Jour, med sändarutrustningen monterad, äntligen på väg mot den planerade destinationen. Premiären skulle ske två dagar senare. Som den PR-man han var lät Jack skicka telegram till 2000 prominenta svenskar med besked att Radio Nord, Europas modernaste radiostation, strax skulle vara i etern.

Vid Ölands norra udde mötte full storm. Ingen hade tänkt på att utrusta Bon Jour med radiotelefon. De fjorton i besättningen räddades över till en lotskutterm. I stället för den triumf Jack sett fram emot fick han nu finna sig i kvällstidningarnas försmädliga rubriker om att Radio Nords första sändning bestått av nödsignaler. Trots allt fick Bon Jour stora skador. Nästa destination blev Åbo. Tanken var att reparera fartyget vid Crichtons varv. Detta stoppades av högsta chefen för Wärtsiläkoncernen, bergsrådet Wilhelm Wahlfors. Anledningen var att han satt i Rundradions styrelse. Uppenbarligen hade kollegerna i Sverige vädjat att ingen hjälp skulle ges till piratbåten. Genom agerande av Crichtondirektören Lennart Bergroth, i praktiken en obstruktionsgärning mot sin chef, kunde Bon Jour i stället tas om hand i **Kalkhamnen i Pargas.**

Radio Nord sände på mellanvågsbandet och täckte därför in, inte bara en stor del av Sverige, utan även betydande delar av Finland. I Åboland och förstås Åland var hörbarheten förträfflig, men också långt upp i Österbotten kunde stationen höras. Av de 10 000 brev Radio Nord fick – varje vecka – kom en fjärdedel från Finland.

Sändningarna, med lättsam musik, småprat, nyheter och inte minst reklam, väckte stor uppmärksamhet i hela Sverige.

Varken i Finland eller i Sverige kunde den statsägda radion attrahera ungdomen med sina program. Radio Nord blev snabbt en succé bland lyssnarna – och ett bekymmer för de ledande politikerna som inte tyckte om att Sveriges Radios monopol bröts av en radiostation utanför svensk lagstiftning.

Med Radio Nord kom topplistor och nyheter varje timme in i de svenska radioapparaterna. Sveriges Radio, som haft sändningsuppehåll när Radio Nord startade, agerade snabbt och fick pengar för att starta Melodiradion för att konkurrera med Radio Nord.

Bakom kulisserna jobbade dock politiker och tjänstemän för att hitta ett sätt att stoppa *piratradion*. Efter bara 16 månader var det slut, när den svenska riksdagen, instiftade det som kallades *Lex Radio Nord*. Lagen innehöll förbud mot svenska företag att annonsera på radiostationen, att arbeta där eller att leverera varor till skeppet.

När Radio Nord stängde, blev den sista låten Monica Zetterlunds ”Stick iväg, Jack...”

Låt oss backa lite, vem var denne ”Jack” Salomon Kotschack?

Jack hette egentligen Salomon och föddes 1915 i Helsingfors och dog 1988 Cannes, Frankrike. I korthet inleddes familjen Kotschacks historia i Finland med att Jacks farfar Salomon Kotschack – född i Zambrów i Polen, inkallad som rysk soldat, sändes att tjänstgöra i Helsingfors. Efter hemförlovningen stannade han och gifte sig. Sex barn föddes fram till 1894, bland dem Jacks far Alter. Av syskonskaran blev Alter och storebrodern Moses framgångsrika affärsmän. Alter satsade på skor, Moses byggde upp Finska Militärekiperingen.

Alter gifte sig 1913 med Ester Orsholik från en annan judisk familj. 1915 föddes sonen Salomon – dvs Jack.

Jack studerade i England på 1930-talet och sedan vid Svenska Handelshögskolan i Helsingfors.

Han var en av de bästa tennisspelarna i Finland, men 1939 uteslöts han från Westend tennisklubb av antisemitiska skäl.

Jack Salomon Kotschack stred i den finska armén under vinter- och fortsättningskrigen.

Mannerheim utsåg honom till förbindelseperson till tyskarna med syftet att se till att nazisterna skulle behöva sköta alla sina affärer i Finland genom en jude.



Jack, med blicken in i kameran, hade uppenbart inga problem att accepteras av sina tyska soldatkamrater. Här i Salla håller han armen om Unteroffizier Klimann. Även dragospelaren är tysk, de fem övriga finländska officerare.

Men något hände!

Faktum är att Jack den 30 juni 1944 vid åttatiden på kvällen kom roende ensam in till hamnen i Luleå. Han observerades av en polis, anhölls och berättade enligt förhörprotokollet att han hette Salomon Kotschack, var finsk medborgare och hade anlänt med ett fartyg som skulle lasta malm för export till Tyskland. Han förklarade, att han på grund av sin judiska börd inte ansett sig kunna strida tillsammans med tyskarna och hänvisade även till den pakt som Finland nyligen hade ingått med Tyskland.

Den historiskt kunnige vet att avgörande strider sedan ett par veckor pågick på Karelska näset, att den tyske utrikesministern von Ribbentrop den 22 juni kommit på blixtpbesök till Finland och att president Risto Ryti försäkrat att Finland inte skulle sluta separatfred med Sovjet, mot löfte om ökade vapenleveranser och truppinsatser från tysk sida.

Den 3 juli i Umeå upprättade Salomon ansökan om svenskt främlingspass. Den 7 juli anhöll han om uppehållstillstånd i landet. Den 10 juli anställdes han som extra försäljare på varuhuset NK:s sportavdelning i Stockholm.

Men frågan kvarstod, var han desertör eller flydde han från nazisterna? Den 30 november antecknades i hans militärbok att han hemförlovats men svensk underrättelsetjänst höll ett öga på den finska flyktingen som hade kommit till landet under dunkla omständigheter. Det skulle visa sig att Jacks fil i den svenska Säkerhetspolisens arkiv fortfarande är hemligstämplad 33 år efter hans död med hänvisning till kampen mot terrorism!

Och vad hände sen?

Som den positiva människa han var, sörjde inte Jack Radio Nord utan fortsatte med sina affärer. Jack Kotschack fortsatte med sin tidigare importverksamhet. Han blev bland annat agent för biltvättsautomater och försökte steppa in i filmbranschen. Han sågs på filmfestivalen i Cannes varje år, där många kände honom. Och han var tydligt inblandad i produktionen av Jerry Lewis beryktade film *Dagen då clownen grät*, som spelades in i Sverige.

Sonens beskrivning av pappan är

”Jack Salomon framstår snarast som om han alltid var på flykt. Hela tiden nya kickar: kvinnor, affärer, kläder, klockor. Han slog sig aldrig till ro, eller kanske det är mera riktigt att säga att han aldrig fick ro. Samtidigt är det förstås hans enorma självförtroende som präglar bilden av honom. Han tog sig alltid fram, i vilket sammanhang som helst.”

PS: På lördag den 18 april firas Amatörradios dag, eller World Amateur Radio Day.

Syftet med dagen är att fira den globala gemenskapen bland amatörradioklubbar och -operatörer, och att främja amatörradioundervisning och teknik.

Text: Pia Rantanen

Foton från böckerna nedan.

Referenser: Stick iväg, Jack: Historien om Radio Nord 2009 och Salomons hemlighet 2021.



Husen berättar – ”Karlstedts”



Karlstedts på Köpmansgatan.



Huset idag

Stadsbilden i Pargas ser annorlunda ut nu jämfört med medlet av 1900-talet. Husen har till det yttre bibehållits men butiksdöden har drabbat centrum med kraft. Skyltfönstren gapar tomma och vi kan bara försöka dra oss till minnes vilka affärer som tidigare funnits i husen.

Huset på bilderna ovanför byggdes av handelsman Evald Karlstedt. Han hade redan en befintlig affärsverksamhet i ”Puistoties hus” på tomten invid, se bilden nedan.

I nybygget hade Karlstedt sin kolonialvaruaffär till vänster medan i lokalen till höger hade svärmodern Ida Malmberg en skoaffär.

Familjen bodde på övre våningen.

Då det begav sig hade släkten Karlstedt flera affärer i Pargas. Alli och Leo Karlstedt, bror med Evald, drev en butik på Villagatan i Skräbbole redan innan Evald startade sin affär på Malmen.



”Karlstedts började affärsverksamheten i Puistoties hus

Evald Karlstedt som hade butiken på Köpmansgatan tog senare över butiken i Brunnsdäld, sedermera Fagerlunds, Anitas, Mannerheims barnskyddsförbund och Röda Korset innan nuvarande Heisala brewery flyttade in.

Evalds son Sixten skötte affären i Finby i hörnet av Hagalundsvägen och Finbyvägen. Familjen bodde i närliggande hus. Det huset har jag inte hittat bild på.

Enligt Pargas Svenska Köpmannaförening slutade



”Anitas” i Brunnsdäld.

Evald Karlstedt med sin affärsverksamhet 1968. Då hade han varit aktiv i flera årtionden och handhaft varierande styrelseuppdrag.

Vad hände med huset på Köpmansgatan? I södra ändan fanns en klädaffär, ett skomakeri och en köksinredningsaffär och i den norra Piffens tipstjänst. Idag finns advokatbyrå Laineenkare i den norra delen av huset.

Text Pia Rantanen

Bilder från Stig Engmans arkiv och FB.

Tar robotarna över äldreomsorgen?

Det talas ofta dramatiskt om att ”robotarna tar över”. I verkligheten sker förändringen tystare – och mera stegvis. Inom äldrevården handlar det sällan om att ersätta människor, utan om att fylla luckor i ett system som redan knakar.

Först ut: det praktiska och det mätbara

De delar av vården som först automatiseras är de som är rutinmässiga, tunga eller tekniskt mätbara.

Redan i dag används digitala läkemedelsdispensrar, trygghetslarm och sensorer som registrerar fall, rörelsemönster och sömn.

I Finland har välfärdsteknologi utvecklats av bland annat VTT, där man forskar i hur robotik och AI kan stöda hemvården.

Sociala robotar testas också – små sällskapsrobotar som kan spela musik, påminna om möten eller föra enkla samtal.

En annan tidig förändring är digitala vårdmöten, man chattar, dvs diskuterar med en bot.

Videokonsultationer gör att läkare och sjukskötare kan fatta beslut mera effektivt. Administration – journalföring, schemalagging och dokumentation – är också områden där datorer tar över.



Det positiva: trygghet och tid

Det finns starka argument för utvecklingen. Finland, liksom övriga Europa, har en åldrande befolkning och samtidigt råder det brist på vårdpersonal. Om robotar kan ta hand om medicinpåminnelser, nattlig tillsyn eller dokumentation frigörs mänsklig tid till det som verkligen kräver empati, omdöme och närvaro.

En senior som bor kvar hemma längre med hjälp av smart teknik kan uppleva större värdighet och frihet. Sensorer kan upptäcka förändringar i hälsotillstånd tidigt – innan något allvarligt inträffar.

Det negativa: relationens förlust

Men vård är inte bara funktion utan även relation. Risken med över robotisering är att effektivisering leder till ensamhet. Om nattpersonalen ersätts av kameror och sensorer kan tryggheten bli teknisk snarare än mänsklig.

Det finns också etiska frågor: Vem äger hälsodata? Hur skyddas integriteten? Och hur säker är tekniken? Ett systemfel i en robot är inte detsamma som en mänsklig miss – det kan drabba många samtidigt.

Dessutom finns en generationsfråga. Alla äldre är inte bekväma med digitala lösningar. Om tekniken införs utan ordentlig introduktion kan den skapa oro snarare än trygghet.

Tar de över – eller tar de vid?

Kanske är frågan fel ställd. Robotarna tar inte över vården – de tar över vissa uppgifter. Den mänskliga närvaron, blicken, handen på axeln, samtalet om livet och döden, är svåra att automatisera.

Framtidens äldrevård blir sannolikt en hybrid: teknik i kombination med människans empati.

Utmaningen ligger i att styra den så att värdigheten alltid står i centrum. I slutändan är vård mer än service. Det är ett uttryck för hur vi ser på åldrande – och på varandra.

Text och bild Pia Rantanen

Håll koll på blodtrycket

En av våra vanligaste folksjukdomar är högt blodtryck. En lömsk sjukdom eftersom den sällan ger symtom. Men det går att påverka sitt blodtryck och på så sätt få ett friskare och längre liv. Högt blodtryck är en vanlig hälsorisk och åldern är en viktig faktor. Risken för högt blodtryck ökar vanligtvis med åldern. Det beror på att blodkärlen blir stelare och hjärtat behöver arbeta hårdare för att pumpa blodet runt kroppen.

Högt blodtryck eller hypertoni som det också heter, anses vara världens vanligaste behandlingsbara sjukdom.

När blodtrycket är högt ökar risken för hjärt- och kärlsjukdomar som stroke och hjärtinfarkt och även risken för hjärtsvikt, njursjukdom, demens och nedsatt blodcirkulation i benen.

Att mäta blodtrycket

När blodtrycket mäts erhålles två olika värden: När hjärtat pumpar ut blod till blodkärlen stiger trycket i kärlen. Det kallas det övre trycket eller det systoliska blodtrycket. Det undre trycket är det tryck som finns i blodkärlen mellan hjärtslagen. Det kallas det diastoliska blodtrycket.

De båda värdena visar alltså trycket när hjärtat pumpar, alltså slår ett slag, och när det inte gör det, det vill säga mellan varje hjärtslag.

Blodtrycket varierar under dygnet, mellan olika dagar och under olika perioder i livet. Det ökar vid fysisk aktivitet, men även vid stress eller när man till exempel blir upprörd. Blodtrycket sjunker vid vila när du slappnar av, men det kan även gå ner om man blir rädd eller är sjuk.



Vad är bra för blodtrycket

Varma bad är avslappnande. Tyvärr har lägenheterna idag sällan badkar.

Att ta det lugnt och sova länge. Att skaffa hund eller katt. Att motionera lagom.

Ett glas rödbetsjuice varje morgon gör susen. Kaffe – varje kopp kaffe minskar risken för högt blodtryck med 2 procent.

Men du får dricka högst 8 koppar per dag, annars kan du få hjärtklappning.

På sikt är kaffe blodtryckssänkande.

Grönt te – antioxidanterna i teet har en hämmande effekt och hibiskuste (karkadé) har visat sig sänka blodtrycket vid dagligt intag.

Vad göra med saltet

Ta det till en vana att läsa varornas innehållsförteckning. Salthalten i en produkt kan skilja sig väldigt mycket beroende på varumärke, så det är lönt att dubbelkolla.

Buljong, soja, färdiga soppor och såser och ost innehåller redan mycket salt. Använder du dessa behöver du inte tillsätta salt.

Laga mera mat från grunden. Så kan du själv påverka hur mycket salt maten innehåller och undvika saltfällor.

Använd mera färska och torkade örter istället för salt. Syra och hetta från till exempel chili, vinäger, citrus, ättika och vin i maten förhöjer alla smaker och minskar behovet av salt.

Använd gärna mineralsalt eftersom det innehåller mer kalium och mindre natrium jämfört med vanligt bordssalt.

Text och foto: Pia Rantanen

Kan du klara dig tre dygn utan hjälp?

I Finland rekommenderar myndigheter och organisationer att varje hushåll ska kunna klara sig minst 72 timmar utan hjälp från samhället. Det kan handla om situationer som långvariga strömavbrott, stormar, störningar i vattenförsörjningen eller andra kriser.

Under de första dygna kan räddningstjänst och myndigheter vara upptagna med de mest akuta insatserna. Om hushållen själva klarar sig i början av

en kris blir det lättare för samhället att hjälpa dem som verkligen behöver det.

Den här tanken ligger bakom den finländska 72-timmarsrekommendationen.

Vatten – det viktigaste



Det första man bör tänka på är vatten. Om vattenförsörjningen bryts kan det snabbt bli svårt att få tag i rent dricksvatten.

Undersökningar visar att många finländska hushåll saknar vattenreserver eller ens en behållare för att hämta vatten.

En vanlig rekommendation är ungefär **3–4 liter vatten per person och dygn** för dryck och enkel hygien.

Vattnet kan förvaras i dunkar, flaskor eller rena kärl. Många använder också tomma saftflaskor eller PET-flaskor. Byt gärna ut vattnet några gånger per år.

Rekommendation:

- minst **5–10 liter vatten per person**
- rena kärl eller dunkar med lock
- extra vatten till husdjur

Mat som klarar strömavbrott

I en kris kan kyl och frys sluta fungera. Därför bör man ha mat som håller länge och kan ätas utan uppvärmning.

Exempel på bra krismat:

- knäckebröd
- konserver (fisk, soppa, bönor)
- havregryn eller müsli, nötter och torkad frukt
- energibars, kex och choklad
- pulvermos, makaroner, snabbnudlar
- kaffe, te

Glöm inte en **manuell konservöppnare** – annars kan konserver vara svåra att använda. Glöm inte heller mat till husdjur och eventuella specialmediciner.

Det är klokt att välja sådant man ändå brukar äta, så att maten används och ersätts regelbundet.



Ett campingkök eller stormkök är en bra investering för att få tillstånd enkla varma måltider.



Utrustning som gör stor skillnad

Vid strömavbrott eller andra störningar kan några enkla saker göra vardagen betydligt lättare.

Under vinterhalvåret kan ett strömavbrott snabbt göra bostaden både mörk och kall.

Några enkla saker kan göra stor skillnad.

Den kan ge viktig information om vad som händer och vilka råd myndigheterna ger.

Det här rekommenderas ofta i finländska krisberedskapslistor:

- batteridriven radio
- ficklampa och extra batterier
- stearinljus eller värmeljus
- tändstickor eller tändare
- powerbank för mobiltelefon
- extra filter eller varma kläder campingkök eller stormkök
- kontanter i små valörer

Det är också bra att ha en liten första hjälpen-utrustning och nödvändiga mediciner hemma.



Och om krisen aldrig kommer – då är det ändå skönt att veta att man är förberedd.

*Text Pia Rantanen, inspirerad av Soile Svahnström
Bilder från Wikimedia.*

Hygien och vardagsbehov

När vatten och elektricitet saknas blir vardagliga saker snabbt viktiga. Notera att vid strömavbrott har du bara en spolning på toaletten!

Bra att ha:

- våtservetter
- handsprit
- toalettpapper
- soppåsar
- plastpåsar
- hushållspapper

Glöm inte dina personliga mediciner och en liten **första hjälpen-utrustning**.

Den skall till exempel innehålla plåster och bandage, sårtvätt eller desinfektion, smärtstillande tabletter, febertermometer osv.

Anpassa efter ditt hem

Alla hushåll är olika, därför bör krisberedskapen anpassas efter situationen. Tänk till exempel på **husdjur** – extra mat och vatten, **barn** – blöjor, välling etc, **äldre personer** – mediciner och hjälpmedel, **landsbygd** – kanske behövs mer vatten och reservvärme

Det viktigaste är inte att allt är perfekt – utan att **man har tänkt igenom situationen i förväg**. Att ha ett krisberedskapspaket handlar inte om att vara rädd. Snarare är det en **försäkring i vardagen**. På samma sätt som vi har brandvarnare och försäkringar kan ett litet förråd av vatten, mat och utrustning ge en känsla av trygghet.

Stormar, strömavbrott och tekniska problem händer då och då även i Finland. Med ett enkelt förråd hemma kan man klara några dagar utan stress – och kanske också hjälpa en granne.

Kända kärlekspar genom historien

Kleopatra och Julius Caesar

Alliansen mellan den egyptiska drottningen Kleopatra VIII och den romerska diktatorn Julius Caesar var en politisk och en personlig allians. Den säkrade hennes tron och gav Caesar tillgång till Egyptens rikedomar. År 48 f.Kr. sökte Kleopatra stöd i en maktkamp mot sin bror Ptolemaios XIII. Caesar som var i Egypten under inbördeskriget, tog Kleopatras sida, vilket ledde till att hon blev enväldig härskare. Efter mordet på Caesar år 44 f.Kr inledde Kleopatra en ny berömd relation med Marcus Antonius.



Pierre och Marie Curie

Pierre och Marie möttes 1894 vid Sorbonne och de gifte sig. Tillsammans studerade de olika radioaktiva material.

De myntade termen ”radioaktivitet” och utvecklade metoder för att isolera radioaktiva isotoper. Tillsammans med Henri Becquerel fick de nobelpriset i fysik 1903. Marie Curie var den första kvinnan som tilldelats ett nobelpris. Hon är även den första och enda kvinnan som tilldelats nobelpriset två gånger. Andra gången i kemi 1911, för upptäckten av grundämnena polonium, uppkallat efter hennes hemland Polen, och radium.

Marie dog 1934 av aplastisk anemi, troligen orsakad av strålning från hennes undersökningar.

Båda ligger begravda i Pantheon i Paris, en ära reserverad för Frankrikes mest framstående personer.

Bonnie och Clyde

Bonnie Parker (1910–1934) och Clyde Barrow (1909–1934) var båda från Dallas i Texas. Både paret och dess medbrottslingar, kända som Barrow-gänget, misstänks för att ha mördat minst nio poliser och flera civilpersoner. Trots att de var hänsynslösa brottslingar, porträtterades de i pressen som glamorösa kändisar under en tid av ekonomisk misär. De var två mytomspunna kriminella i USA som var ute och rånade små butiker och bensinstationer mellan 1931 och 1934 tills de dödades av poliser den 21 maj 1934 med tillsammans ca 130 skott.



Edvard VIII av Storbritannien och Wallis Simpson



Kung Edvard VIII av Storbritannien abdikerade i december 1936 för att gifta sig med Wallis Simpson. Hon var en amerikansk kvinna, skild två gånger. Edward förälskade sig i Wallis i början av 1930-talet. Som kung var han fast besluten att gifta sig med henne trots att hon då ännu var gift med sin andra make. Regeringen motsatte sig äktenskapet då det stred mot monarkins och kyrkans regler.

Edward valde kärleken framför tronen med det berömda citatet att han inte kunde ”bära bördan av ansvar utan kvinnan han älskade.”

De gifte sig 1937 och fick titlarna hertig och hertiginna av Windsor.

De levde i exil i Frankrike där Edward dog 1972 och Wallis 1986. De är begravda på kungliga begravningsplatsen vid Windsor Castle.

Från internet Vivan Norring-Nyström

18-20.05 Skiftets pensionärsparlament på Lemböte, Åland Ref 180520264

Programmet hittas här: https://aboland.spfpension.fi/skiftets_pensionarsparlament/aland_2026/
Där hittar du även anmälningsblanketten!

Inkvartering sker i två personers rum med ”skärgårdsstuk”, dvs gemensam toalett och badrum i korridoren. Möjligheter finns att för egen räkning bo på hotell Archipelag.

Kostnad från 150€ /person i dubbelrum på Lemböte, på Archipelag 375€/person. Kostnaden innehåller två övernattningsnätter, frukostar, luncher och middagar.

Observera! Om du vill vara med i SPF Åbolands gruppbokning med överfart Åbo-Mariehamn-Åbo ska du anmäla dig senast 17.4!

28.05 Exkursion till Fiskars Ref 280520261

Start 8.45 från Pargas. I bussen berättar Martina Lindberg om brukets historia.

10.30 Bruket och Fiskars idag, besök i Gamla Kvarnen, järnframställningen, etc

12.30 lunch på restaurant Kubaripaja. Salladsbord samt dagens lunch som serveras till bordet.
Specialdiet måste anmälas.

14.00 besök på KWUM – Karin Widnäs’ keramikmuseum. Karin Widnäs presenterar sin egen utställning och 15.00 Fika

Tid att gå längs med huvudgatan för besök i Fiskars shop, Desico fabriksbutik, härliga ljus av god kvalitet före starten hemåt ca 17.00.

Pris 80 €. Anmäl dig senast 30.4 och betala senast 8.5.

10.6, kl 12-16.30 Åboländsk sommarsamling i Korpo Ref 100520267

Värdforeningen Korpo pensionärer inbjuder föreningarna till sommarfest på Kommunalgården.

Pargas kvot är 28 platser! Anmälan senast 10.5.

Samlingen kostar 35€ och transporten 20 €, dvs 55€ såframt alla platser fylls.

Mer info på webbsidan.

15.10 Kulturresa: Änglagård på Svenska teatern Ref 151020269

Det lönar sig att anmäla intresse även om resan är fullbokad.

Pris preliminärt 120-130 €/person (teater och transport). Meddela ditt intresse före 10 september!

29.10, kl 18.30 Kulturresa: Den lilla skräckaffären Ref 291020268

Vi har preliminärt bokat 25 platser på ÅST.

Avfärd från Pargas ca 17.30.

Pris ca 75 €, 60 € för biljetten och 15 € för transporten.

Det går bra att anmäla sig nu redan.

ANMÄLNINGAR till Pargasitens egna resor:

Du kan anmäla dig på vår hemsida (<https://pargas.spfpension.fi/resor/>), via e-post, textmeddelande till nedanstående eller personligen på månadsträffen till Per-Olof Nordin, tel. 040 750 9089, e-post perolofnordin@gmail.com eller Pia Rantanen, tel. 0400 948 013, e-post b.rantanen@gmail.com.

Anmälan är bindande. Återbetalning enbart mot läkarintyg.

Resorna betalas in på föreningens resekonto FI21 6601 0010 0803 07.

Använd resans/aktivitetens referensnummer för igenkänning.

Strax efter sista anmälningsdagen får du ett mejl med detaljerad information om resan.

Styrelsens sammansättning och funktionärer 2026		
Ordförande	Annica Forssell forssell.annica@gmail.com	050 553 02 95
Vice ordförande	Monica Avellan monica.avellan@parnet.fi	044 358 57 27
Sekreterare	Pia Rantanen b.rantanen@gmail.com	040 094 80 13
Vice sekreterare	Kaj Johansson kaj.johansson164@gmail.com	040 516 22 70
Skattmästare	Monica Johansson monica.johansson@parnet.fi	040 067 44 65
Vice skattmästare	Kurt Lundström kb.lundstrom@gmail.com	050 041 31 62
Övriga ledamöter	Maj-Len Bergman majlen.bergman@gmail.com	040 703 66 92
	Per-Olof Nordin perolofnordin@gmail.com	040 750 90 89
	Carl-Gustav Nygårdas carlgustav.nygardas@gmail.com	040 507 14 61
Funktionärer		
Medlemssekreterare	Maj-Len Bergman	040 703 66 92
Koordinator för motion samt hobbygrupperna	Monica Avellan monica.avellan@parnet.fi	044 358 57 27
Mediekontakt	Kaj Johansson	040 516 22 70
Mediala plattformar	kaj.johansson164@gmail.com	
Klippboken	Per-Olof Nordin	040 750 90 89
Teknikansvarig	Carl-Gustav Nygårdas	040 507 14 61
IT kontakt mot förbundet	Kurt Lundström kb.lundstrom@gmail.com	050 041 31 62
Parentesens redaktion	Pia Rantanen, b.rantanen@gmail.com Vivan Norring-Nyström, ia@norrskata.com	040 094 80 13 050 083 74 38
Resegruppen	Pia Rantanen, b.rantanen@gmail.com Per-Olof Nordin, perolofnordin@gmail.com Clara Kronqvist-Sundström, kronqvistclara@gmail.com	040 094 80 13 040 750 90 89 040 867 19 48
SPF:s redaktionsråd	Pia Rantanen	040 094 80 13
SPF:s intressebevakning	Annica Forssell	050 553 02 95
SPF Åbolands styrelse	Annica Forssell	050 553 02 95
Nya medlemmar kan anmäla sig direkt till medlemssekreteraren Maj-Len Bergman , majlen.bergman@gmail.com eller via webben.		
Äldre rådet i Pargas: Fyra av medlemmarna i äldrerådet är även PSP medlemmar: Annica Forssell; forsell.annica@gmail.com (ordförande i rådet), Johan Nyberg; johan.nyberg@parnet.fi, Widar Nyberg; widde.nyberg@netti.fi, Clara Kronqvist-Sundström; kronqvistclara@gmail.com (representant i Varhas äldre råd)		

Hobbygrupper

Boccia/Boule	Annica Forssell	050 553 02 95	forssell.annica@gmail.com
Bowling	Seppo Rajamäki	040 046 91 92	seppo.rajamaki1@gmail.com
Bridge	Per Österman	040 021 14 52	per.osterman@parnet.fi
Da Capo Encore	Risto Nurmela	040 0973 534	risto.nurmela@abo.fi
Kultur	Pia Rantanen	040 094 80 13	b.rantanen@gmail.com
Fotoklubb	Carl-Gustav Nygårdas Beni von Weissenberg	040 507 14 61 040 545 14 35	carlgustav.nygardas@gmail.com benivw@parnet.fi
Fågelskådning	Marcus Duncker	040 552 11 00	duncker.marcus@gmail.com
Golf	Johan Nyberg	040 195 48 48	johan.nyberg@parnet.fi
Hembygds kunskap	Kristina von Weissenberg	040 455 06 55	kristinavw@parnet.fi
IT-grupperna	Kurt Lundström	050 041 31 62	kb.lundstrom@gmail.com
Litterära salongen	Stina Engblom Colliander	040 071 53 88	stina202@parnet.fi
Stavgång	Rainer Wahtera	040 091 22 69	rainer.wahtera@gmail.com
Släktforskarna	Gustav Sundström	050 505 15 22	sundstroms@parnet.fi
Språksamt	Marianne Saanila	040 722 62 26	marianne.saanila@gmail.com
Trädgårdsgrupp	Asta Lindholm	040 575 31 20	lindastae@gmail.com
Vattengympa	Solveig Nurmela	040 723 95 96	sbnurmela@gmail.com
Följ med hemsidans, www.pargas.spfpension.fi , händelsekalender eller föreningens Facebooksida, ”Pargas svenska pensionärer”. Många grupper informerar där om aktuella händelser.			

Programgrupperna och gruppledarna för månadsträffarna

1.	Sverker Engström	040 053 35 31	sverker.engstrom@parnet.fi
2.	Mårten Malmlund	040 071 03 12	marten.malmlund@gmail.com
3.	Maj-Len Bergman Ingeborg Hermansson	040 703 66 92 040 704 5311	majlen.bergman@gmail.com ibhermans@gmail.com
4.	Ulla Nordlund Bertel Nordlund	040 524 8214 040 052 64 52	nordlund.ulla@gmail.com bertel.nordlund@gmail.com
5.	Soili Svahnström	044 500 30 97	soilis@parnet.fi
6.	Per-Olof Nordin Stina Engblom Colliander	040 750 90 89 040 071 53 88	perolofnordin@gmail.com stina202@parnet.fi
7.	Christina Ahlsund Clara Kronqvist-Sundström	040 759 90 52 040 867 19 48	cahlsund@parnet.fi kronqvistclara@gmail.com
8.	Annica Forssell Solveig Nurmela	050 553 02 95 040 723 95 96	forssell.annica@gmail.com sbnurmela@gmail.com
9.	Carita Karlsson Margareta Westman	045 641 52 66 040 588 05 98	tiitikarlsson@gmail.com magg.westman@gmail.com
10.	Kaj Johansson	040 516 22 70	kaj.johansson164@gmail.com

Hedersmedlemmar i föreningen

Stina Engblom Colliander, Karl-Gustav Laurén, Kurt-Erik Långbacka och Mikael Reuter

Fotogruppens syn på fest och jubileum

Maj månads tema är rörelse



Festlig kafferast
Markku Pohjavirta



Festmåltiden serverad
Guy Svahnström



Nu har jag festat färdigt
Bengt Sandström



Skål
Marjatta Karlsson



Studentlavor
Barbro Laurén