

Pargas svenska pensionärer

50 år!



Syftet med skriften

Det är med stor glädje vi presenterar denna jubileumsskrift i samband med föreningens 50-årsjubileum. Skriften är tänkt som en hyllning till alla de personer som idag är aktiva inom föreningen utan att förglömma dem som genom åren bidragit till föreningens utveckling och framgång.

Syftet är alltså inte att blicka tillbaka på föreningens fem decennier utan snarare att rikta blickarna framåt.

Skriften du nu håller i handen är en hyllning till det engagemang som föreningens medlemmar visar och den gemenskap som är så innerligt välkomnade.

Föreningen står på stadig grund och blickar framåt, ja vi är redo för framtiden.

Det är medlemmarna som gör föreningen, och det är naturligt att de ska stå i fokus. Vi har samlat berättelser, anekdoter och reflektioner från de olika hobbyer som bedrivs i föreningen utan att glömma enskilda inspirerande personer.

På det sättet hoppas kunna ge en inblick i hur omfattande pensionärsaktiviteter kan vara och visa på hur det förflutna kan inspirera till fortsatt utveckling och framgång.

Ett stort tack riktas till alla som är och har varit med på resan – inte bara våra medlemmar utan även alla som på olika sätt har bidragit till verksamheten. Utan ert engagemang hade vi inte varit där vi är idag.

Med varm tacksamhet och förväntan inför framtiden,

Annica Forssell

Ordförande

21 april 2026

REFLEKTIONER – Redaktörens tankar om föreningens framtid

När en pensionärsförening firar femtio år är det naturligt att se bakåt. Man minns de första mötena, utfärderna, kaffestunderna och de människor som byggt upp verksamheten. Men ett jubileum är också ett tillfälle att rikta blicken framåt.

Frågan blir då: Hur ser de kommande femtio åren ut?

Samhället förändras snabbt. Digitaliseringen gör att mycket av våra kontakter sker via skärmar. Information, nyheter och till och med socialt umgänge flyttar allt oftare till telefoner och datorer. Samtidigt visar erfarenheten något viktigt, behovet av verklig gemenskap försvinner inte. Tvärtom. I en tid när mycket sker digitalt kan mötet ansikte mot ansikte bli ännu mer värdefullt.

Här har pensionärsföreningarna en viktig roll. De erbjuder något som inte kan laddas ner från internet – närvaro, samtal och delade upplevelser. En promenad tillsammans, en föreläsning, en spelkväll eller bara en kopp kaffe vid samma bord skapar band mellan människor. Den sortens gemenskap är svår att ersätta.

Framtidens utmaning handlar därför mycket om att välkomna nya medlemmar. Morgondagens pensionärer är kanske vana vid andra aktiviteter än tidigare generationer. De har rest mer, arbetat längre och använder ofta digital teknik i vardagen. För föreningen kan det därför vara klokt att kombinera det traditionella med det nya: fortsätta med uppskattade träffar och utfärder men också våga prova på nya aktiviteter, samarbeta med andra föreningar och använda digitala kanaler för att nå ut.

Kärnan i verksamheten behöver ändå inte förändras. Det som har lockat människor i femtio år gäller fortfarande: samvaron. Att känna att man ingår i ett sammanhang, att någon märker om man inte dyker upp på mötet, att det finns en gemenskap även efter arbetslivets slut.

Till framtidens medlemmar kan man därför skicka en enkel hälsning: ta hand om denna gemenskap. Fyll den med era egna idéer, skratt och aktiviteter. En förening lever inte genom stadgar eller protokoll utan genom människorna som möts där.

Om ytterligare femtio år kommer någon annan att skriva nästa jubileumsskrift. Förhoppningsvis kan de då konstatera samma sak som vi gör i dag: att föreningen har fortsatt att vara en plats där människor möts, delar vardag och håller gemenskapen levande.

MÅNADSTRÄFFAR – Människorna i centrum

Pargas pensionärer är unika på så sätt att alla medlemmar ges en möjlighet att delta i arrangemangen av månadsträffarna. I praktiken har vi nio träffar om året som tio programgrupper sköter.

Tillströmningen brukar vara strid, till och med upp till 180 medlemmar. Salen är vackert dekorerad i enlighet med tema eller årstid.

Vi blir välkomnade av värdparet och får med oss en pinfärsk Parentesen, vår medlemstidning som utkommer lämpligt till månadsträffen.

Borden är elegant dukade och kaffekopparna framlagda. Allsångshäften och lappar för lotteriet är utplacerade på borden. Sorlet i salen är glatt och förväntansfullt.

Träffarnas program är varierande och reflekterar gruppernas intressen, tar upp aktuella händelser i Pargas och informationspuffar, nog så viktiga för oss pargasiter. Intressanta föredragshållare varvas med författare och bygdens egna personer. Otaliga är de föreningar, institut, tjänstemän osv. som har berikat våra möten.

Förutom ovannämnda programpunkter ger föreningens styrelse ”senaste nytt” och reseledaren informerar om kommande evenemang.

Ofta stämmer vi upp i allsång med till exempel dirigenten **Martina Lindberg** som allsångsledare, innan det är dags för utlottning av lotterivinster.

Det är alltid några framföranden som fastnar i minnet, t.ex. det om filateli och Pargas Filatelister rf. Att med sådan kunskap, intensitet och humor som **Henrik Wredes** beskriva filatelin idag hör till de mest underhållande föredragen som träffarna haft. Han berättade om hur ”små papperslappar” kan fångsla och hur viktiga de små naggade kanterna kan vara. Läsare förstår säkert det underfundiga i intresset då brevöversändelserna bara minskar i omfattning.



Vi har fått lära oss om Brankis historia, det hus vi brukar ha våra träffar i. Pargasiternas egen **Bengt Sandström** har vid flertal tillfällen berättat om hur huset omvandlades "Från biografteater till Brankis". Han hade satt sig in i Brandkårshusets tidigare öden och redogjorde för allt från grundandet av Pargas Frivilliga Brandkår år 1894 till nutid.

I den ursprungliga Brankisbyggnaden, uppförd 1905, fanns en biografteater och i den inhyrde sig FBK år 1912. Sedermera köpte föreningen huset år 1916 och därefter har huset genomgått åtskilliga förändringar. 1985 fick byggnaden sin nuvarande utformning, kunde Bengt berätta.



Övriga anföranden som under skribentens egen tid som pargasit har fastnat i minnet är **Markus Mustelins**. Ni vet, han som tillsammans med sin vän **Jolle Blässar** rodde över Atlanten på äldre dar! Eftersom ett sådant äventyr oftast kopplas ihop med yngre män var det synnerligen intressant att lyssna på insikterna från rodden och om vad som är viktigt vid genomförande av en sådan strapats.



Skrattet klingar högt på träffarna

Roliga vitsar har det varit gott om.

Roliga historier med **Birgitta Rittinghaus**

kommer nog de flesta pargasiter ihåg.

Hon har berättat den ena makabra historien

efter den andra. Alltid med en liten knorr.

Här kommer en av dem som hon framförde i

november 2022. En berättelse nog så aktuell

än idag.

”Mor ror och far är rar. Det här fick jag lära mig redan i första klassen i folkskolan.

Läseboken gav alltså en liten flicka

fingervisning om rollfördelningen i ett vanligt hem: Hjälten far, alltiällon mor och några

väluppfostrade barn som från första början skall hedra sin mor och i all ära, far. Alltså älska dem i nöd och då man har lust.

Far har väl nog ibland betraktat sig som ett skapelsens underverk och som det starkare könet och tackar för att just han fått bli far som ror.

Far är tryggheten. Utan honom skulle väl oljan i tanken ta slut, taket läcka, fönstren dra, och bilen strejka. Så det är en självklar rättighet att han efter dagens tunga arbete får lägga sig på soffan och be mor om besked då maten är klar. Far är så rar där han ligger och mor hon har rott hela tiden.

Flunsaepidemin går på maximala varv. Mor nyser och snyter sig, stannar upp vid en hostattack men städar, byker, stryker, handlar, lagar mat och diskar. Och närapå raknar då den ännu icke besmittade fadern påpekar att arbete, flitig utevistelse och måhända en konjakstoddy får även den fientligaste virusynglen på flykt. Tills han blir angripen. Den första nysningen gör far blek, 37 graders temp är katastrofal, kanske borde man ändå ringa till doktorn. Far är dålig, sjuk. Han lägger sig mellan vita lakan, huttrar, jämrar sig, önskar ingen mat – för han är sjuk. En flunsans hjälte. Allt medan hjältinnan ror och ror.”

Finns det någon i Pargas som kan trollbinda publiken så är det Magnus Sundman.

Han kan med inlevelse berätta om infödda

Pargasbor som blivit original. Men sin bärande

stämma och passion för ämnet berättar han om bl.a.

Vilhelm Hallonblad, Strykarlina och Tobaks Matt

för att nämna några.

Och vem skulle tro att han har en så bra sångröst!



Och visst har vi firat både jul och påsk – alltid med glimten i ögat!

Till påsk har vi fått besök av Påskhäxan. Ett år var hon på väg till Julön för omväxlings skull men kurvade via Brankis. Det fanns många bekanta ansikten i publiken och hon undrade om de suttit där hela året...

Till jul åker hon på kvasten till Påskön för att sätta sprätt på traditionerna. Hon tar sig ändå tid att tillsammans med sin kvast och katt berätta hur man "lappar kaffetanden".



Våra julfester är efterlängtdade tillställningar. De avslutar höstsäsongen och samlar ett rekordantal deltagare. Programmet är i regel traditionsbundet med Lucia som ett säkert inslag. November- och decemberträffarna är ypperliga träffar för nyblivna pensionärer.



Det är bara att ta mod till sig och komma med, för november och december är testmånader och gratis.

HOBBYGRUPPERNA

Hobbygrupperna utgör kärnan i föreningens verksamhet. Flera av pargasiterna har blivit medlemmar i vår förening efter att de först hittat en lämplig hobby. Det är lätt att fastna i golfen och boulen eller varför inte bridgen.

Hobbygrupperna samlas alltid samma dag och tid. Det är lätt att pricka in dem i kalendern!

Nedan följer en presentation av grupperna. Först vill jag ändå presentera Fotoklubben, den som förevisat våra månadsträffar, hobbygrupperna och fram för allt vår pensionärstidning Parentesen med bilder!

Först ut av hobbygrupperna är ”rötter”, dvs. Släktforskning som är en av de äldsta grupperna och fortfarande aktiv. Hembygds kunskap fördjupar sig i minnen om hur det var förr, och

Stavgångarna med sina byavandringar representerar bygdens historia. Stavgångarna för oss till ”rörelse”.

Gruppen ”rörelse” omfattar allt från Bowling till Golf via Boule. Vattengymnastikgrupperna har under några år utökats från en till två – så populär är den rörelseformen.

”I naturen” presenterar både fågelskådning och trädgård. Perennerna, trädgårdsgruppen är av naturliga skäl aktivast under odlingssäsongen men planerar sin verksamhet redan i februari. Perennerna är den hobbygruppen som under flera år på Pargasdagarna lockat flest besökare till pargasiternas stånd. Det är ju blomster lotteriet som drar då alla som köper tre lotter vinner!

Föreningen värnar om ”gemenskap” och vad vore en förening utan spel som bridge, litteratur, musik eller diskussion om dagsaktuella händelser. En sann utmaning för hjärnan!

Resor, teater och kulturevenemang har under föreningens hela tillvaro varit en aktiv del av vardagen medan IT-stöd och vår synlighet utåt har fått allt större fokus under de senare åren. Den digitala världen kräver ständiga informationspuffar och specialutbildning för våra pargasiter.

Redaktören önskar läsarna mycket nöje.

RÖTTER – Släktforskarna

Släktforskning utgör en väsentlig del av både familje- och bygdehistoria. Att i ord beskriva vad släktforskarna sysslar med skulle bli långrandigt och därför beslöt gruppen presentera "ett ganska typiskt fall" i form av bildkavalkad.

Det enda vi har att tillgå är ett slitet fotografi som avbildar två personer.

Vi vet namnet på personerna,

Karl Fredrik Byman och hustrun Alma Charlotta Landin.

Vi vet även att de var Esbopor.

"Hur skall vi gå tillväga för att få mer information om personerna"

Det går lätt att hitta graven. I söktjänsten <https://www.hautahaku.fi/sv> skriver man in efternamn och förnamn.

I detta fall hittade vi tre Byman men endast en begravd i Esbo.

Karl Fredrik Byman f 1854, d 1940.

På samma uppslag får vi också information om vem/vilka som är gravsatta i samma grav.

Vi får även adressen till graven samt en karta för att bättre orientera oss.



Nu har vi då hittat graven och känner till både födelseår och frånfälle.

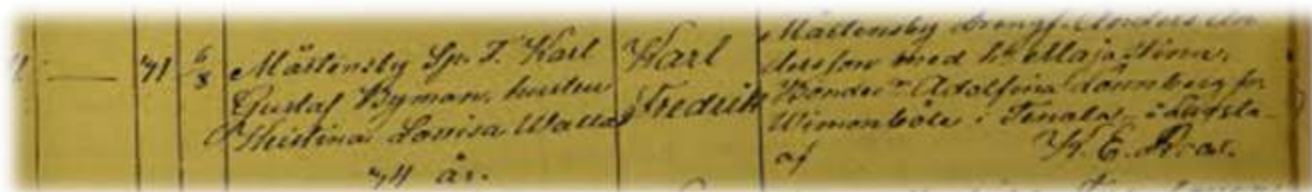
Med ovanstående basdata kan vi spåra Karl Fredrik Bymans liv.



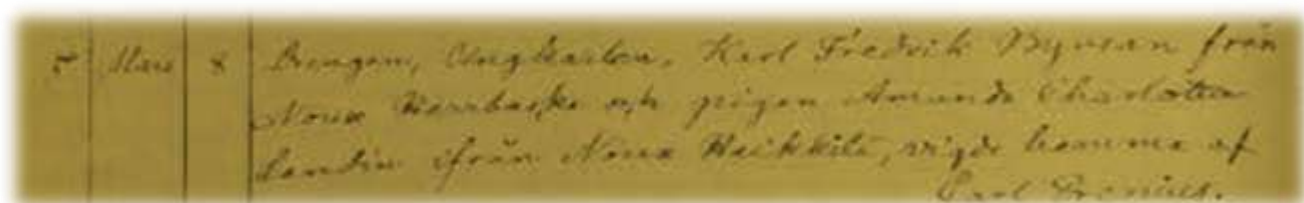
Det finns flera olika sökportaler som ger information om mantalslängder, giftermål, arbete, eventuella straff etc.

Vanligast är Finlands släkthistoriska förening (https://www.sukuhistoria.fi/sshy/index_sve.htm) där kyrkoböckerna hittas och Digihakemisto (<https://sv.digihakemisto.net/>) med länk till riksarkivet.

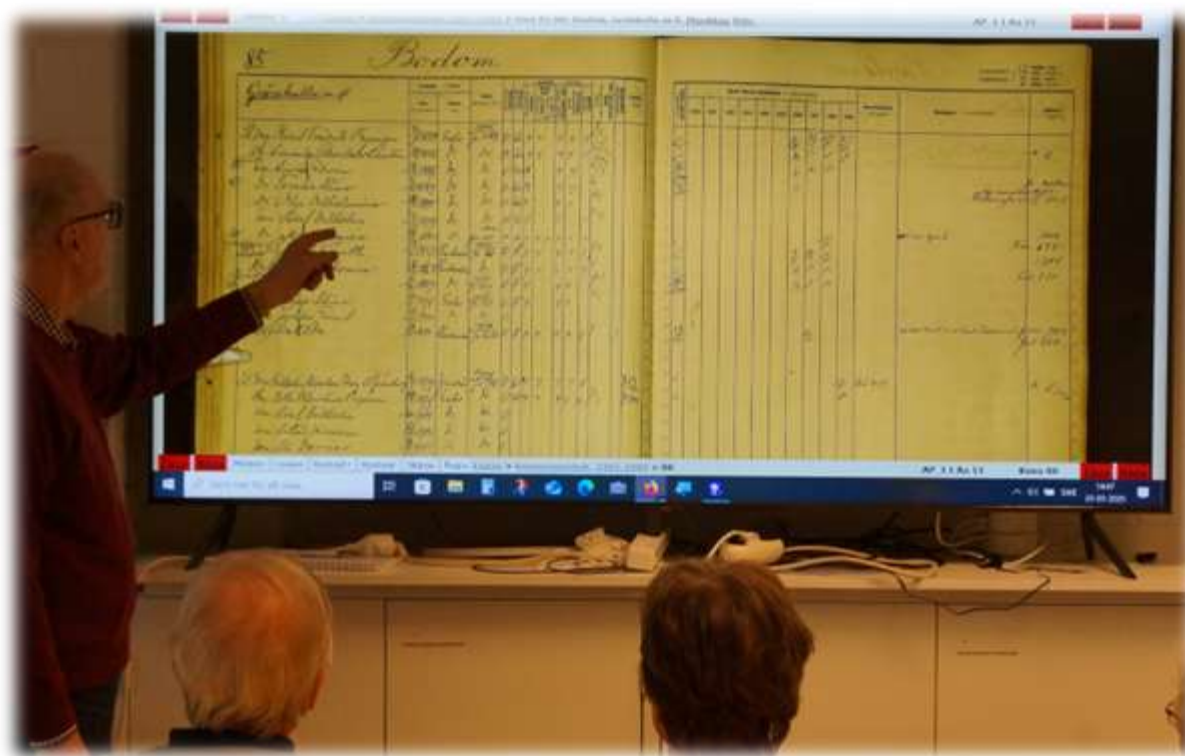
I kyrkoboken (kommunionsboken) hittar vi information om att Karl Fredrik är född och döpt medan föräldrarna var spannmålstorpere i Mårtensby.



I vigselboken får vi information om att Karl Fredrik vigs vid Alma Charlotta. Vigseln förrättades i brudens församling.



Vidare kan vi ur kommunionsboken läsa att Karl Fredrik blev statardräng på Grönkulla gård och välsignades med elva barn.



Bildkavalkad; Bengt Sandberg

RÖTTER – Hembygds kunskap

På vår ljudinspelning i Björkfeldtska stugan hörs häftiga skrattsalvor mellan de olika berättelserna. Det är Pargasiternas hembygdsgrupp som återkallar minnen från barndomstiderna. Vi sitter i ring och låter ordet rotera i sittordning.

När vi på ålderdomens höst blickar tillbaka på vår uppväxttid för 70-80 år sedan och blir tillfrågade hur man kunde leva utan mobiltelefon, TV och privatbil, så svarar vi: ”Fråga inte! Vi levde – och kunde ha roligt också!” Våra barndomsminnen här kretsar kring skolgång och hemmaliv.

Vi minns därtill butiker på Malmen och butiker i bygderna. Vi minns hur man klädde sig i bristens tider efter kriget. Pojkarna i kortbyxor, golfare och som vuxna i stövelbyxor. Flickorna måste klä sig i kjol eller klänning. Någon flicka vågade klä sig i sammetslångbyxor med bröstlapp och hängsel (bilden).

I och med att det inte fanns privatbilar, sköttes transporterna med hästforor och cyklar. Regelbundna bussturer gick till Sydmo och Skräbböle, flera gånger om dagen. Och ”mjölmotorn” till skärgården.

Pargas socken delades år 1948 upp i Pargas köping och Pargas landskommun. Skolundervisningen i köpingsområdet var på den tiden uppdelad i en åttaklassig folkskola med läroplikt till 14 års ålder. Man talade då om småskola, folkskola, storskola och fortsättningsskola. Valbart kunde man efter folkskolans fjärde klass fortsätta i den privata Samskolan som var ett femklassigt läroverk. Skolan byggde på en kristen livssyn, inte bara för religionens skull, utan också för en dygdig uppfostran hemma och i skolan. Trots att det fanns ett antal periferiskolor i bl.a. i Nilsby, Sunnanberg, och Heisala, så blev det en mera improviserad undervisning där än i köpingens folkskolor.

Det är klart att det födde nostalgiska känslor när vi i vår hobbygrupp för hembygds kunskap började gräva i vårt förflutna. Här några plock från våra pratstunder:

– Vi var åtta elever på fyra klasser. Det var delvis förkortade terminer med samma lärare i olika stadier. Folkskolan med sina fyra klasser var på Heisalaön, så det gällde att först gå ner till hemstranden i Sorpo och så körde mamma mig med motorbåten till Heisala. Där var en annan byväg som ledde till skolan. På vintern bar det över isen, och i menförestider bodde jag på internat. Därefter fortsatte jag i Samskolan och bodde hos min farbror i Köpingen, och så åkte jag hem till Sorpo över veckosluten.

Eller en annan av oss:

– Ett läsår då jag gick i Forsens skola hade jag pulpeten invid fönstret mot Kyrksundet och såg då den där gubben som varje morgon kom med skötfångsten i sin encylindriga put-put-put genom Kyrksundet. I fören stod hunden och skällde på sin spegelbild i vattnet...

Vi pratade också om hemslöjd, trädgårdsodling och bärkonservering. Och vad vi som barn gjorde på fritid. På den tiden reste man inte bort på skolloven.

Vid krigsslutet på 1940-talet var det brist på allting, mat, kläder och andra livsförnödenheter. Maten var på kort med kuponger från ”Folksorgen” (Folkförsörjningsanstalten). Men man var företagsam; man odlade köksväxter och potatis på små trädgårdstäppor. Man hade höns, grisar och får, inte bara på gårdarna utan också i vanliga hushåll. De vuxnas gamla kläder sprättades upp och syddes om till barnkläder. Det stickades och syddes. Man plockade bär, syltade och saftade. På den tiden var lördagen skoldag men på hösten fick man en ledig lördag som ”lingonplockningslov” och en annan lördag som ”päronlov” (potatisupptagningslov). Barnen hjälpte på sitt sätt till med försörjningen. Vi, som i barnaåren upplevde kriget och kristiden därefter, kan med viss stolthet berätta hur vi överlevde.

På den tiden var jul- och påskhelger festliga tillfällen där måltiderna var den viktigaste upplevelsen, lutfisk, bastu-palvad skinka och risgrynsgröt till jul. Till påskan kokta ägg,

fårstek och memma. Julottan i kyrkan och hemmasittande på långfredag hörde till den kyrkliga traditionen.

Vi som suttit med i hembygdsgruppen representerar Parsbybacken och Ålön i övrigt, men också Skärgården ut till Heisala och Sorpo. Visst nämndes "Ystersåoknin" (Östra

Pargas) då vi betraktade hela Pargas: "Från Rövarnäs till Riddarnäs".

Gusse Laurén



Barnens klädmode i mitten av 1900-talet



Hembygdsgruppen samlad kring gamla föremål



Gamla handverktyg

UT I NATUREN – Stavgångarna

Det är beundransvärt vad allt man får uppleva när man går med i pargasiternas stavgång – inte bara den väl behövliga motionen! På våren när stavgångarna drar ut i bygderna är det inte bara den späda grönskan med vildblomstren, fågelsången och fjärilarna som berikar upplevelserna, utan det är den gemensamma upptäckarglädjen som därtill ger utbyte. Sommarvandringarna visar landskapen och sjöglittret i årstidens behagliga värme. På hösten bevittnar man naturens förberedelse för vintersäsongen. Vintertid arrangeras inte några stavpromenader.

Men det är så mycket annat också, som stavgångarna får uppleva. ”Föregångaren” Rainer har valt ut besöksplatserna i bygderna. Han har förberett sig med omsorg och har mycket att berätta om livet i bygderna både i nutid och i förgångens tid. Han har också anlitat lokala värddar som har speciella kunskaper om den utvalda byn. Självt är han född på 1930-talet mitt uppe på Ålön.

Det är inte bara bondeliv som bedrivs och har bedrivits ute i bygderna, utan där har också funnits andra näringar såsom fiskeri, sågverksamhet, tegelbränning och annan småindustri.

Det hela började med att pargasiternas styrelse hösten 2016 bad om förslag till hobbygrupper, vilket ledde till en i många avseenden livligare verksamhet. Rainer Wahtera föreslog att ta upp stavgång som en gruppaktivitet och var själv eld och lågor för att ”dra” en sådan hobbygrupp. Det ledde till att den första stavgången företogs vårvintern 2017. Då var det ännu snö och is på sina ställen så stavarna kunde vara till hjälp för balansen. Rainer är också känd för sin tjugofemåriga tid som

”Yviman” i Skröbbel-Gåbbana. Första vandringen omfattade skolorna i centrumområdet för nuvarande undervisning, men också hur det var i barndomen med småskolor och folkskolor.

Först var där några gångare som var väldigt ivriga med motionen och drog ifrån, och andra igen som var utan stavar. Men småningom blev det en enhetlig tropp. Rainer hade förberett sig för varje utfärd då han på ett medryckande sätt kunde berätta om bygdens leverne för varje vandringsmål. För pensionärer som är inflyttare i Pargas har det blivit ett bra tillfälle att lära känna Pargasbygderna. Men också infödda Pargasbor märker att de lär sig nya saker om sin gamla socken.

Gruppen startar sina färder vid Brankis och åker med bilar ut till de längre bortbelägna byarna. Aldrig har man kommit att tänka på att det finns så många byar i Pargas, allt från de som man förr sade *Från Rövarnäs* (i nordost) *till Riddarnäs* (på västra Ålön). Men vandringarna utsträcktes också till skärgården. De kunde börja med Tervolanden och fortsätta fram till Attu eller Heisala.

Efter hösten 2025 har man hunnit med över åttio vandringar på åtta år. Om man beaktar avbrottet för pandemin så betyder det nästan tio vandringar per år.

Rainer har gjort anteckningar efter varje vandring och samlat till en krönika med hundratals bilder. Redan som sådan är materialet intressant i ett åtkomligt PDF-format, men man arbetar på att senare ge ut krönikan i tryckbart format.

Rainer Wahtera, stavgångsledare
Återgivet av Gusse Laurén

Fotocollage på stavgångarnas utflykter



UT I NATUREN – Fågelskådning

I Pargas kom hobbygruppen Fågelskådning till av en slump på en av föreningens pensionärsresor som gick till Madeira 2019. Då det var undertecknads tur att presentera sig på resans första kvällsträff, råkade jag nämna att min hobby redan länge varit fåglar. Föreningens ordförande slog omedelbart fast att jag skulle leda en sådan ny hobbygrupp, och inga protester hjälpte ... Gruppen blir således sex år i höst



Foto: Fågelskådning på Lenholmen Guy Svanström

Vi är fortfarande bara knappt tio personer i gruppen, vilket i och för sig är riktigt bra för fåglarna ses och hörs bättre då. Vi har hela tiden gjort endast en till två exkursioner per år plus någon ”torrövning”, dvs. tittat på fågelbilder/-videor och lyssnat på läten inomhus. För att vara ekologiska försöker vi åka ut i terrängen tillsammans och träffas därför på Bustis vid lämpligt klockslag. Vi koncentrerar oss helt på fågellokaler i Pargas för att behöva resa så lite som möjligt. Vår strävan är att se på fåglar under så goda förhållanden som möjligt, vilket innebär att exkursionsdatumet inte kan fastslås väldigt

långt i förväg i och med att annan pensionärsverksamhet kan sammanfalla med vår.

Jag har själv skådat på fåglar sen början av 1960-talet och alltid tyckt att skådningen ger väldigt mycket. Vad kan vara roligare än att röra sig i naturen och samtidigt kunna identifiera fåglar i ens omgivning och dessutom kunna bestämma arterna på sång-, lock- och flyktlätena.

Vackra dagar är man ute och regniga är man inomhus och ser på fågelvideor.

Fågelskådning med guide är därtill mer



givande då man genast får svar på sina frågor om vad man ser i terrängen av en sakkunnig person.

Som tidigare nämndes, skådar vi på fåglar i huvudsak i ”gamla” Pargas. Här finns flera fina biotoper med varierande natur, och mycket lockande är att ta ett fågeltorn som mål och samlas på ett ställe, då ser man fåglar tillsammans och får bästa möjliga information av varandra.

Vi har besökt fågeltornen i Petteby och på Lenholmen flera gånger och har fina observationer från dem. I Pettebyviken med sina stora vassområden ser man ofta

sävspurv, mesar, måsar och tärnor, hägrar och med lite tur också brun kärrhök.

Rördrommen brukar höras under lämpliga dagar, och har man tur kanske man hör skäggmesens läte framför tornet.

Lenholmstornet är väldigt fint placerat, man ser sjöfåglar och vadare under flyttningen. I lunden kring tornet hörs sångfåglar av många olika slag och hackspettarna som där bor i gamla träd.

Marcus Duncker



UT I NATUREN – Perennerna

Trädgårdsintresset får tiden att blomma!

Många som lämnar arbetslivet upptäcker att intresset för odling och växter växer och blir starkare än tidigare. När tiden plötsligt blir mer generös finns möjligheten att verkligen fördjupa sig. Trädgården blir då inte bara en plats för arbete utan också för eftertanke, glädje och lugn.

Perennerna använder sommarhalvåret i trädgården och vintern till att planera aktiviteter och utfärder. Samtalen under mötena ger möjlighet att dela erfarenheter och samla nya idéer.

Ofta är det just i dessa samtal som inspirationen tänds: någon har provat en ny sorts tomat, en annan har anlagt en liten blomsteräng, och plötsligt föds nya planer för den egna täppan. Frön skall för-sås både för hemträdgården och för Perennernas lotteri på Pargasdagarna. Lotteriet är det givna dragplåstret!



Pia Rantanen



RÖRELSE – av olika slag

Det finns en gammal sanning som många pensionärer förr eller senare upptäcker: kroppen tycker om att användas. Inte nödvändigtvis till maraton eller rekordförsök – men till rörelse. Lite varje dag.

När arbetslivet tar slut händer något märkligt. Plötsligt finns det tid. Tid att sitta lite längre vid kaffebordet, läsa tidningen noggrannare – och kanske också tid att låta promenaden bli lite längre. Och det är just där motionen ofta smyger sig in i pensionärlivet.

Forskare är ganska eniga: regelbunden rörelse gör stor nytta även högt upp i åren. Den stärker musklerna, förbättrar balansen och håller hjärta och lungor igång. Dessutom påverkar motionen något som inte syns lika tydligt – humöret. Många märker att en promenad kan rensa tankarna bättre än både korsord och kaffe.

Men hur mycket behöver man egentligen röra på sig?

Rekommendationen om rörelse brukar vara ungefär en halvtimme om dagen i någon form av måttlig aktivitet. Det behöver inte vara något dramatiskt. En rask promenad, lite trädgårdsarbete, en cykeltur eller kanske en omgång boule eller bowling räcker långt. Hemligheten ligger i regelbundenheten, inte i intensiteten.

Och så kommer den eviga frågan: vilken motionsform är bäst?

Svaret är nästan lite irriterande enkelt – den bästa motionen är den som faktiskt blir av. För vissa är det promenader längs strandvägen, för andra är det gymnastik i pensionärsföreningen.

En del hittar sin rytm i simhallen, andra på golfbanan. Rörelsen får gärna vara social också; det är betydligt lättare att hålla igång om man har någon att prata med under tiden. Den kanske mest frekventerade motionsformen tar sig uttryck i simhallen. Två grupper idkar vattengymnastik varje vecka under våren och hösten.

Det fina med motion i pensionärsåren är också att den inte längre behöver handla om prestation. Ingen kräver rekord. Det räcker att kroppen får vakna till lite varje dag.

Pargasiterna har hörsammat vikten av att röra på sig. Här vill jag speciellt lyfta aktiviteten hos bowlarna tätt följd av vattengymnastiken och boulespelarna som får ett högt aktivitetsindex eftersom de har verksamhet året om.

Både golfarna och stavgångarnas aktiviteter är årstidsberoende, så även om grupperna är stora blir aktivitetsindexet lägre då de träffas mer sällan.

Det bör även understrykas att de aktiviteter föreningen erbjuder, är lämpade för alla beroende på resurser och fysisk hälsa.

RÖRELSE – Bowling

Det finns något särskilt med ljudet i en bowlinghall. Först det dova rullandet av klotet över banan – och sedan det där efterlängtnade brakandet när käglorna faller. För många seniorer är det ett ljud som betyder både motion, tävling och framför allt gemenskap.

Till skillnad från många andra idrotter kräver bowling varken snabbhet eller ungdomliga knän. Man går några steg, rullar klotet och följer spänt med hur det går. Sedan är det nästa spelares tur, och under tiden hinner man både prata och skratta.

Bowling är aktivitet utan stress. Ingen behöver springa, och man kan anpassa spelet efter sin egen ork. Dessutom finns det klot i alla vikter, så var och en kan hitta ett som känns lagom.

Men kanske är det ändå inte själva spelet som är den största lockelsen. I många bowlinghallar samlas seniorer i ligor eller pensionärsgrupper en bestämd dag i veckan. Det blir nästan som ett litet socialt centrum: man hälsar på varandra, diskuterar senaste kastet och kanske även världsläget.

Och så finns förstås tävlingsinstinkten kvar. Den försvinner inte bara för att man blivit pensionär. En oväntad strike kan fortfarande framkalla samma triumferande leende hos en pargasit som hos en tjugooåring. Bowling är lagom svårt, lagom fysiskt och lagom socialt. Man rör på sig, tränar både balans och koncentration.

Eller som en erfaren seniorbowlande herre en gång uttryckte det:

“Vi säger att vi spelar för motionens skull. Men egentligen spelar vi för att få slå ner lite käglor – och prata bort en eftermiddag.”

Inom Pargas pensionärer är intresset för bowling stort. Gruppen omfattar 43 personer och de möts några gånger per vecka i Reso bowlinghall.

Bowlarna tävlar, det hör till som redan ovan konstaterats. Tävlingarna är oftast individuella men dessutom tävlar man i 3-mannalag och s.k. bolagstävling med två deltagare i varje ”bolag”. Förbundet har ännu inget bowlingmästerskap – kanske något att jobba för.



RÖRELSE – Boule

Det är något nästan poetiskt över synen av pensionärer som spelar boule. Där står de i en halvcirkel kring grusplanen: någon mäter avståndet med koncentrerad blick, någon annan kliar sig i nacken och muttrar att klotet "borde ha rullat tio centimeter till". Och runt alltihop svävar ett lågmält sorl av skratt och godmodiga pikar.

Boule har blivit något av pensionärernas favoritspel i många delar av Svenskfinland så även hos oss i Pargas. När vädret så tillåter spelar vi utomhus men på vinterhalvåret är det inomhusboule som gäller. Boule är ett tacksamt spel för alla; det går bra att idka stolboule för personer med nedsatt rörelseförmåga.

För många är det inte tävlingen som är det viktigaste – utan gemenskapen. Man träffas, pratar och har en aktivitet som ger struktur åt veckan. Som en pensionär uttryckte det: det handlar om "livskvalitet att umgås och ha något att göra tillsammans".

Men varför just boule?

För det första är spelet enkelt. Reglerna lär man sig på några minuter: kasta klotet så nära "lillen" som möjligt. Det kräver inte heller särskilt mycket utrustning eller fysik. Man kan spela lugnt, stå stilla, ta en paus och diskutera kastet – eller livet i största allmänhet.

För det andra passar tempot pensionärlivet. Boule är ingen sport där man flåsar fram över planen. Man rör sig i ett behagligt tempo där samtalet får lika stor plats som



själva spelet. Det är nästan lika mycket kafferep som idrott. Och så finns det en tredje, kanske viktigare förklaring: gemenskapen.

De regionala boulemästerskapen och förbundsmästerskapen ger spelarna möjlighet att tävla mot varandra med framför allt chansen att träffa andra bouleintresserade. På så sätt växer nätverk och vänskaper fram långt efter arbetslivets slut.

Och om man ska vara ärlig: ibland känns det som om halva nöjet ligger i att efteråt kunna säga "Det där kastet hade varit perfekt – om bara gruset legat lite annorlunda.

RÖRELSE – Golf

Golfspelet utvecklades i Skottland och de första registrerade tävlingarna hölls på St Andrews Old Course år 1552. Tack vare brittena finns det i dag över 38 000 banor och mer än 110 miljoner registrerade spelare i världen. Helsingfors Golfklubb (Tali) öppnades år 1932 som den första banan i vårt land. För tillfället har Finlands Golf förbund 134 medlemsklubbar med över 150 000 medlemmar och ca 180 banor.

Golf är en utmärkt tränings- och motionsform och matchar bra i SPF:s program ”Spänst i benen”. En runda håller hjärtat i gång 4-5 timmar och förbränner ca 1200 kalorier. Det motsvarar ungefär fyra osthamburgare eller fem flaskor starköl.

Vår hobbyklubb för golf startade år 2022, dvs. 470 år efter St Andrews.

I början var vi 15 entusiaster, men gruppen har nu vuxit till 35 medlemmar. Vi träffas varje tisdag, ca 20-25 gånger under säsongen och därtill några gånger vintertid i simulatorhallen.

Vi besöker närliggande banor och deltar i SPF:s och SPF Åbolands tävlingar. År 2024 var PSP:s golfare värdar för Svenska Pensionärsförbundets mästerskapstävling med ca 80 deltagare och år 2023 för SPF Åbolands mästerskapstävling. Den senare ordnar vi även detta år, 2026.

Golfreglerna är samma för oss alla, men det är roligt att tolka dem tillsammans. Ansikte mot ansikte noteras något ännu viktigare: mötet mellan individer och sammanhållningen.

Nu, 2026 börjar vi redan veta vem vi alla är! Trots det eller just därför önskar vi nya medlemmar hjärtligt välkomna!

Golfmedlemskapet ökar samhörighet och bidrar till välmående. Det ökar också medvetandet av naturupplevelser. På nära håll följer vi årstidsförändringarna.

Enligt en svensk undersökning lever golfspelarna i genomsnitt fem år längre än icke-golfare. Är inte det en orsak att börja golfa, så säg.

Johan Nyberg



GEMENSKAP - Bridge är både roligt och utmanande!

Det spelas bridge varje måndag från kl. 13 på Vapparnvägens seniorboende. På senare tid har vi varit 10-12 spelare och tar gärna emot flera spelare - ju flera spelare desto intressantare blir spelet.

Spelet inleds med budgivning där man enligt ett med partnern överenskommet system ger bud på hur många stick man tänker sig kunna ta. Den som ger det högsta budet blir spelförare och lyckas man ta hem det antal stick man lovat får man poäng, misslyckas man får motståndarparet poäng.

Bridge är ett komplext kortspel som man inte lär sig över en natt. Nybörjarkurser ordnas alltid nu och då, men bara genom att skaffa sig de nödvändigaste grunderna och börja spela kan man lära sig tillräckligt för att njuta av spelet. Man tvingas hålla hjärnan skarp och om man lyckas hålla minnet i skick så att

man i stort sett vet vilka kort som gått har man goda förutsättningar att lyckas. Regelbundet spelande sägs kunna minska risken för demens.

Bridge kombinerar tur med skicklighet, vilket gör varje spel unikt och spännande. Spelet blir aldrig tråkigt eftersom det har en nästan oändlig variation av "händer" och strategier, vilket gör att det alltid finns något nytt att lära sig.

Det är lätt att börja spela, men tar tid att bemästra, vilket gör det utmanande och belönande på samma gång.

Sammanfattningsvis är bridge en fantastisk hobby som ger både intellektuell stimulans glad social samvaro. Vill du lära dig spela eller förbättra ditt spel är du välkommen i gruppen.

Per Österman



GEMENSKAP – De pratglada, en grupp språksamma Pargasiter

Precis innan den lömska coronan slog till våren 2020 var det en grupp Pargasiter, som tyckte att tiden var mogen för ytterligare en hobbygrupp där man kunde ventilera både smått och stort som upptog ens tankar i vardagen. Som sammankallare åtog sig undertecknad att sköta det praktiska, vilket innebar att vi skulle träffas varannan tisdag för att under lättsamma former förbättra världen efter bästa förmåga.

Tanken var att inte mänskligt skulle vara oss främmande medan vi styrkte oss med en kopp kaffe och dopp.

Förslagen till olika teman var till en början mycket ambitiösa, till exempel: Vad är allmänbildning? Kvinnlig värnplikt, Medborgarlön, Massmediernas nyhetsrapportering, Servicesamhället. Tyvärr kom coronan emellan och det tog ända till september 2020 innan den första egentliga diskussionsträffen kom igång.

Den kom att handla om ”språkligheter”.

Eftersom det i gruppen ingår två deltagare, Mikael Reuter och undertecknad, som vikt sitt liv åt språkets olika yttringar, kändes det naturligt att ta upp språket i massmedierna, något som sannolikt alla har synpunkter på; som väntat blev diskussionen livlig.

Det amerikanska presidentvalet engagerade oss också, och vi fick, via svar på brev till en inbiten republikan i USA, pröva våra värderingar när det gäller att rösta fram en president.

Vi diskuterade bl.a. den kommande vårdreformen, ungdomars rollmodeller, idrottens betydelse för hälsan, musiken i radio Vega och Nobelpriset i litteratur.

På förslag av några deltagare inbjöd vi ärkebiskop, emeritus John Vikström till vår träff i april 2022 där vi hade enats om temat *Tråkigt i kyrkan? Var är glädjen?* John Vikström inledde med en kort beskrivning av

den moderna gudstjänstordningen och liturgin som vi äldre ibland känner oss främmande inför, liksom inför moderniseringen av gamla psalmer. Besöket var utan tvekan mycket uppskattat.

De Pratglada hade länge känt en oro för läget i Ukraina. Vi fortsatte med teman som vår egen välfärd i jämförelse med andra länders, vårt skolsystem och vad som gör oss glada eller missnöjda.

Andra teman var bl.a. ryska inköp av fastigheter i Finland, ”entimmeståget” och problemet med sjunkande nativitet i Finland, även om det sistnämnda givetvis står utom vår förmåga att påverka.

Pia Rantanen ledde gruppen ett tag under 2023. Redan en tid hade situationen i Mellanöstern och i synnerhet i Gaza upptagit mångas tankar och blev därför ett givet samtalsämne. Med Pia kom begreppet Kultur i alla dess former att bli den röda tråden i våra diskussioner. Vem är det egentligen som definierar vad som är kultur? Och så visade det sig att vi ville veta hur andra tyckte om vårt rättssamhälle, var det i gungning?

Våren 2024 präglades av strejker som ledde till kaos på olika håll. Och att alla nedskärningar inte bidrog till vår s.k. välfärd var vi rätt eniga om. Dessutom gick vi till val av president, vilket var nog så spännande och gav upphov till åtskilligt spekulerande beroende på resultatet. roll

På lokalnivå oroade vi oss över att jazzcafé AXO planerade att lägga ner sin verksamhet till stor besvikelse för inte bara pensionärer. Under säsongens sista träffar fick vi en påminnelse om att vi finländare redan nu hade överskridit vår konsumtionsgräns för året. Och så beskärnade vi oss över s.k. zoomers, en generation unga som har svårt att inte oupphörligt följa vad som är på gång via sin mobil. Gruppen Kultur, som satsade

främst på upplevelser, inkluderade också flera av de pratglada som fortfarande hade ett behov av att prata av sig; diskussionerna fortsatte därför under rubriken Språksamt varannan vecka.

Under hösten 2024 diskuterade vi vårt Pargas, det amerikanska presidentvalet och huruvida pensionärer borde betala en extra miljöskatt eftersom det ju är vi som har smutsat ner vår jord. Och hur vore det med en åldersgräns för barn och ungdomar på sociala medier? De sista träffarna handlade om hur vi pensionärer klarar av den nya tekniken, t.ex. användningen av artificiell intelligens. Vill vi utnyttja de gulliga robotarna för leverans av inköp eller mat? Och är det nödvändigt med tårtkalas på åldringshemmen när någon där fyller jämna år när hela landet borde gå in för ett spartalko?

Våren 2025 inleddes som vanligt med ett plock i listan över svenskans nyord, och som vanligt ruskade vi ofta på huvudet och mumlade hm. Samtidigt diskuterade vi hur språket i medierna blivit allt fränare, i

synnerhet inom politiken, är det något vi vill acceptera? Och så har det visat sig att universitetsstuderande inte orkar läsa längre texter, oroande eller övergående? Är det förresten ändamålsenligt att invandrare integreras på svenska? För att komma ner på jorden funderade vi på om det är rättvist att katter får gå fria utomhus medan hundar måste hållas kopplade. Och borde trötta elever få sova längre på morgnarna? Är brädspelet Afrikas stjärna i själva verket inkörsporten till rasism och inte alls något som för samman generationer i en familj?

Att **De pratglada** eller **Språksamt** har en funktion att fylla är givet. Att alla inte varje gång kan känna stort intresse är också givet, men de olika temana ger ändå något för envar att tänka på. Man får antingen bekräftande eller oväntade svar på sina frågor i en grupp där det är accepterat att föra fram sina tankar för att prövas och begrundas i en trygg miljö. Vi är ju bevisligen världens lyckligaste folk, och att känna samhörighet är ett av våra mest angelägna behov.

Marianne Saanila



KULTUR – Litterära salongen

Litterära salongen är ämnad för personer som är intresserade av litteratur i allmänhet och specifika författare i synnerhet.

Tanken är att den läslystna gruppen skall bekanta sig med en författares verk under hela dennes produktionstid. Litterära salongen är alltså långt ifrån en ”bokring” där alla läser samma bok och sedan dryftar den.

Vi ”håller salong” en gång i månaden ”hemma hos”. Att vi träffas så, gör att samtalen är otvungna och att tankarna flyger. Samtidigt är det lättare att ha en egen åsikt om den lästa författaren och inte sällan har gruppen delade meningar. Precis så skall det vara!

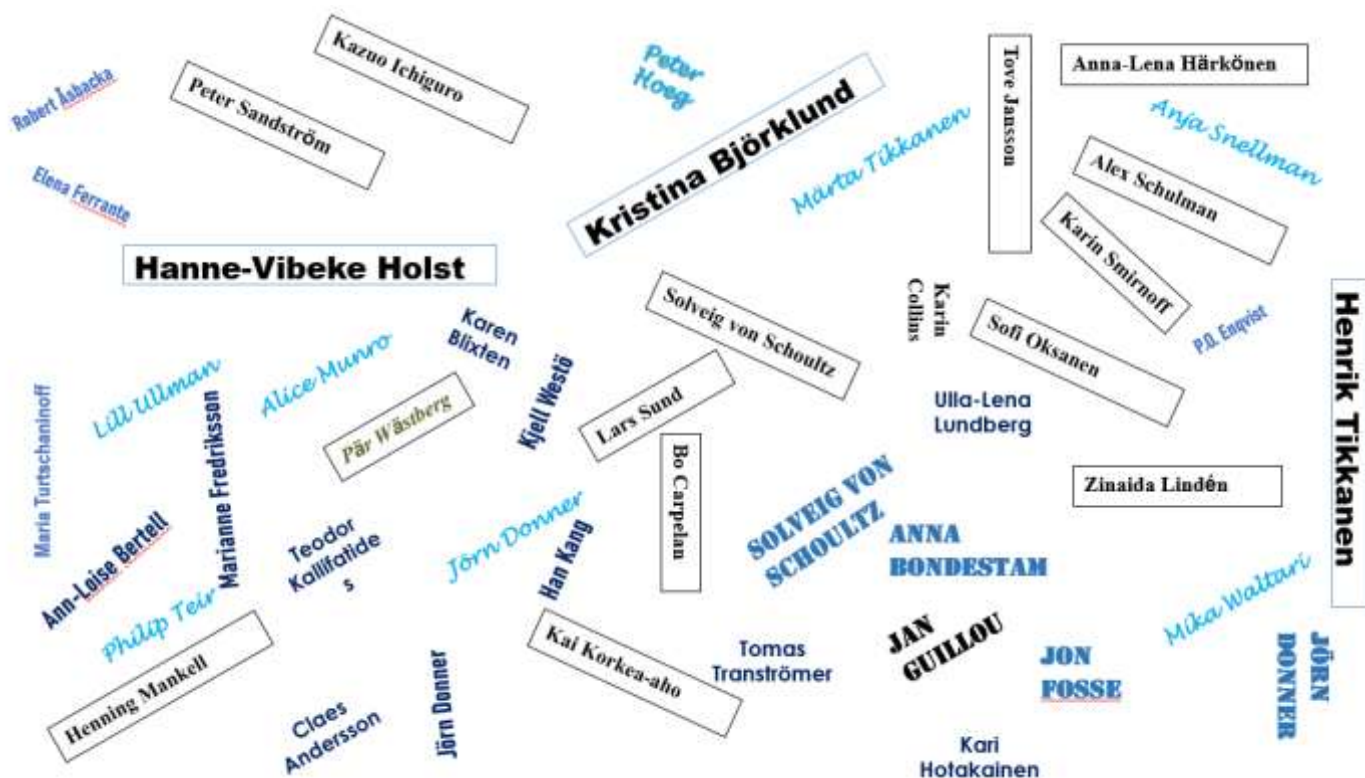
Vi strävar efter att läsa gammalt och nytt, finlandssvenskt, finländskt, nordiskt och ja hela världen. Nobelprisförfattarna är en självklar del av repertoaren.

I december firar vi julfest med glögg, pepparkakor och liten julklapp.

Vi nöjer oss inte med prosa: Sista träffen före sommaren träffas vi ute på den litterära verandan för att diskutera poesi.

Under sina femton år har Litterära salongen behandlat mer än hundra författarskap varav några nedan!

Stina Engblom Colliander



KULTUR – Musikgrupperna Encore och Da Capo

Det är två saker med klassisk musik. I tider som dessa är nästan vilken som helst klassisk musik till stor tröst. För det andra: ju mer du utforskar desto mindre vet du – den klassiska musikens arv är så oändligt stort. Under mina år som ledare för musikgrupperna Encore och Da Capo har vi lyssnat på ett stort och varierande urval.

Grupperna startade hösten 2010 i Pia-Gunn och Olle Anckars regi och parallellt hos Kurre och Christina Långbacka. Hos Anckars lyssnade vi på klassisk musik och hos Kurre på en lättsammare variant: folkmusik, jazz, humor. Grupperna träffades en gång i månaden i ledarnas hem: på hösten Encore hos Anckars och Da Capo hos Långbackas och på våren tvärtom. Det var gemytliga stunder i ett 10-tal personers sällskap, fin musik och te eller vin och ostar som avslutning.

Efter en tid tog Rabbe von Weymarn och jag (2018) över och snart var det bara jag. Efter Encore kom Da Capo till oss, turvis varannan månad, varvid de fick lyssna till samma program.

Programmöjligheterna är oändliga. Vi har spelat bl.a. denna musik:

- fransk (C. Saint-Saëns, Gabriel Fauré)
- amerikansk (Amy Beach, Gershwin, Philip Glass)
- rysk och finsk musik, Kvinnliga tonsättare (Cecile Chaminade, Kaija Saariaho)
- körmusik (*Förklädd Gud*), filmmusik (Williams, Morricone), ouvertyrer, jazz, pianomusik (Beethoven, Grieg, Rahmaninov), Viborg som musikstad, 30-50 talens finska musikgrupper (Metro-tytöt, Kipparikvartetti)

Ibland spelade vi medlemmarnas medhavda favoritmusik eller mina favoriter (Joan Sutherland, Soile Isokoski). Materialet inhämtade jag ur vår egen skivsamling men otaliga är de resor jag gjort till S:t Karins musikbibliotek. Där kan man avhämta skivor från Vaski-bibliotekens välförsedda skivsamling.

Under korona-pandemin blev det förstås ett avbrott men i den mån alla var friska och vaccinerade tog vi upp lyssnandet igen. Tebjudningen ersattes med alkoholfri skumpa och tilltugg medan lyssnandet pågick.

Vi besökte Helsingfors nya musikhus där vi hamnade högt upp bakom orkestern. En annan gång for vi till Lahtis Sibelius-musikhus, där vi hörde Beethovens nia med bl.a. Camilla Nylund som solist. I Åbos Logomo gick vi på julkonsert med a capella-gruppen Rajaton: otroligt njutbart! Åbo filharmonikers och Pargas' konserter inte att glömma.

Ju mer du gräver desto mera dyker det upp skatter som du inte visste att fanns. Det var en trevlig utmaning; att hitta musik som ingen av oss knappt någonsin hört! Radio Yle1 med sina utmärkta musikprogram *Aamusoitto* och *Faunin iltapäivä* var också utmärkta källor till idéer för mina program.

Efter att jag lade av våren 2024 dök det upp en efterträdare, Risto Nurmela, tidigare ordförande för Pargas Orgeldagar. Så trevligt att det trots allt inte tog slut!

Maria Simberg-Sörensen

KULTUR – resor, exkursioner, teater

Pensionärerna älskar att resa, gå på konstutställningar och njuta av teater, så även pargasiterna.

Vi försöker ordna resor till rimliga kostnader, vilket innebär dagsturer, både hemliga och öppna i närområdet. Pargasiterna är även aktiva deltagare i åboländska sommarsamlingen och lillajulskryssningen som ordnas varje år.

Pandemin 2019-2021 påverkade reslusten, och verksamheten var moderat men under senare år har Pargasiterna varit resglada.

Nedan följer några axplock:

Vi har gottat oss med Fazers godis och kört flygsimulator på Flygfartsmuseet. Tytyri gruvan i Lojo har blivit oss bekant.

Under besöket i Pemas sanatorium, ritat av Alvar Aalto, fick vi en inblick i hur arkitekturen för ett sjukhus kan se ut från patentens synvinkel. Samtidigt kom vi nära behandlingsmetoderna för tuberkulos i början av 1900-talet.

Professor Yrjö Väisälä, fysiker och astronom, var en föregångare vad gäller mätning av avstånd. Honom blev vi bekanta med på observatoriet i Pikis innan vi begav oss till kaffemuseet.

Porkala hedrade vi med besök då 80 år hade gått sedan vapenstilleståndsavtalet. Olkiluoto kärnkraftverk och gamla staden i Raumo är de senaste i raden av exkursioner.

Reseledaren



Vi glömmer inte vår egen bygd

I Pargas har vi träffat ”Salvador Dali”. Faktum är, att vi har en fantastisk samling av Dalis konst, i Pargas. Här kan du rent av träffa reinkarnationen av den spanske surrealisten – och han pratar Personer som varit viktiga för vår egen bygd har presenterats för oss under en kyrkogårdsvandring. Det kan kännas som en makaber tillställning, men vi måste komma ihåg att kyrkogården ger ramarna för berättelserna!



finlandssvenska.

Vi har gjort en nostalgitripp till Nostalgimuseet och drömt bort oss en stund i alla de gamla saker som finns utställda där.

Skärgårdsguiderna har guidat oss på Gamla malmen och underhållit oss med länstolsresor till Italien. Inte att förglömma föreläsningar om bygdesjöfart, som varit en stor näring i våra regioner



Kulturaktiviteter

Teaterupplevelserna är alltid uppskattade. Pargasiterena frekventerar både Åbo Svenska Teater och Svenska Teatern i Helsingfors. Pjäser som Katrina, Amos A, Trollflöjten, Kungens tal, Själarnas ö har under årens lopp passerat revy.

Vi har lärt oss om Alvar Gullichsens intressanta produktion och besökt Ekenäs nya konstmuseum Chappe och bekantat oss med finländskt porslin på Arabias porslinsmuseum.

Amos Anderssons hem på Georgsgatan i Helsingfors och hans sommarställe i Söderlångvik på Kimitoön har visat på hans

betydelse för Svenskfinland.

Inte heller visorna har vi glömt.

Viskonstnärerna, Martin Bagge och Pär Sörman har underhållit oss med visor av Carl-Michael Bellman, Dan Anderson och Evert Taube.

Eftersom Åbolands pensionärer åtagit sig att ordna resor till Norden och Baltikum kommer vi som Pargasförening att fortsätta ordna intressanta dagsutflykter och konstupplevelser för våra medlemmar. Ibland kommer resan att vara hemlig, något som pargasiterna uppskattar.

IT – Utbildning och stödverksamhet

När en pensionär ska köpa en ny telefon eller dator, är det viktigt att välja en modell som är enkel att använda och kommer från en pålitlig återförsäljare. Det minskar risken för att bli lurad eller få en enhet som saknar viktiga säkerhetsfunktioner. Många äldre upplever teknik som överväldigande, så det är klokt att be om hjälp med installationen – särskilt när det gäller att aktivera antivirusprogram, brandväggar och automatiska uppdateringar. En trygg start gör stor skillnad.

Under åren har föreningen byggt upp en omfattande verksamhet inom IT-utbildning och digitalt stöd. Målet har varit att göra modern teknik mer tillgänglig och användbar för alla medlemmar.

Vi har tagit fram ett trettiotal presentationer och kurser med olika teman. Dessa har bland annat behandlat grundläggande funktioner i mobiltelefoner, surfplattor och datorer, samt hur man laddar ner och använder appar och program i vardagen.

Stor vikt har lagts vid säkerhet och trygghet i det digitala samhället, exempelvis vid bankärenden och kontakter med myndigheter.

Ett starkt lösenord är en grundläggande säkerhetsåtgärd, och det bör helst inte vara något som är lätt att gissa, som födelsedatum eller namn på barnbarn.

Tvåfaktorsautentisering är också ett effektivt sätt att förhindra obehörig åtkomst, särskilt för tjänster som BankID, e-post och sociala medier.

Vi har också arbetat med bildhantering, lagring av foton samt hur man använder olika former av sociala medier för att hålla kontakt och dela upplevelser.

Verksamheten har präglats av ett praktiskt arbetssätt, där deltagarna fått stöd utifrån sina egna behov. På så sätt har många medlemmar fått ökad digital trygghet och möjlighet att delta aktivt i dagens samhälle.

För den som känner sig osäker är det klokt att ta hjälp av någon man litar på, eller använda tjänster som erbjuder stöd för seniorer. Att skriva ner viktiga instruktioner på papper kan också vara ett bra sätt att hålla koll på lösenord och inställningar, särskilt om man inte är van vid att navigera digitala menyer.

Pargasiternas IT grupp jobbar med att hjälpa pargasiter med telefon och datorproblem.



FÖRENINGENS SYNLIGHET – Seniorföreläsningarna

Seniorföreläsningarna ordnas som ett samarbete mellan vår förening och Kombi. Det är vi pargasiter som föreslår föreläsarna. Vi har under årens lopp upplevt många intressanta författare, journalister, reportrar och experter, också lokala, har öppnat nya områden för oss. Nedan några exempel på intressanta föreläsare.

Äter kloka människor fisk?

Kari Ranta-aho

I dagens samhälle förekommer mycket varierande informationsflöde om fiskets hållbarhet. Hur vet man vad man ska tro på? Hur styrs fiskerihushållningen, fritidsfisket och fiskerinäringen i Finland? Vad påverkar fiskbestånden och hur sköts våra fiskevatten? Föreläsaren försöker ge en bred bild av helheten, och väcka diskussion om hållbarheten.

Yttrandefrihet – världens mest missförstådda frihet!

Susanna Landor

Rubrikens frågeställning väckte en välkommen diskussion och med att den är synnerligen relevant idag då retoriken tycks hårdna dag för dag. Det verkar ibland som om grundläggande etiska lärdomar har glömts bort och sociala medier skulle ge oss friheten att säga precis ”vad spottet för i mun”.

Kvinnor som nästan hade fallit i glömska

Pia Heikkilä.

Anna Brännström och Anna Bondestam, två finlandssvenska kvinnor som utförde anmärkningsvärda gärningar inom sina olika samhällseliga områden. De var samhällsaktiva under en tid då kvinnor ännu inte var fullt accepterade i offentligheten. De har i stort bidragit till kvinnors möjligheter att påverka.

Ukraina behöver vår hjälp – nu mer än någonsin!

Magnus Londen

Vi fick höra om Magnus Londens resor till Ukraina. Hur den första resan påverkade honom och hur den kom att leda till biståndsprojektet ”Karavanen till Ukraina”. Insamlingen som även Pargas pensionärer tog del i!

Tjo, Hopp och Kärlek - Om maten, mammorna och mig

Thomas Lundin

Thomas Lundin är känd för sin varma personlighet, sin humor och sin närhet till publiken, och i *Tjo, hopp och kärlek* lyckas han fånga just den tonen. Resultatet blev en lättsam, charmig och samtidigt eftertänksam berättelse om livet.

Vi ser fram emot intressanta föreläsningar även i framtiden.



PARENTESEN – vår egen tidning

Parentesen har redan över 20 år på nacken och har gått från Infoblad till Tidning! Läsaren undrar kanske, varför tidningen heter Parentesen?

Pirkko Karrento, som var med då det begav sig, berättar att informationsbladet skulle heta Parentesen och ges ut i samband med månadsträffarna. Tidningens uppgift var att bringa läsaren ett litet förnöjsamt inskott i vardagen. Därav namnet.

Detta var upptakten till Parentesen.

Då Parentesen såg dagsljus år 2004, var den ett enkelt informationsblad.

Information var viktigt eftersom de digitala plattformar vi idag är vana vid, ännu inte sökt sig in i föreningsvärlden.

I starten gav Parentesen läsaren föreningsinfo.



Hur utvecklades Parentesen?

Redan följande år, 2005, insåg man att Parentesen kunde vara något mer och redaktionen med **Stina**

Engblom Colliander i spetsen byggde upp ett ”månadsblad”, med artiklar om och för oss, pensionärerna i Pargas.

– Föreningsmedlemmarna skrev bidrag till tidningen för vi ville fram för allt publicera egna berättelser, barndomsminnen, livshistorier och reseskildringar, berättar Stina.

Tekniskt var infobladet kopierat på färggrant papper med text och bilder i svartvitt.

Redan tidigt fanns Händelsekalendern, Ordförandens sidor och Resespalten med.



2014 var det dags att förnya och förenhetliga layouten på Pargasiternas infoblad.

Redaktionsteamet bestod då av Stina Engblom Colliande, **Mikael Reuter** och **Marianne Saanila**.

Den trehövddade redaktionen hade turvis ansvar för tidningen.

Tanken var att informationsbladet skulle bli mer lättsamt, innehålla dikter, tankvärt och vitsar vid sidan av minnen och hågkomster.

Från och med 2014 framåt hittas Parentesen digitalt, vilket medgav införande av bilder i tidningen.

Efter tolv år som informationsblad fick Parentesen sin nuvarande layout, förnyad av **Beni von Weissenberg**.

De övriga i redaktionen var då **Kristina von Weissenberg** och **Maria Simberg-Sörensen**.

Innehållsmässigt kom dikterna, aforismerna och vitsarna att få mindre utrymme.



Tidningen var inte heller längre ett utpräglat infoblad för Pargasiterna, den printades nu i form av ett häfte, vilket gav ett mer professionellt intryck.

Den tidning som pargasiten idag kan läsa efter utgivningen till månadsträffarna är till det yttre rätt lika.

Vi har tagit bort innehållsförteckningen på pärmen för att till fullo kunna njuta av Fotoklubbens pärmbild.

Insidorna är omstrukturerade så, att "Ordförandens spalt" eller "styrelsen informerar" hittas på insidan av pärmen. All information om föreningen hittas längst bak.

Målet med tidningen är detsamma som förut. Redaktionen vill publicera artiklar om intressanta personer, medlemmarnas egna anekdoter och berättelser, dagsaktuella teman, hobbygruppernas evenemang, intressebevakning, informationsteknik vid sidan av resor och andra aktiviteter.

Fotoklubben har uppdraget att till varje nummer leverera en pärmbild i anknytning till månadens tema passande pärmbild. Den har även tidningens baksida till sitt förfogande!

I detta sammanhang är det värt att notera, det faktum att enbart tre lokala pensionärsföreningar har en egen medlemstidning. Pargas är en av dem förutom Mariehamn och Korsholm.

Vi är stolta över att vara en av dessa föreningar som klarar av att varje månad kunna ge ut en egen tidning.



Undrar någon varför vi kallas pargasiter?

Kanske någon av läsarna har undrat varför vi i pensionärsföreningen kallas Pargasiter. Ja, många namn i Pargas börjar med förstavelsen Par eller Pargas så inte är det väl så konstigt med en slutstavelse som -iter heller.

Men gott folk, det ligger nog något djupare i namnet.

Så här skrev Henning Laurén i oktober månads Parentesen år 2006:

”Pargasiten är en järn-magnesium-aluminium rikt silikatmineral som förekommer i kalksten som utsatts för högt tryck och hög temperatur.”

Det är precis detta som skett med kalkstenen i Pargas och pargasiten bildats inuti kalkstenen. De här gröna eller svarta insprängningarna är bara 3-10 mm stora. Den vi har att tacka för pargasiten är mineralsamlaren och Finlands generalguvernör Fabian Gotthard Steinheil. År 1814 påträffade han dessa mycket sällsynta kristaller i Pargas och gav dem namnet pargasit eller pargasiter. Idag är det mycket sällan man påträffar mineralet i gruvan.

”Säkrast påträffas pargasiten bland pensionärerna i Pargas”, konstaterade Henning så fyndigt.



Och vad är kopplingen till pensionärerna?

Under Stina Engblom Collianders tid som verksamhetsledare växte vår förening med rasande fart. För att en förening skall kännas som ens egen, bör den ha ett namn som beskriver gemenskapen och tillhörigheten. Det förstod Stina och föreningen utlyste en tävling där man fick in 34 olika förslag på namn. I parentesens januarinummer år 2006 kan vi läsa:

OBS! OBS! OBS!

Vi utlyser härmed en tävling om ett bruksnamn för vår förening lagom till jubiléet. Officiellt kan vi heta Pargas svenska pensionärer r.f., men det skulle vara trevligt med ett smeknamn, något i stil med Nagus "Festingarna". Skriv förslag och lämna in dessa vid februariträffen, 15.2. Pris utlovas.

Bland inlämnade förslag kan vi bl.a. läsa, Alerten, Energia, Pardon, Illern, Parasiterna, Gamylerna, Fossilerna, Sengångarna, Kalkisarna, Toppskiktet, Parakiterna, Gemenskaparna, Vi-sittarna, Enigheten, Otiumgänget och många fler, samt Pargasiten så klart. På majträffen 2006 kom Alerten på tredje plats, Kalkisarna på andra och Pargasiten fick mest röster och efter det har vi rätt att kalla oss pargasiter!

PS Kanske ni redan har räknat ut att det var Henning Laurén som vann.

Till slut Bästa Pargas Svenska Pensionärer

Sedan ett par galna dagar vistas jag här i Utopien. Vår stödgrupp flög dit med Lillandets förnyade regionalplan. Vi anlände försenade till flygplatsen Nödlanda. Den sista gula tuggbussen in till stan hade gått när vi kommit igenom årtullen.

En bykpojke hyrde månadscyklar till oss. Vi cyklade längs Bättringsvägen som var full av smilgropar in mot kapstan. Efter 6 km var vi tvungna att hålla en menopaus. En och annan mobil passerade. Aerosolen sken varmt. Vi passerade ett område med eländiga kroppshyddor. Efter ytterligare några km var vi framme i eldstaden som visade sig likna en stor vindby. Vi inkvarterades i sk. hjulhus. Ganska enkla byggnader med endast ett stort tomrum. Mitt på golvet ett fribord och runt det takstolar. En finare domstol i bordsändan. Längs långsidan en drivbänk och en gurksäng. I ena hörnet ett stetoskop för kläder. Jag stupade i säng.

Det är svårt att förstå vad folk säger. Urinvånarna - förlåt - ur-invånarna talar ett bortglömt burspråk med ovanliga o-ljud. Endast borgmästaren bor i ett luftslott och har stadens enda Tjernobil. Andra bor i hjulhus eller i uthackade bihålor i sandstenen. De flesta rider på apostlahästar. Resten är ute och cyklar.

Kvinnorna är klädda i bärsärkar av kjoltyg. Ofta bär de vackra alptoppar och en amerikansk långschal. Männen går i adamskostymer sydda av fartyg. De har i regel tändhattar på huvudet och kabelskor på fötterna. När det någon gång regnar använder man skitstövlar och daggkåpor.

Vid stranden finns en lång åsnebrygga som går ut i vattnet. Vid den ligger robotarna som fiskarna använder. Fisket har en stor huvudroll. Ungdomen sysslar med röstfiske. Man använder olika slag av alfabeten. Männen fiskar med sendrag och internet. Fångsten består mest av kufisk, korthaj och tonsill. Har man tur kan man fånga en snuskhummer. Då fångsten levereras skuffas de fullastade robotarna med långa bråkstakar över grundvattnet ut till kyrkskeppen ute på redde.

På stranden rådde ett rikt fågelliv. I canvasen gömde sig en Åland och en trycksvärta.

Glasstrutar och brudtärnor flög omkring. Mittbenor och sprinterlöpare plockade örön-musslor och latmaskar bland betongen. På en skoklack satt en skenskarv och torkade vingarna. Jag såg också den sällsynta andtruten, och stearinljusen som fiskade. En flock skosulor dök ner mot en stor decimalvåg.

På vägen "hem" såg jag en spannmålstork som fångade språkgrodor. En uppsnappare gjorde utfall mot några nödbromsar. En sprätthök gömde sig bland avträden, och högt uppe kretsade en monogam på stela vingar. En katafalk ryttlade och spejade efter en Primus. I läxboken sjöng en fönsterhake.

På kvällen hade grannen en stor sätesbjudning. Grannens brysselspets skällde då jag kom. Men det var inte på mig utan för att skrämma slitvargen och sågbocken som kommit in på hans förgård. Till mitt hjulhus hör en liten andtäppa. Jag skall snarast skaffa mig en morsgris och några tidningsankor. Dessutom borde jag plantera lösmynta skonert och kvadratrötter. Och så busfrön. Bara inte vippstjärten och kontrasten äter upp alltsammans. Kanske borde jag själv skaffa mig en sparbössa för att också skrämma bort långreven som jag sett stryka omkring. Solkatten, som är en riktig jamare, är ingen rädd för. Hon är en hare!

Måltiden serverades på minuten. Automaten bestod av pålstek, snömos och verktygslåda. Panelhöna med tillägg hade också gjort sig bra. Middagen avslutades med boulage, (uttalas "bolache") kvalite(t) och moderkaka.

Det började skymma. Kaffegöken hade tystnat. Jordmånen gick upp. En tenorsångare sjöng, och uppskärren lät höra sittspinnande läte. På torget helt nära min boning hade en grupp fyllkajor samlats. En ensam hugsva med stora nejonögon satt på kafferepet som var spänt mellan en filigran och husets hetvägg där en järnspekt börjat hacka ett bohål. Hej från mej,

Henrik Wrede

PS. Jag skall ta ett glas omsider och en sårskorpa innan jag säger "tack för idag och må väl"

Lite Fakta om oss

Vårt medlemsantal per 2026 är 473 personer, varav 60 % är kvinnor och 40 % män.

Vår nuvarande styrelse



Per-Olof Nordin, Kurt Lundström, Pia Rantanen, Kaj Johansson, Monica Johansson, Maj-Len Bergman, Annica Forssell, Monika Avellan, Carl-Gustav Nygårdas bakom kameran.

Våra ordförande genom tiden:

Martin Söderholm	1976-1979
Bertel Lundström	1979-1985
Jutta Christiansen	1985-1991
Per-Olof von Weimarn	1991-1994
Georg Uppman	1994-1996
Jutta Christiansen-Laurén	1996-1999
Leila Mitts	1999-2004
Stina Engblom Colliander	2004-2009
Jan-Erik Bergquist	2009-2016
Mikael Reuter	2016-2022
Gunnel Jansson	2022-2025

Våra hedersmedlemmar är

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

Pargas svenska pensionärer rf

Medverkare: Pia Rantanen (huvudredaktör för skriften), Marianne Saanila och IA Norring Nyström (korrektur), Gusse Laurén, Marcus Duncker, Maria Simberg-Sörensen, Stina Engblom Colliander, Johan Nyberg, Per Österman, Kurt Lundström. Inlägg utan författare är redaktörens.

Pärmbild: AI-bild

Tryck: 2026 Tuulan pika-offset Oy