

## SWEA bladet, Oslo nr. 2 2006 årg. 14

Adress:  
Postboks 2549 Solli, 0202 Oslo

[www.chapters-swea.org/oslo](http://www.chapters-swea.org/oslo)

### Ansvarig utgivare:

Katarina Silfverskiöld tel. 22 14 28 85

### Redaktör:

Maria Christophersen Hielte tel. 22 52 52 15

### Redaktion:

Sylvia Söderman Fosdahl, tel. 66 84 93 16

Maud Wester, tel. 67 12 34 30

Layout: Inger-Johanne Engen tel. 22 23 21 00

### Annonserpriser:

Sv./v. Färgannonser baksidan:

1/1 sida: 190x260 mm	(måste vara i färg)
1.200 kr	helsida 3.000 kr
1/2 sida: 650 kr	1/2 sida 1.600 kr
1/4 sida: 400 kr	1/4 sida 850 kr
visitkort: 250 kr	visitkort: 650 kr
dubbelt pris i färg.	

Vid beställning av annons i två på varandra följande nummer lämnas 15% rabatt på båda annonserna. Observeras att båda annonserna måste beställas samtidigt samt att rabatten dras vid betalning av faktura nr. 2.

Annonser lämnas till sponsransvariga som färdiga original d.v.s. elektroniska filer lagrade i format som t.ex. JPG, EPS, TIF eller PDF. -skickas över Internett eller på CD-rom

Upplaga: 400 exemplar

Manusstopp för nästa nummer: 12. april 2007

Omslagsbild & baksidfoto: Sylvia Söderman Fosdahl

## Styrelse för SWEA-Oslo

### Ordförande

Katarina Silfverskiöld  
T +47 22 14 28 85  
M +47 99 70 62 32  
[sweaordf@gmail.com](mailto:sweaordf@gmail.com)

### Vice Ordförande

Kristina Arntyr  
T +47 66 77 75 51  
M +47 92 49 24 26  
[sweaviceordf@gmail.com](mailto:sweaviceordf@gmail.com)

### Mötessekreterare

Camilla Olsson  
T +47 22 20 34 99  
M +47 47 60 79 67  
[sweasekr@gmail.com](mailto:sweasekr@gmail.com)

### Skattmästare

Inger Andersson  
T +47 66 99 58 00  
M +47 93 00 76 82  
[sweakassor@gmail.com](mailto:sweakassor@gmail.com)

### Medlemssekreterare

Tillförordnad  
Katarina Silfverskiöld  
[sweamedlem@gmail.com](mailto:sweamedlem@gmail.com)

### Sponsring/PR

Mette Synnerström  
M +47 47 35 54 43  
[sweasponsor@gmail.com](mailto:sweasponsor@gmail.com)

### Programansvarig

Anna Løken  
T +47 31 28 31 24  
M +47 990 27 064

### Anja Sjögren

T +47 66 98 85 62  
M +47 92 48 63 06  
[sweaprogram@gmail.com](mailto:sweaprogram@gmail.com)

### Redaktör

Maria Christophersen  
Hielte  
T +47 22 52 52 15  
[swearedaktor@gmail.com](mailto:swearedaktor@gmail.com)

### Redaktionskommité:

Inger-Johanne Engen  
T +47 22232100  
M +47 93265880  
[i-jengen@online.no](mailto:i-jengen@online.no)

### Sylvia Söderman Fosdahl

T +47 66 84 93 16  
M +47 97 54 94 93  
[fosdahlr@online.no](mailto:fosdahlr@online.no)

### Maud Wester

T +47 67 12 34 30  
M +47 41 90 67 67  
[maudwester@netcom.no](mailto:maudwester@netcom.no)

## ORDFÖRÄNDENS RADER

Sitter här vid pc:n och känner mig så där behagligt trött som man gör när man varit med om nåt roligt! I går kväll hade vi höstens träff för nya medlemmar och nästan 20 st nykomlingar plus 11 "gamlingar" åt, pratade, skrattade och hade det allmänt trevligt! Kort sagt, det var verkligen kul! Så i skrivande stund är vi nu uppe i 174 st medlemmar och det kan vi väl säga oss nöjda med så långt, eller hur?!

Klart att vi får ett och annat lyxproblem av så många medlemmar. Bl a så ser det just nu ut som om vi inte kan få plats med alla som vill gå på årets julbord. Men vi jobbar med en lösning och när ni läser detta så vet vi hur det gick. Fast sanningen är att detta problem kan komma igen, så om det är någon programpunkt ni är extra intresserade av så vänta inte till sista sekund med att anmäla er. Det kan vara fullt!

Bortsett från det så är det bara kul att vi växer så mycket! Många nya, entusiastiska medlemmar i alla åldrar, och medelåldern kryper neråt fort! Så fort att vi nu har fått en egen mamma-barn grupp som komplement till bokcirkeln som funnits i några år.

Att vi växer fort har säkert en sammansatt förklaring men en stor del av äran är jag övertygad om att ni som medlemmar tillsammans med vår alltid entusiastiska styrelse ska ha! För om det inte vore så trevligt på alla våra sammankomster så skulle det inte sprida sig så fort att "SWEA - det är kul det!". Och det gör det nu! Så medlemmarna fortsätter att strömma in och dessutom börjar flera, tidigare medlemmar att komma tillbaka. Och bättre reklam än så kan vi inte få!

Så var det RM - regionmötet för Europa - som var i Berlin i mitten av oktober. Meningen är ju att jag här ska rapportera om allting som vi lärde oss där nere och alla nya tips som vi fått. Det blir inte enkelt! Denna gång var det nämligen SWEA Oslo som visade framfötterna. Vi är den avdelning som växer snabbast och som just nu sjsätter flest nya idéer. Så nu ville de andra höra om oss och lära av oss. Kanske vi kan säga som president Franklin D, Roosevelt gjorde i 1942, "Look to Norway"?! Så var stolta över SWEA Oslo, det förtjänar vi!

Naturligtvis var det diskussioner om hur vi kan föra SWEA vidare in i framtiden och vilka eventuella förändringar som måste till för att anpassa föreningen till utvecklingen. Men några konkreta resultat kan det inte bli av detta under ett RM eftersom denna typ av frågor måste bestämmas av hela föreningen tillsammans, dvs. på världsnivå. Men tankarna och idéerna börjar komma och förhoppningsvis finns det mer att berätta efter VM - världsmötet - i Amsterdam som är i april 2007. Eller så kan ni följa med dit, då blir det ännu mer skoj!

Så hur var då RM för övrigt? Det var kul! Visserligen satt jag i en massa möten de första dagarna men jag har sällan skrattat så mycket, så ofta och så länge. Tårarna rann - fint med vattenfast mascara, tyckte några! -, käkmusklerna fick kramp och en gång höll jag till och med på att falla av stolen av skratt. Så jag måste nog erkänna att det var en massa kul mitt i allt arbetet!

Efter själva RM i Berlin så följde jag med på den av efterresorna som gick till Dresden, och det kan ni, som vill, läsa mer om längre fram i bladet.

Här var det meningen att vi skulle lista upp alla de fördelar som man får genom ett SWEA Oslo medlemskap, men efter att ha börjat skriva ner allting blev det för omfattande - så många förmåner finns det! Så de kommer också på en egen sida längre fram i bladet.



Trevlig läsning och så ses vi i vår!

Katarina

## REDAKTÖRENS RADER

Nytt i detta nummer är en Kulturkalender med tips inför kommande säsong när det gäller teaterföreställningar, konserter, föreläsningar mm. Det är Maud Wester som tar sig an denna kolumn. Tipsa henne gärna om intressanta arrangemang. Deadline för bidrag till nästa SWEA-blad som beräknas komma ut i maj blir 12 april 2007.

Maud står också för större delen av textinslagen i höstens nummer som har som tema Kvinnor och Hälsa. Kontentan är att det hittills alltid har varit män som stått i fokus när det gäller undervisning, forskning och behandling av både psykiska och fysiska sjukdomar. Man har helt enkelt inte tidigare vetat (eller brytt sig om?) att kvinnorna som utgör mer än över hälften av mänskligheten har så olika symptom och behov, än den övriga delen, dvs männen, som är mer klarlagda. Här presenteras några exempel på hur synen håller på att förändras. Centret för genusforskning vid Karolinska Institutet i Stockholm och ex-nattklubbsdrottningen Alexandra Charles med sin 1,6 miljonerklubb står för två framgångsrika svenska insatser att belysa kvinnors hälsa. Läs också om vad du själv kan göra, - eller se upp med. Skillnaderna finns där redan från födseln, och nu börjar man ta ansvaret för att bägge könen får sin chans.

Som vanligt är Sylvia Söderman Fosdahl bildansvarig



och även fotograf av omslagets vackra höstbild.

Inger-Johanne Engen har i vanlig ordning försökt få våra olika bitar på plats i snygg sättning. Från våren hoppas vi att hon vid behov kommer att kunna få layout-avlastning i och med vår nya medlem Ingela Grönlund, som kan tänka sig att steppa in när det behövs.

Redaktionen tar tacksamt emot bidrag till vårens nummer. Redan nu kan vi annonsera att vår nya SWEA-medlem Kerstin Andersson Løvoll, som arbetar med organisationspsykologi, har lovat att genom en artikel ge oss tips på hur man i en hektisk vardag kan tackla den stress och utbrändhetsrisk som vi i dagens samhälle blir utsatta för; hur vi genom att bli mer medvetna kan styra våra liv bättre. Finns det fler än jag som gärna skulle vilja bli med i en månatlig diskussionsgrupp, så tror jag att vi kan övertala Kerstin att leda en sådan. Själv har jag ju också traumatisk erfarenhet av att bli mobbad pga varslning, (se nr 2, 2005), och vet hur mycket det kan betyda och lätta på trycket om man kan få prata om problemen med andra som kan förstå.

Till sist vill jag bara presentera mitt fotografi taget under höstens första styrelsemöte i augusti som visar på en gemytlig stämning. Från vänster till höger ser vi Kristina Arntyr, Mette Synnerström, Camilla Olsson, Christina Lauritzen Lööf, Katarina Silfverskiöld, Anna Løken, Anja Sjögren och Inger Andersson i full diskussion runt höstens och vårens programförslag.

*Maria*

Ps. En liten optimistisk blänkare:

"Global uppvärmning kan visa sig att bli den alltöverskuggande krisen som bringar mänskligheten samman till ett gemensamt lyft och en framtid som vi alla kan leva med".  
(Elisabet Sahtouris, evolutionsbiolog)

### Programpunkter första halvår 2007

**Här kommer ett axplock av det som kommer i programmet nästa halvår.**

- Sing á long-kväll - Sound of music, hemma hos vår Swea Kristina Arntyr den 17/1.
- Årsmöte den 8/2 kl.18.00.
- Ev ett museumsbesök.
- Norsk-Svensk Förening bjuder in Sweor med familj till Familjesöndag på Voksenåsen den 18/3.
- Någon tur med guide i Oslo.
- Valborgsfirande med lax och dillstuvad potatis.
- En nyträff för alla nya Sweor.
- En kväll med Swean Ylva Vormedal-Sjöström som berättar om sitt bokprojekt, "Den magiska resan i myternas värld" den 24/5.

- En Rosévinkväll 9/5 med vår egen Swea, Annika Groven.
- Sommarmiddag i juni, på en restaurant i Oslo.
- Norsk-Svensk Förening bjuder in Sweor med familj till Midsommarafton på Voksenåsen den 22/6.
- Träff på Hotel Bristol sista måndagen varje månad kl. 18.00.

Vi har inte alla detaljer och alla programpunkter klara nu men det vill komma ett mer detaljerat program senare. Förändringar kan hända! Detta är några smakbitar!

Vi vill önska er alla en GOD JUL och ett GOTT NYTT ÅR och hoppas vi ses nästa år!

Närmare information kommer per post och på SWEA-Oslos hemsida : [www.chapters-swea.org/oslo](http://www.chapters-swea.org/oslo)

## SWEA-Oslos nya PR/Sponsoransvariga, Mette Synnerström presenterar sig



Jag flyttade från Malmö till Oslo tillsammans med min man Andréas och våra två barn, Albert (3 år)

och Frida (snart 1,5) i december förra året, och gick med i SWEA under våren. Under de första träffarna jag deltog på kände jag att det fanns otroligt mycket kunskap, kompetens och inte minst humor samlat inom SWEA, och efter en tid som hemmamamma kände jag att jag behövde engagera mig mer utanför hemmet, så när jag fick frågan om jag kunde tänka mig att bli PR/Sponsoransvarig så blev jag det.

Redan som liten flyttade jag mycket, jag är född i Uppsala men lämnade lärdomsstaden tidigt för att tillsammans med mina föräldrar och

syskon bo i ett antal svenska städer, från Haparanda i norr till Vänersborg något längre söderut. Min studietid tillbringades i Lund, och sedan dess har jag hunnit resa, bo, studera och arbeta i ett flertal länder i och utanför Europa. Denna kringflackande bakgrund till trots förvånade det mig lite att vi hamnade i Norge, kanske mest för att Norge inte riktigt kändes som utomlands. Men efter en inkörningsperiod som bevisade att vi visst hade flyttat utomlands så trivs vi nu kalasbra hela familjen, och avser att bli kvar ett bra tag framöver.

Mitt yrkesverksamma liv har mestadels utspelat sig i språkutbildnings- och resebranschen, jag har arbetat som språkreseledare, koordinator, kursansvarig och nu senast som grupp- och konferenschef. Utöver det har jag under många år arbetat ideellt för Barnens Hjälptelefon (BRIS), både som journaler och som journalansvarig, ett arbete som gett mig otroligt mycket.

Fritid har jag inte så gott om nu för tiden, men jag tränar gärna, läser mycket, trivs ute i naturen och försöker hålla mig uppdaterad på kultur-

fronten. Båda barnen gillar när det händer saker, så de är vana vid både skogspromenader, museibesök och olika former av mer eller mindre kulturella tillställningar (inte minst babycafé med sång i Margareta-kyrkan). Somrarna tillbringar vi helst på en ö i norra Bohuslän, och genom vår utlandsflytt har vi nu bara 15 mil att köra för att komma dit, jämfört med tidigare 45, så sommaren i år varade ända till i mitten på oktober. I vintras köpte jag längdskidor och målet för kommande vinter är att jag ska lyckas lära mig att bromsa ordentligt så inte varje skidtur blir ett äventyr. Även Albert har fått skidor, så förhoppningsvis blir det en hel del turer tillsammans framöver (om han inte åker ifrån mig förstås...).

Som sponsoransvarig i SWEA hoppas jag kunna medverka till att nätverket av kvinnliga svenska företagare förstärks, och gynnas, och jag blir självklart glad om det finns flera därute som vill bli sedda genom en annons i SWEAbladet, eller kan tänkas bidra med vinster till SWEAs otroligt populära lotterier!

### KULTUR - KALENDERN

#### Några tips för Oslo-säsongen 2007

##### Från scen...

*Oslo Nye Teater* öppnar på nyårsafton med en saker succé: **Spelman på taket**. Dennis Storhöi gör Terje som så gärna ville vara En rik man.

*Det Norske Teatret* lockar med Molières **Lärda damer** den 16/2 i svensk regi, Hilda Hellwig. Den 22/3 spelar man **Katt på hett plåttak** med vackra Ane Dahl Torp

*Oslo Konserthus* spår ut de stora klassiska namnen (**Mutter, Wienerfilharmonikerna, Bartoli**) med **Kris Kristofferson** den 21/3. I jazz-serien en afton med **Alfred Janson, Karin Krogh** och **Nora Brockstedt**, 8/3.

**Jerry Lee Lewis**-fans: missa inte 2/3! *Operan* fortsätter sin klassiska repertoar och utökar med säsongöppning av **Glada Änkan** den 18/4 och **Tosca** den 31/5. Missa inte en fantastisk balettkväll i perioden 3 - 9/2. Det är **4x Paul Lightfoot & Sol Leon** på återbesök

med fart och elegant humor.

*Oslo Spektrum* lockar de yngsta med **Disney On Ice**, prinsessfavoriterna, 16 - 21/1. De något äldre får sitt **Melodi Grand Prix 2007** den 10/2. Och ytterligare några kan dränka sin nostalgi hos **Dolly Parton** den 15/3 eller **Lionel Richie** den 10/4.

På *Voksenåsen* kan vi minnas den fine poeten och visdiktaren **Dan Andersson** i sällskap med Per Sandvik och Hans Östeng den 28/1. Och i Galleriet visar **Frans Widerberg** sin Nordlysutställning med tema "Aurora Borealis" från den 8/3.

##### ... och salong

*Nasjonalgalleriet* övertar från Stockholms Nationalmuseum en utställning som är på tre års rundvandring. Den visar **Nordens mest berömda landskapsmålare - inklusive August Strindberg**. Till sommaren fortsätter man med en samling av **Olle Baertlings** bilder. "En kanoniserad modern klassiker", som han blivit kallad.

*Kunstindustrimuseet* visar under mars-maj **Shanghai Museums** unika skatter från över 30 sekler, bl.a. en halvmeter-

hög krona i rent guld. Till sommaren fylls alla tre våningarna av en **Triennale med modernt glas och keramik**.

*Henie-Onstad Kunstsenter* på Høvikodden visar under vårmånaderna bl a **Meret Oppenheim** och **Per Kirkeby**. Från 18 maj kan man seden nyss bortgångne **Pontus Hulténs** egen sparsmakade samling internationell 50-talskonst, som nu vandrar Europa runt. Både Moderna Museet i Stockholm och Pompidou-museet i Paris har ju honom att tacka för sitt rykte.

*Deichmanska bibliotekets* olika filialer i Oslo har ofta roliga helgprogram för stora och små - följ med i dagspressen. På *Nasjonallbiblioteket* har man just öppnat en lekfull utställning, **TECKNE**, om allt vad teknologien har öst över oss under 1900-talet på områden som resa, fabrik och familj. Tänk bara på kvinnornas vardag med gamla tvättmaskiner, gramfoner, djupfryst och Mallorcaresor...

Maud Wester

## På spåren av en författare

### En SWEA-vandring i Ibsens Kristiania.

Text och foto: Maud Wester

Ibsen-året avslutade vi med att vandra mellan kända adresser i författarens stad. Sidsel Krokstad från Oslo guiden berättade om hans tre perioder i Kristiania, och lyckades klämma in hela hans liv och författarskap mellan platserna han markerat. Trettio Sweor hängde på med kropp och själ, öron och fötter. Sex kvart senare stod vi nedanför hans staty vid Nationalteatret och instämde med guiden i att den nog såg menlösare ut än människan själv (Fast själv tyckte Ibsen att Bjørnson mitt emot var ännu värre!)

”Tvertemot” var Ibsens sista ord 1906 (när sjuksköterskan svassat om att han såg så mycket bättre ut idag). Och då hade köpmanssonen från Skien glömt konkursen och familjeskandalen, glömt sina egna skamliga fylleår i fattigdom när han flyttade till 13 olika adresser på sju år och till slut tog emot en stipendiesumma från Bjørnstjerne Bjørnson. Han hade blivit en världsberömd författare och Oslos främsta turistattraktion. Man följde hans dagliga promenad från Arbins gate, via uret i universitetsfönstret, som han alltid stannade och kontrollerade, till bordet på Grand.

Vi gick exakt samma bana, förbi de kända citaten i gatstenarna som tagits ur hans dramer, och in i Grand Hotells restaurang. Första bordet till vänster innanför dagens ingång var hans, med ”Doktor Henrik Ibsen” på en mässingsskylt över. Där drack han sin Spassenbrenn-öl, specialbeställd av hotelldirektören, och sin snaps. Läste sina kontinentala tidningar och superbohemerna Hans Jaegers Impressionisten. Ingen mat, bara dryck.. På Per Krohgs tavla längst in i lokalen kan man se hela kultur-elitens kändisar från tiden, de som så gärna ville lyssna till Den Store. Innerst till vänster på bilden kommer Ibsen själv gående i sin diplomatrock och höga hatt och spatserkäppen, 154 cm hög med små steg. Men han ville helst inte tala med dessa obetydliga figurer, ibland flydde han in i Palmen.

Då hade han skrivit sedan klockan nio på morgonen. Prick klockan halv tolv lade han ifrån sig pennan, om så mitt i ett ord. (Då var det också lättare att komma igång igen.) Punktligheten var ännu ett sätt att hävda sig i det samhälle där han hela livet ville revanschera sig. På Arbins gate kom både hans skräddare, en massör och till sist avtalade han också med en barberare, varje tisdag och fredag klockan halv elva. Men då denne en gång var försenad, fick han order om att komma tillbaka nästa dag.

Våningen var den största och dyraste i huset med matsal för 22 personer, modernt bad och kök, egen ingång för författarens alla besökande och en balkong med utsikt till närmaste grannen: kungen. Kung Oscar hade f.ö. givit honom en nyckel till den delen av slottsparken. Och äntligen hade också hustru Suzannah flyttat tillbaka efter långa uppehåll på tyska kurbadsanstalter. Där hade ingen liten 17-årig pianist varit med och inrett, som på den tidigare adressen vid Victoria Terrasse. Nu, femton år senare, blev lilla Emilie portförbjuden, av Ibsens son

Sigurd. Fast i ett av breven till henne säger Ibsen att han hade hennes bild i skrivbordslådan och såg på den varje dag. Suzannah passade bara på att det var där han satt, dag efter dag, det var hans uppgift. På Arbins gate tillkom de sista stora dramerna om kampen mellan sanningsskravet och livslögnen. (Läs ett av citaten i gatstenen på Karl Johan - Tar du livslögnen fra et gjennemsnittsmenneske...!)

På 70-årsdagen hyllades han på balkongen av hela folket, t.o.m den store Bjørnson kom på visit. Men de sista åren slöt han sig i tystnad, tre hjärnslag hade gjort att han knappt kunde varken skriva eller tala.

I våningen under Ibsens, mot Drammensveien, ligger idag resturangen La Rosa Magra. Namnet är ingen tillfällighet, det hette favoritrestaurangen i Sorrento där Ibsen satt sommaren 1879 och filade på sitt Dukkehjem. Vårdshusvärdinnan Rosa var inte särskilt mager, men han fick väl med sig några Tarantellatoner. Och ett världsrykte i en kvinnosyn på Nora som alltid är aktuell i diskussionerna.

När Ibsen slog sig ned för gott i Norge - norsk mat hade han länge fått sig tillsänd i Tyskland, men naturen saknade han alltid! - så hade Kristiania blivit en storstad. Slottet, Universitetet, Karl Johan, Grand Hotel, och järnväg så han kunde ta sig till de vackra platserna landet runt.

Men Ibsens Kristiania var en tystare stad än dagens Oslo. Märkte vi där vi fick trotsa spårvagnar och bussar, bilar och ambulanser och röda Gå-gubbar för att hänga med vår guide i spåren.

Vår vandring gick inte till Trefoldighetskyrkan där den mäktiga begravningen hölls 1906, inte heller till den rena granitstenen på Vår Frelsers gravlund, vi fick inte ens en Ibsenkaka på Grand. Men när vi avslutade i skuggan av statyn vid Nationalteatret i den fuktiga höstsökymningen, hade vi fått en spännande inblick i människan bakom.



Swea-skarans samlades kring guiden, Sidsel Krokstad på Victoria Terrasse

## Fördomar och illusioner.

I september 1988 kom jag till Norge för att arbeta ett år som biomedicinsk analytiker på Mikrobiologisk avdelning, Ullevål sykehus. Mina fördomar och förutfattade meningar om Norge hade jag naturligtvis med mig i bagaget. Sexton år tidigare hade jag gått en treveckors datakurs i Oslo. Då bodde jag på hotell Viking nere vid Oslo S, det som nu heter Clarion Hotel Royal Christiania. Radion på hotellrummet hade endast en kanal och från den strömmade klassisk musik av den allvarligare sorten. Jag var säker på att någon framstående person var död och att denna sorgemusiken bara skulle vara en dag. Men där tog jag fel. Sorgemusiken fortsatte hela veckan!

Den gången var jag väldigt ung och hade just inga förutfattade meningar med mig i kappsäcken. Jag hade heller inte förberett mig på vad Oslo hade att bjuda på och skam till sägandes såg jag varken Vigelandsparken, Vikingskipmuseet eller Holmenkollen. Istället blev jag glad över att det fanns en H&M affär på Karl Johan och eftersom det var första gången i mitt liv som jag bodde på hotell, så njöt jag av det lyxiga livet och beställde upp både drinkar och smörgåsar på rummet, ovetande om den saftiga räkningen som skulle drabba mig vid utcheckningen.

Sexton år senare bar jag in mina väskor på Cederholms hybelhus på sjukhusområdet. Sju kvadratmeter med möbler anno trettioital. Fjorton personer delade två duschar och ett kök. Kunskapen om Norge var begränsad trots tidigare vistelse här. Egentligen var det bara en sak jag var säker på: Norrmän går på tur. Det fick jag bekräftat bara av att se på människorna ute på stan. Alla gick med fina fritidsjackor, ryggsäckar och joggeskor. Som om dom alltid ville vara beredda på att dra upp i Marka och vandra. Om jag endast hade bott i Norge denna hösten och vintern hade jag naturligtvis åkt härifrån med en ny insikt. Jag skulle ha sagt till vänner och bekanta, att norrmän är så turintresserade att de går klädda som om de precis är på väg ut i naturen. Nu efteråt vet jag ju att det var modet de åren.

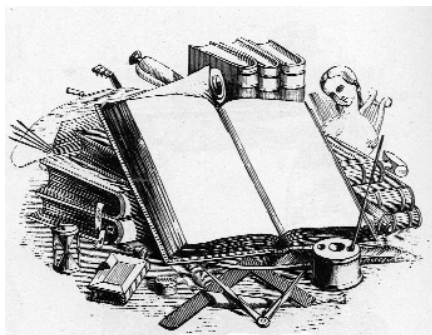
Något som jag verkligen saknade var de svenska varuhusen. Att det var möjligt att gå in på ett ställe och få tag i allt du kunde önska dig. Allt vad du kan tänkas behöva i hemmet. Jag vet inte hur många affärer jag var in i för att få tag på en klädborste. Jag retade mig på ett system som jag ansåg vara utdaterat och gammeldags. Idag bor jag på St Hanshaugen och nu är jag glad över varje liten specialbutik vi får behålla. På ett köpcenter sätter jag ogärna min fot.

Jag har en känsla av att det vanligaste uttrycket vi svenskar använde när det gällde att beskriva olika fenomen i Norge var ordet Gammeldags. I det moderna, framtidslandet Sverige hade ju de flesta specialaffärer försvunnit redan på sextioalet. I Norrbotten fick vi plastinpackat bröd bakat i Skåne. Nog kommer jag ihåg protesterna de första åren men det var som om moderniseringsståget inte gick att stoppa. Det var mest rationellt och effektivt att baka brödet i Skåne även om kvaliteten blev avsevärt försämrad. Här fick man fortfarande färskt bröd varje dag. Vi svenskar var nog säkra på att också detta skulle förändras. Det var bara det att i Norge hade man ännu inte kommit så långt som i Sverige. Man var som sagt lite gammaldags.

Att vara trendig och modern idag kan kanske lika gärna vara en konsekvens av att ha varit lite "gammeldags". När vi reser till Italien går vi gärna in på en av dessa mycket traditionella charkbutiker och köper med oss lite parmaskinka. Gärna "fatto al mano", dvs. skuren för hand. I Italien har dessa små butiker aldrig rationaliserats bort. Man har hållit på traditionerna och när det gäller att bevara mattraditioner ligger väl Italien på första plats. Nu har de sin egen "slow food movement". Mycket modernt, mycket trendigt. Vi tycker väl alla att det är charmerande. Vi vill gärna uppleva något som är annorlunda när vi åker på semester. Det ger den där extra lilla kryddan. Ordet gammeldags reserverar vi för våra grannländer. Som verkligen borde ha kommit lika långt i utvecklingen som det moderna fosterlandet.

*Ann-Gerd Simu*

**Böcker** kan vara ingångsport för många intressanta diskussioner och samtal.



Tycker du om att **läsa**?

Har du lust att **diskutera** böckerna du läst?

Samt prata om stort och smått med andra svenska kvinnor.

**Kom med i vår läsecirkel!**

Vi träffas en gång i månaden hemma hos varandra.

Huset behöver inte vara städat.

Serveringen är enklast tänkbara (te/kaffe med kex/skorpor).

Eva, Charlotte, Beryl, Maria och Ann-Gerd önskar dig välkommen.

**Ta kontakt** med Ann-Gerd. Epost: a.simu@online.no

# KVINNOR OCH HÄLSA

Vårt tema för detta nummer, visar hur slentrian och tradition länge styr forskning, utbildning och vård kring ett enda kön. Ett par svenska initiativ visar nu vad vi, det andra könet, kan börja se upp med.

Text: Maud Wester

## Mannen är mallen - hittills

Genusmedicin är ett ganska nytt begrepp som under år 2006 öppnat en del ögon inom medicinsk forskning och vård. Det utarbetas nu en manual för läkarna att tillämpa bland de två kön de dagligen behandlar. Det införs också redan på utbildningsstadiet tilläggskurser om skillnaderna mellan män och kvinnor i samma sjukdom. Symptom och behandling i realityvärlden alltså, snart kommer det kanske leda till att genus-skillnaderna uppmärksammas också högre upp i samhället.

Praktisk tillämpning, forskning, uttolkning och dialog. Lagstiftning, resursfördelning, planering. Styrning av utbildning, program och projekt. Sjukhus och läkemedelsindustrin – allt kommer så småningom att behöva påverkas för att man nu äntligen inser att man och kvinna blir sjuka på olika sätt i samma sjukdom.

På Karolinska Institutet i Stockholm grundades redan 2001 världens första Centrum för Genusmedicin där chefen heter Karin Schenk-Gustafsson. Hon har

själv forskat på hur olika män och kvinnor reagerar efter en hjärtinfarkt. För lite forskning på kvinnohjärtan ger för lite kunskap hos läkarna. De vet helt enkelt inte hur de ska behandla kvinnor. Hennes rapport till Socialstyrelsen visar att vården fortfarande är orättvis. Kvinnor med hjärtsvikt får mer sällan ACE-hämmare än män. Kvinnor med högt blodtryck får en annan medicinsk behandling, ofta för att man vet mindre om deras symptom. Bl. a. har det ansetts dyrt och besvärligt att forska på kvinnor, eftersom de ju menstruerar och kan vara gravida eller ha klimakteriebesvär... Så mannen är mallen, hittills.

Centret för genusmedicin har som mål att bli en modell för Europa och resten av världen. Man samarbetar redan med vårdinrättningar och institutioner i Stockholm, New York och Berlin.

På världskongressen i genusmedicin i Berlin föreläste man bl a om alla jämlikhetsmål som nu ska genomföras bland universitetens läkarstudenter, bland praktiserande läkare och bland samhällets beslutsfattare.

Läkarstudenten Paulina Arntyr, som deltog på Berlin-kongressen, rapporterar om studier på andra sjukdomar och utbildning i ett mera genusmedvetet förhållningssätt. I Afrika har det varit sociala eller politiska skäl till särbehandling. En australisk forskare hade infört obligatorisk kurs i genusmedvetenhet i läkarutbildningen, liksom också många europeiska länders universitet.

Ordföranden i Medical Women's International Association berättade om hur man infört genusperspektivet inte bara i läkarutbildningen men också i mötet läkare/patient. Vad ger hon/han för information? Hur uppfattar läkaren det?

En student från Umeå, G. Risberg, framhöll hur könsrollsfördomar och tradition påverkade handläggning och diagnostik av manliga resp kvinnliga patienter. Hon hade utarbetat en analysmetod för hur man skulle undvika könsstereotyper och belysa könsskillnader i diagnostiken.

Det är inte bara kvinnor som fördelas i vården av ren okunnighet och slentrian. Två amerikanska forskare hade upptäckt hur olika hormonell påverkan gör att män med njursjukdom har en snabbare sjukdomsprocess än kvinnor. Ett bra exempel på att genusmedicinsk forskning gynnar både män och kvinnor. Nu kanske det blir fart i processerna!

---

## 1,6 miljonerklubben

1,6 miljoner. Det handlar inte om så mycket pengar, utan om att det finns så många kvinnor över 45 års ålder i Sverige. Dvs nu har det blivit 1,7 miljoner, och medlemsantalet i klubben ligger kring 23 000. Vad man verkar för är att kvinnan mitt i livet ska ha största möjliga livskvalitet till både kropp och själ. Och hon som drog igång denna klubb 1998 heter Alexandra Charles, Sveriges första och största nattklubbsdrottning.

Skepsisen var stor när man först hörde namnet på klubben. Rika flickors syjunta innan man var färdig för pensionen, eller??? Och Alexandra - kunde hon göra något annat än svänga silkeshöfterna med bl a kungen och gubbsen ur näringslivets styrelser?

Fortfarande undrade man lite beskt om det var ett sista desperat kändisskri när Svenska Kalenderflickorna år 2005 kom ut med tolv diskret avklädda damer i läckra

fotograferingar. Mogna kvinnor som visserligen varit rejält i blickpunkten men aldrig poserat. Lill Lindfors, Lill-Babs, Marianne Bernadotte, Arja Sajonmaa, Margareta Winberg och nåt halvdussin andra toppnamn från scen, kungahus, regering och styrande samhällsorgan. När dessa kapitalstarka kvinnor, som redan fått med sig generösa storsponsorer till klubben, också blottar sig för en god sak, då är det syftet man blir nyfiken på.

1,6 miljonerklubben startades för att öka kunskapen kring försummade områden och skapa opinion mot slentriantänkande, speciellt inom hälsan. Kvinnor blir också sjuka, men inte alltid på samma vis som de män man forskat på. Kvinnohälsan är inte bara bosatt i en kroppsdel, se på helheten. Vården kan bli bättre, den kan framförallt börja tidigare, med förebyggande insatser. Vård och bot ska inte vara beroende av vilket landsting, sjukhus, hälsocenter man hör till. Heller inte av olika forskares och läkares kunskaper och vilja att se det kvinnliga perspekti-

vet. Kvinnor ska inte behöva bli försöksdjur bara för att alla tester är gjorda på sjuka män.

Klubben verkar alltså för att öka kunskandet och respekten för den enskilda människan, men man glömer inte att ha roligt själva. I år har man bl a åkt Blåbärsloppet i Mora dan före Vasaloppet och fotvandrat på Mallorca och ställt upp på många platser med Hjärtgång. De har hälsokryssat och farit på SPA-resa. De har gått på teater, och i Oscarsteaterns röda plychsalong samlat en imponerande expertis till ett seminarium om reumatism. Man måste inte vara kändis för att bli med-

lem i klubben. Men man kan lära känna en massa trevliga kvinnor som tar vara på sina bästa åldrar. Få ett nätverk, och kanske rent av bli en förebild för sin dotter.

Ännu återstår en massa jobb att göra inom olika fält. Hälsa är så mycket mer än fysik. Också inom det sociala, ekonomiska, juridiska, inom arbetslivet och ända upp i politiken kan driftiga kvinnor öppna ögonen på gamla traditionalister för att lyfta fram det kvinnliga perspektivet.

---

## Nattklubbsdrottningen som blev handelsresande i hälsa

Efter arton år i rök och dans tröttnade Alexandra Charles på nattklubbslivet och stängde sin inne-klubb Alexandra mitt i Stockholms city. Sedan dess har hon verkat som PR-konsult och engagerat sig på många håll av egen drift. Inom Stadsbudskåren har hon kunnat hjälpa kvinnor och barn. Hon har kämpat för AIDS-hjälp i Afrika och för Life Foundation, vunnit pris som Årets Opinionsbildare och fått Svenska Folkets Kunskapspris för sitt folkbildningsarbete. Hon har givit ut böcker, om Kvinnan (eller Kärleken, eller Farliga begär) mitt i livet. Och så var hon ju älskad Sommarpratarna i radion, Kalenderflicka och har under de sista åtta åren alltså drivit upp 1,6 miljonerklubben till en maktfaktor.

- En person på runt 50 har minst femton år kvar i yrkeslivet och oftast också både mera tid och vilja. Samt erfarenhet. Men de flesta arbetsgivare och yngre kamrater hakar upp sig på åldern. Jag sätter inget slutstreck för mitt arbetsliv, lusten ska avgöra och för den finns ingen åldersgräns.

Hon lever som hon lär, med hundpromenader, regelbunden träning, mycket musik och ett lojalt nätverk för svagare stunder.

- Musik och vackra miljöer påverkar våra sinnen och vår mentala hälsa. Jag är nog en kombination av naturälskare och asfaltblomma.

Men detta är ingen välgörenhetstant som fått lite pengar över. Hon växte upp i Dalarna, där pappa var tandläkare och familjen tvingades flytta efter mammans sjukdomstillstånd. För modern tålde inte miljöutsläppen och hade redan i 40-årsåldern svår reumatism. Inga behandlingar gjorde någon nytta. Alexandra upplevde hennes kamp mot smärtan och blev själv en ganska självständig Stockholmstjej. Hennes första man var färgad och för den skull fick hon höra att hon plötsligt var oönskad på Strand Hotel med den nattklubb hon startat.

Hon har alltså på nära håll upplevt dålig vård och diskriminering och motgång i arbetslivet. Följt av artros med höftoperationer och sin andre mans för tidiga död. Men hon slutar inte att ge sig på det som är fel i (särskilt kvinno-) samhället och att sprida sina livsnjutartips.

I november fyllde hon 60. Jag bara hoppas att hela nätverket och 1,6 miljonerklubbens 23 000 medlemmar stod och stampade i hyllningståget!



---

## Varannan kvinna

Svenska kvinnor har de sämsta skeletten i världen, ropade stora rubriker i höst. Det var en grupp välkända läkare, forskare och experter från patient- och pensionsförbundet som ville få politikerna att göra något med vår benskörhet. Osteoporose, som det heter drabbar varannan svensk kvinna. Varannan.

Hur? Jo, höftfrakturer, lårbensbrott, ryggsproblem, många åker ut och in på sjukhusen utan att någon reagerar. Blir mer stillasittande, mer isolerade, mer beroende. 20 procent av de 18 000 årliga höftfrakturerna leder till att patienten dör inom ett år.

Några läkare ser inte sambandet med osteoporose. Några Landsting vill inte bekosta bentäthetsmätare. Några offentliga miljöer orkar inte se upp med olycksfallsriskerna. Och väldigt många annars upplysta inom vården säger inte ifrån hur viktigt det är med rätt kost och mera fysisk träning, särskilt för dessa äldre som inte pumpar järn i stringtrosor utan slåss för att vården ska ge dom en höftskyddsbyxa.

## Extremt trött? Det kan vara en förvarning om hjärtinfarkt

”Kvinnor tror alltid att de ska dö i bröstcancer, när det faktiskt är hjärtinfarkter de dör av”, säger docent Karin Schenck-Gustafsson. Men infarkten kommer inte med dramatiska smärtor i bröstet, som det ofta gör hos en man. Hon kan redan en månad innan ha känt sig allmänt slapp och kraftlös. En undersökning i den vetenskapliga tidskriften *Circulation* tar upp andra varningssignaler som kvinnor hade registrerat före infarkten:

Extrem trötthet (70 %)

Sömnproblem (50 %)

Oro, ångslan (33 %)

Problem med matsmältningen (25 %)

Traditionella symptom som värk eller tryck eller press över bröstet hade inte ens en tredjedel av kvinnorna registrerat.

En kvinnas infarkt är heller inte lika lätt att upptäcka efteråt, möjligen syns den med ultraljud, säger Karin Schenck-Gustafsson. Kvinnor som drabbats känner sig ofta illamående, andfådda och trötta.

Så se upp också med diffusa besvär, det är inte alltid påsk. Och har du intensiva bröstsmärtor i 15-20 minuter så ring på ambulans. Det kan vara den gången utanför statistiken som ambulansen kommer lika fort som om du hade varit man.

## Så faller vi i försäkringsstatistiken

”Året börjar med julgransfallen”, skriver riksdagsledamoten Barbro Westerholm som forskat på Sveriges Pensionärsförbunds och Skandias olycksrapportering.

”Man har klättrat upp på något rackligt för att sätta stjärnan eller flaggan i granens topp. Och så ligger man där på sjukhus i januari.” (Tips: lägg granen på golvet och sätt i grannlåten innan du reser den.)

I februari-mars kommer snön och halkan med hand- och höftleder. Så, när vårsolen börjar lysa, faller vi under gardinbyten och fönsterputs. Hängrännor och takmålning i maj-weekendarna.

Semestern med hala klippor och fötter mellan båt och brygga. Höstningens tid med fruktblock, olänta svampmarker och hala löv. Och så faller till och med höstmörkret.

Nu är det dags att sätta ljuset, inte bara på barnsäkerhet, men även på ÄLDRESÄKERHET. Tänk först!

## Saxat ur ett svenskt TV-program

Redan som nyfödda har flickor mera känsel i fingertopparna än pojkar, har mer utvecklad hörsel och kan ”prata” med sin mamma i små svaga ljud.

De reagerar oftare med rädsla på höga ljud. De ser ögon och mun i ett ansikte där pojkar bara ser en ljus yta. (Kommentar: Vem ska vårda, värna och hålla reda på hjorden?)

Kvinnor har en vidare synvinkel än män, har en hörsel som reagerar snabbare på svaga ljud.

(Kommentar: Vem är det som passar barnen?)

Män har tunnelseende med total koncentration på en sak i sänder.

(Kommentar: Vem skulle gå på jakt, vem löser problem, vem forskar utan störande inpass?)

Män dominerar bland toppbegåvningarna. (Kommentar: Vem sitter i styrelserna, får Nobelprisen, har högsta lönerna?)

Kvinnor har ett bredare kunskapsfält. (Kommentar: Vem ansvarar för hälsa, mat, hem, familj?)

Män tänker abstrakt, satsar sin testosteron. Kvinnor ser detaljer, besitter empati.

(Kommentar i efterdebatten: Mans- och kvinnoroller är delvis medfödda. Men hur ska vi nånsin kunna driva en likalönsdebatt så länge som det ligger ett högre värde i att jobba med maskiner än att vårda sjuka och fostra upp små barn?)

## Hos läkaren

Käringen som hade vart hos doktorn: Jo så visade jag fram låret, och då blev jag sjukskriven.

Väninnan: Du skulle dratt av dej trosan också, så hade du fått förtidspension

### Motioner till årsmötet ska vara inne före den 20 december

Motioner till årsmötet dvs förslag till ändringar som årsmötet ska fatta beslut om, skickas till [sweasekr@gmail.com](mailto:sweasekr@gmail.com) innan 20 december.

### LÄCKERT SORTIMENT AV VÄSKOR OCH DAMSKOR.

Alla Sweor får 10 % rabatt vid uppvisande av medlemskort!

Välkommen!  
Kerstin



Austliveien 2, 0751 Røa. Tel 22 50 45 09.

## Fin slottsvandring för lågklackade och långörade

Text: Maud Wester

Foto: Sylvia Söderman Fosdahl och Maud Wester

Vakten stod orörlig vid sin kur och två gardessoldater marscherade taktfast över kullerstenarna när SWEA-medlemmarna skockades på borggården för att lära mer om Akershus fästning. Skandinavien bäst bevarade fästning.



Intendenten på Akershus Slott, amanuens Harald Moberg, smugglade in oss bakvägar och jagade genom hemliga gångar och praktfulla salar medan vi hängde i hämlarna och lyssnade till spännande glimtar från åtta sekel.

Elva gånger under 696 år hade denna medeltidsborg, renässansklenod och bostad för kungar och slottsfogdar varit belägrad innan den fick andra funktioner i mitten av 1800-talet. Vi snubblade oss uppför den trånga Mørkegangen där byggherren på

1300-talet, Håkon V, haft sin entré med nerfällbart galler. Längre in väntade slottsfogdens kontor med instruktionen att "icke fördriva tiden med dryck och spel". Bakom dörren till ett schakt visades en raritet som inga vanliga turistgrupper får passera: ett helt bevarat dass från 1700-talet. Också fängelsehålan från 1500-talet satte igång fantasin. Fast inte ens nazisterna hade velat återuppta några fängelsetraditioner när de ockuperade detta ariska slott. Historiska avlagringar gjorde fästningsturen levande, t ex skjutgården för bågskyttar vid delar av den bevarade medeltidsborgen. Eller stallgården mot muren ned mot vattnet. Fast stallet hade förstas rasat ut i fjorden redan 1707.

I modernare tider grundades här Riksarkivet. Och 1938 färdigställdes gravkyrkan, där kung Håkon och drottning Maud vilar, liksom kung Olav V och hans svenskfödda kronprinsessa Märtha. Intill finns också kvarlevorna efter slottsbyggaren Håkon V och Sigurd Jorsalafararen. Till detta mausoleum går delar av den kungliga familjen på alla födelse- och dödsdagar, och där får inte en detalj förändras utan majestätets godkännande. Men när kung Olav började bli lite dålig till bens och syn installerades i all välmening en vacker ledstång nedför trappen. Det blev omgående inkallelse till kungen och skarp kritik över det egenmäktiga förfarandet. "Men jag är glad att den är där", tillade kung Olav med ett välkänt litet skratt. 1899 gjordes en omfattande insamling till upprustning och inventarer med gåvor och legat som alltjämt tas i användning. Rundvandringen fortsatte genom praktfulla salar som bl a används till representation och kungamiddagar. Vackrast ändå var kanske Olav V:s sal, belyst bara av dagsljus och vid högtidliga evenemang upp till 239 levande ljus. Där hålls också konserter. Salen har en otrolig akustik där bara en liten blockflöjt placerad på en alldeles bestämd kvadratmeter kan ljuda över hela rummet. Hela fästningsområdet med borggårdar, minnesmärken och museer tar emot cirka 400 000 besökare om året. Själva Akershus Fästning hålls öppen bara under sommarmånaderna, då över 40 000 turister får en titt in i 700 års historia.

- Slottet går i balans", konstaterade intendent Moberg när han avtackades i sommarmånaden av mycket nöjda Sweor.

## Vilken Stad!

Text och foto: Katarina Silfverskiöld

Visste ni att Dresden anses ha den bästa julmarknaden i Tyskland? Nu kommer denna artikel nog försent för att ni ska hinna testa detta i år men varför inte nästa år!

Självt jag hamnade jag i Dresden tack vare de fantastiska Berlin-Sweorna som efter RM, regionmötet, arrangerade en efterresa dit. Av naturliga orsaker blev det bara en snabbvisit men oj, vad det gav mersmak!

Vi var där i ca. ett dygn och om vi inte haft en fascinerande annorlunda guide så hade jag antagligen känt mig som en amerikansk turist som ska uppleva hela Europa på en vecka. För så mycket hann vi höra, smaka och se! Och i Dresden finns det mycket att se. Vilket man inte skulle kunna tro om man sett bilderna av centrum av staden efter 2:a världskriget. För då fanns det ingenting utom ruinhögar överallt. Hela stadskärnan var borta och med den många hundra år av kultur och en av Europas vackraste städer som varit känd som Nordeuropas Florens. Det är detta som gör intrycket av dagens Dresden så mycket starkare. För nästan allting är återuppbyggt! Om man inte känner till historien är det omöjligt att föreställa sig att alla de fantastiska gamla byggnader, som står bokstavligt talat överallt, skulle vara nyuppförda. Att gå mellan husen är som att vara där, mitt under August den Starkes tid, som regerade från slutet av 1600-talet och fram till 1733.

Och här kommer vår guide in i bilden! För han tyckte inte det var någon vits i att visa oss sådant som vi kan se själva eller slå upp i en historiebok.

Så jag vet mer om exempelvis Augusts oäkta barn, fester och andra krumsprång än om historiska byggnader. Låt mig ta några exempel: Detta är en bild av Augusts festlokal" (bild 1), fast det är bara en liten del som syns. Hans hustru drottningen hade tröttnat på alla sena fester så hon lät honom bygga denna diskreta lilla anläggning så att hon kunde dra sig tillbaka till slottet när



Katolska kyrkan i Dresden (bild 2)  
Foto: Marie-Anne Sekkenes

hon kände för det. Officiellt fick hon tydligen huvudvärk! I anslutning till festlokalen finns det också en liten miniatyr festlokal som kallades nymfbadet, dit August och hans kammarherrar drog sig tillbaka med vackra damer. Därav många av hans oäkta barn. August hade också konstant ont om pengar så en gång bytte han en Meissenservis - det "vita guldet" - för ca 50 personer mot ett helt regemente soldater. Om det var en lönande affär nämndes aldrig.

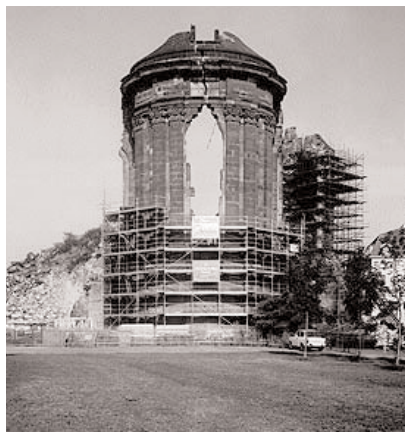
I Polen under samma tid, hade det varit ganska turbulent så de letade efter en regent utanför landet och fastnade för August. Tyvärr för honom så var Polen katolskt medan Dresden var protestantiskt så han tackade nej trots den välfyllda polska statskassan. Bara för att 14 dagar senare ändra sig och tacka ja. Så hur

löste han då religionsproblemet? Enkelt! Han och hovet blev katoliker medan resten av folket fortsatte som förut. Så för att kunna utöva sin tro utan att sticka folket i ögonen lät han bygga en katolsk kyrka (bild 2) som blev extra bred istället för hög eftersom de då kunde ha sina religiösa processioner inne i kyrkan istället för som vanligt, ute i gatorna. Listig typ!

Vi hann också med en film om den fantastiska återuppbyggnaden av Frauenkirche och ett besök i kyrkan. Det finns bara ett ord som är heltäkande: Otroligt! Nästan hela kyrkan var jämnad med marken, bara en liten bit av huvudingången stack upp (bild 3). Och efter drygt tio år av vad som antagligen måste ha varit världens största pussel eftersom de använde så många originalstenar som



August den starkes "Festlokal", en gigantisk inbyggd park (bild 1)



Frauenkirche i ruiner, bara en liten bit av huvudingången finns kvar (bild 3)



Frauenkirche invändigt efter återuppbyggnaden (bild 5)

möjligt, återinvigdes kyrkan 2004 (bild 4). Vad säger ni, skulle ni vilja försöka lägga det själva? Invändigt valde de att återställa kyrkan som den såg ut när den var ny och det ger en mycket speciell känsla av att titta på en gigantisk marsipantårta! För allting är som det var på 1700-talet, ljusst rosa, ljusst grönt och massor av



Meissen slott (bild 7)



Frauenkirche återuppbyggd! (bild 4) Foto: Marie-Anne Sekkenes



Operan i Dresden (bild 6) Foto: Marie-Anne Sekkenes

vitt (bild 5), inte som de mörka kyrkor vi annars är vana att se. Så bara denna upplevelse är värd en resa till Dresden!

På kvällen, efter massor av mer information - visste ni t ex att bl a Melittafiltret, bh'n, tekniken att laga choklad i kakor, själva påsen till thé-

påsar, underlägget för ölglas, tuben att ha skokräm i, för att inte tala om det europeiska porslinet allt ihop är upfunnet i Dresden?

Eller att sitta bakom svenska gardiner är att sitta i fängelse, och att en svensk drink är en god liten dryck av varmt bly! - gick de mer ambitiösa av oss på den fantastiska operan (bild 6) och såg Capriccio av Strauss. Men där började tempot att ta ut sin rätt för det var inte få sovande Swear jag såg längs

raderna. Så nog är det intensivt under ett RM men det är värt det, det lovar jag!

Dagen efter fortsatte vi till själva Meissen där porslinet tillverkas, en stad där svenskar inte varit speciellt populära eftersom vi i många år tagit oss vanan att komma dit och rasera lite grann tills vi fick som vi ville. Bl a det vackra slottet (bild 7) som tronar över staden tyckte vi det var kul att ha sönder. Men det verkar som om de lagt gammalt groll bakom sig för återigen hade vi en underbar dag bland gästfria tyskar som serverades oss en smakbomb till lunch. Och nu förstår jag varför porslinet är så hiskligt dyrt men det får ni själva åka dit för att uppleva!

Trevlig tur!

## Från gyllene salonger till tårtinkastning på brun pub

Text: Maud Wester

Den 7 juni slogs publikrekord när 90 SWEOR skrev in sig i gästboken till mottagning på den svenska ambassaden. Ambassadörsparet Ringborg hade just förplågat 600 gäster på nationaldagen den 6 juni men log ännu tappert.



Magdalena Eckersberg och Karin Herrlin Solberg

Sommarvädret, de gyllene salongerna och den lika guldstämplade personliga inbjudan drog också flera Sweor tillbaka in i värmen. Kanske har ryktet spritt sig att SWEA Oslo nu fått så många nya entusiastiska medlemmar att det blivit drag under galoscherna, som en glad partiledare sade.

Man vimlade och minglade glatt mellan kindpussar och smil mellan bibliotek, matsal,



Ingeborg och dotter Kristina Arntyr



Fr. v. Sylvia Söderman Fosdahl, Birgitta Lund Grönberg och Anna Crawford

blomsterrum och tre utsökta gustavianska salonger i fil. Eller vandrade vidare ut till jordgubbar och vårblomster i trädgården.

Mats Ringborg hade haft året fullt av jubileer från unionsupplösningen fram till 100-årsdagen för ambassadens tillkomst i veckan innan. Det skulle nästan kännas tomt att gå på sommarlov. Fast först fick han mottaga en före-



7 juni i Svenska Ambassadens trädgård Fr. v. Birgitta Lie, ambassadör Mats Ringborg och fru Catharina Ringborg

Anita Zetterqvist Eriksson och Inga-Lill Evang



bild i jobbet, en äkta svensk dalahäst i sittande ställning av SWEA-ordföranden Katarina Silfverskiöld. Och en SWEA medlemsnål, som hustru Catharina också fått.

- Är det tillåtet för herrar? undrade han.

- Det blev det idag, replikerade Katarina.

Äldst bland dagens nya medlemmar var viceordförande Kristina Arntyrns mamma Ingeborg, 92.

- Sa Kristina det? Jag är faktiskt bara 91!

Några som debuterat på Nya-medlems-middagen ett par veckor innan hade tydligen tänkt fortsätta. Så länge männen kan sitta barnvakt. En som bott i Oslo i 36 år



Sittande dalahäst



7 juni från Harrys. Bibi Trankalis, Beryl Wilhelmsson och Anna Løken

kom för första gången och tänkte bestämt dyka upp till kräftskivan igen. I ett hörn stod rester av tidigare styrelsemedlemmar och bedömde dagens insatser. Nej förresten, de snackade som de väninnor man blir i SWEA, om nya undergörande hälsokoster, och utväxlade tandläkare och gynekologer.

Och detta var bara början. För egentligen stod det ju Sommarmiddag på programmet. Programkommitténs nya radarpar A&A hade ringt restaurangvärlden runt för att finna en lokal som passade till ambassaden både i gångavstånd, prisklass, handikappkrav, meny och utrymme. Harrys på Karl Johan, svensktstyrtd och blågulbemannat med obegränsade hemmalagade smörgåstårter, blev lösningen. Med det solskenshumör vi arbetat upp under kristallkronor och stuckaturtak på ambassaden var det närmast en attraktionstopp att dyka in brun pub-miljö med skummande bardiskar och TV-sportskärmar och bänka oss i sofforna. Inte blev det sämre av att Anita Johnsen Hedén drog en sederlärande historia om två nunnor, vi ska inte avslöja hur det gick. Bara säga att du vet aldrig vilka överraskningar som väntar när du går på ett SWEA-möte.

Det sista vi såg i den avslöjande nattsolen var hur Christina Lauritzen Lööf svidade om i lånad skinnjacka och mc-hjälm, skörtade upp jeanskjolen och susade nedför Karl Johan på bönpallen till Arild Brobergs häftiga BMW 1200 GP. Det visade sig att mc-veteraner från Oslo med omnejd har sina onsdagsmöten utanför Harrys. Så nu har väl SWEA snart en broderförening.



7 juni Karl Johan. Christina Lauritzen Lööf och Arild Broberg, med Anna Løken i bakgrunden

## Vi blir bara flera!

Text: Maud Wester

Foto: Monica Sederholm

Allt som kunde krypa och gå mötte upp till träffen för nya medlemmar hemma hos ordföranden Katarina. Dvs. de två på arm och i vagn hade både fel ålder och kön för att platsa. Men annars gav presentationsrundan många goda skäl till att bli SWEA-medlem.



Fr. v. Camilla, Rebecca Kristoffersen?, Gun Madestam och Kristina Swartling med dottern Ingrid.

- Gifta sig med en norrmann, verkade toppa listan.
- Vara barnledig. • Vilja träffa nya. • Indragen av mor (två stycken). • Svensk mor, norsk far, internationell karriär och nypensionerad. • Headhunted till Oslo. • Börja göra rätt för sig, inte bara komma på Valborg. • 27 år i Norge, 40 år i Norge utan att ha gått med förr. • Färdig för återanvändning, jag kan som potatisen brukas till så mycket. • Jag gick till en annan svenskförening och hamnade i ett gäng skräcködlor. • För att få lite organiserat skoj.



Pia Nelson Önfelt



God mat och dryck

Vi som har varit med förr kom ju bara för vinet och den goda maten. Och Kicki som nu lämnar både SWEA-styrelsen, svenska ambassaden och Norge höll en välbehörlig lektion i svenska för dem som börjar vingla i språket: Substantiv är ett sånt ord man kan sätta - djävel eller -fan bakom. Verb är nåt man gör utav bara helvete. Adjektiv är ett beskrivande ord som man kan sätta skit- framför.



Fr. v. Sylvia, Liten Selmer, Carin Persson och Inger-Johanne

## Kräftskivan

Text Beryl Wilhelmsson Foto: Monika Sederholm

Årets kräftskiva gick av stapeln den 7 september. Nästan 50 glada svenska damer inntog stora salen i Svenska Kyrkan. Trogen traditionen var kräftorna goda, tillbehören likaså. För några av gästerna som levtt integrerat i vårt nya hemland var det ett "déjà-vu". Sånghäftet blev flitigt använt och stämningen fantastisk uppsluppen. Festen tog slut alldeles för fort.



*Evy Östling och Gun Madestam*



*Glad stämning vid långbordet*



*Monica Olsson, Ingeborg Armyr och Marie-Anne Sekkenes*



*Inga-Lill Evang, Liten Selmer och Anita Zetterqvist Eriksson*



*Pernilla Swedberg, Gunnel Malmberg och Mette Synnerström*



*Marguerite Thomassen, Eva Schia och Kerstin Andersson Løvoll*



*Patricia Bugge och Maria Christophersen Hielte*

## Kvinnlig ekonomi

Text: Beryl Wilhelmsson Foto: Anja Sjögren

### *Blodpudding eller ostron och champagne?*

Det var vår vice ordförande Kristina Arntyr, civilekonom, partner och finansrådgivare i Invento Finansrådgivning som höll ett föredrag om ämnet. Hon har arbetat där sedan 2004 och innan dess i Skandia och inom industrin. Finns det något sådant som "kvinnlig ekonomi" frågade Kristina och svaren var klassiska och speglar vardagen för många. Kvinnor är duktigare på vardagsekonomi, männen håller i de långa, stora kostnaderna som hus, lån, investeringar och liknande.

Konklusionen blev att ekonomi är könsneutral och att vi kvinnor måste TA ett större ansvar för egen ekonomi. Erfarenheten bland åhörarna visade sig vara skiftande, alltifrån män som patriarker med full kontroll till ensamstående mammor som skött sin ekonomi själva till egen belåtenhet.

Så uppfordringen är:

Som mammor, uppfostra döttrar likt som söner med tanke på pengar.

Som medsystrar, prata med varann om räntenivå, skattelösningar, affärskontakter, investeringar och liknande. Det blev presenterat skrämmande siffror, som t.ex. 4 av 10 talar inte ekonomi hemma. 45% av kvinnorna, och 28% av männen tror de får svårt ekonomiskt vid samlivsbrott. Grundpension, med en årsinkomst på 700 000,- av de 20 bästa åren ger 285 000,-. Inte många av oss gissade eller visste det. Detta medförde att kvällens tema blev ännu mer aktuellt.

O.K., tillbaka till champagnen eller blir det blodpudding? Vad kan man göra, var ska man börja om ens ekonomi inte är "frisk" (i egna ögon)? Jo, gå till en oberoende finansrådgivare som fungerar som mäklare mellan kunder och banker, försäkringsbolag med mer. ALLA är välkomna. Man behöver inte vara förmögen och man kan själv "shoppa" runt för att uppnå de bästa betingelserna.

Man får hjälp till en "hälsokontroll" av sin ekonomi. Då är det bra att alla aktuella och viktiga finanspapper är med. Gärna samlad i en pärm med register för lån, försäkringspremier, räntor etc.

Detta görs i ljuset av kostnader i dag mot drömmar imorgon, dvs vad vill jag göra, vara i framtiden (som pensionär, bli student igjen, byte av yrke, matriella godor). Kan jag det med mina kostnader i dag? Vad ska/kan ändras för att kunna uppfylla drömm/en/arna (?)

Det som är väldigt viktig att tänka på:

1. Likviditet
2. Tid
3. Risk

DISKUTERA perspektiven. Alla 3 hänger samman.

Köpa, sälja billigt, dyrt. När behöver jag pengarna jag investerar (mnd, år)? Klarar jag att riskera förlora? Kan jag hålla huvudet kallt och inte sälja vid nedgång o.l. Man ska heller inte bara TRO på banken eller andra som vill investera pengarna. Det finns ett ord 'volatilitet', som beskriver enkelt förklarar aktiernas värde, upp och ner över tid.

TALA MED VARANDRA om drömmarna, kostnaderna, framtiden och nuet.

Det var spännande att lyssna på Kristina, också på åhörarnas erfarenheter både av "egenshopping", kunskap, tankar och livssituationer.

Pengar, egen ekonomi, kan vara väldigt personligt. Kristina ser på dem som en hög av arbete. Det ska i varje fall referenten ta med sig, i tillägg till att rekommendera ett besök hos en finansrådgivare, resulterande i bättre medvetenhet, hopp om att någon dröm kan bli verklighet och en tryggare ekonomi.

Blodpudding eller ostron och champagne? Vi blev i alla fall serverad fantastiskt goda tapas till föredraget.



Planera er ekonomi så ni inte säger som den engelska nationalekonomen John Maynard Keynes innan han dog: "Det enda jag ångrar är att jag inte drack mer champagne".

Evy Östling, Anna Genfeldt, Mona Bengtsson, Kerstin Løvoll Andersson och Katarina Plavnik.

## Sju SWEA-flickor i en ring

... satt denna måndag på Bristol. Från vänster: *Kerstin*, som jobbar med psykiatri, hade efter 20 år i Norge tänkt bli en Swea. Medlemsansvariga *Christina* kollade uppslutningen kring bordet på väg till veterinär med hunden. *Veronica* hade varit Swea i Chicago; *Jennie* hade liksom hon headhuntats, från Spanien till Oslos växande ekonomivärld. *Malin* är en av våra läkare. *Mette* hade just blivit vår efterlängtdade sponsorsansvariga och lovade få ihop massor av lotterivinster. *Linn* kom för första gången för att spana in föreningen innan man kastar sig ut i årets övriga SWEA-arrangemang.

Just det: titta in sista måndagen i varje månad klockan 18 på Bristol. Du får garanterat samtalsämnen till salladen eller soppan. Personalen utlovade också en ny



svensk bordsflagga efter den som stals av några helt andra nationalister.

*Maud Wester*

## SWEA ÅRETS SVENSKA KVINNA

SWEA uppmanar härmed alla Sweor att sända in nomineringar till SWEA Årets Svenska Kvinna för år 2007!

Kandidaten skall vara en svensk kvinna, vars bidrag inom kultur, mänskliga relationer, handel eller vetenskap, på ett markant sätt bidragit till att stärka banden mellan Sverige och ett annat land. Kandidaten behöver inte vara SWEA.

SWEA Årets Svenska Kvinna kommitté rekommenderar kandidater till en jury efter det att enskilda Sweor eller lokalavdelningar har sänt in förslag på kandidater. Juryen väljer en kandidat som utnämns till Årets Svenska Kvinna av SWEA Internationals styrelse vid årsmötet.

Årets Svenska Kvinna presenteras vid SWEAs Sverige middag i augusti.

Förutom äran får vinnaren en minnesgåva. Pristagaren bjuds på middagen, hotell samt resan dit. Nomineringar, inkluderande ett utförligt Curriculum Vitae, skall vara kommittén tillhanda **senast den 10 januari 2007**. För att underlätta för juryn finns ett formulär att fylla i med de uppgifter som skall vara med. Formuläret är på engelska, men kan med fördel fyllas i på svenska. Det skall fyllas i av den som vill nominera en person. Formuläret kan beställas av Anna Källqvist, se nedan, eller hos din ordförande som fått det per e-post under oktober månad.

Nomineringarna vill vi helst ha per e-post. Alla förslag skall skickas till sammankallande ledamot i Årets Svenska Kvinna kommittén,

Anna Källqvist [anna.kallqvist@telia.com](mailto:anna.kallqvist@telia.com)  
Sippvägen 13 183 63 Täby 08-756 99 39

Vi hälsar de nya medlemmarna (tillkomna hösten 06) välkomna till SWEA Oslo!

- |                             |                                |
|-----------------------------|--------------------------------|
| 1. Carlén Sickan            | 12. Løvoll Andersson Kerstin   |
| 2. Dyrendahl Nilsson Louise | 13. Nordenberg Helena          |
| 3. Folkesson Karin          | 14. Pedersen Signe             |
| 4. Gellein Stina            | 15. Plavnik Katarina           |
| 5. Grönlund Ingela          | 16. Paulsson Katarina          |
| 6. Hansson Lovås Petra      | 17. Rød Kerstin                |
| 7. Huddberg Kerstin         | 18. Seidel Törnqvist Stephanie |
| 8. Jonsson Birgitta         | 19. Swedberg Pernilla          |
| 9. Jonuks Elin              | 20. Udén Marina                |
| 10. Lindeberg Näslund Pia   | 21. Vislie Lotta               |
| 11. Løseth Lill             |                                |

***Vet du vem du är eller vad du verkligen vill?***

***Marina Udén Coaching***  
***Certified professional co-active coach, CPCC***

*E-mail: [post@mariaudencoaching.no](mailto:post@mariaudencoaching.no)  
[www.mariaudencoaching.no](http://www.mariaudencoaching.no)  
Tel. +47 91545536*

## Ärtsoppa och punch

Text och foto: Sylvia Söderman Fosdahl

Höstens traditionsmiddag torsdagen 26 oktober, ärtsoppa och varm punch, samlade 24 deltagare. I tillägg till mat, dryck och allsång från SWEA Oslos egen (nu produktgodkänd) sångbok, berättade Katarina Silfverskiöld från regionmötet i Berlin. Inger Andersson (se hennes referat sida 20) och Marie-Anne Sekkenes samt två från Telemark var också i Berlin. Marie-Anne reser runt i världen på SWEA-möten och kan försäkra oss Sweor om att man inte behöver vara rädd för att resa. Du är aldrig ensam. De otroligaste sammanträffanden sker.

Katarina har på internationella möten argumenterat, och argumenterat bra, för vissa förändringar i organisationen. Detta har fått många sweor i andra land att bli nyfikna på vad vi i Oslo har fått till. Det ser nu också ut till at vi får SWEA-stadgarna översatta till svenska!

Vad blir det nästa? Vi har fått många nya Sweor i Oslo och alla är kanske inte så beivrade i hur organisationen är uppbyggd. Katarina drog en snabb genomgång på flip-over'n. Hon berättade om Sweors förmåner som aldrig kan upprepas för ofta. Hon pratade om SWEA's



Här kommer Anja i förkläde tillsammans med Ann-Charlotte Rydgren och Evy Östling.

produkter, däribland sångboken, som nu ska tryckas på papper som tål en kräftskena. Våra värdinnor Anna och Anja i programkommittén ställde upp i SWEA-förkläden. Sekreteraren Camilla presenterade en del av produkterna.

All information kan du få när du klickar dig in på [www.chapters-swea.org/oslo](http://www.chapters-swea.org/oslo) för information om SWEA Oslo, eller [www.swea.org](http://www.swea.org) för att komma in på SWEA International - där du också har en länk till Oslo och andra avdelningar.

Ju mer du deltar, ju mer inspirerad blir du och i Oslo har vi många entusiaster!



Monika Ulfgrim och Ingela Molin från Svenska Ambassaden.



Marie-Anne Sekkenes

### SIGRID PASKELLS STIPENDIUM inom scenkonsterna år 2007

SWEA inbjuder alla medlemmar att skicka in förslag på kandidater till Sigrid Paskells Stipendium, som år 2007 skall gå till en musiker.

Stipendiet ges ut inom de s. k. scenkonsterna: sång, dans, teater, musik med en konstart i taget under en rullande fyraårsperiod.

Stipendiet avser unga, lovande svenskor/ar, som ej behöver vara medlemmar av SWEA.

Stipendiet utlyses inte utan en kommitté söker aktivt kandidater. Förslag kan även inkomma från individuella SWEA -medlemmar och avdelningar.

Förslagsgivaren motiverar i skrift och med CDs eller videos sitt val av stipendiat.

Stipendiaten förväntas ge en enkel redovisning för hur stipendiet använts.

Nomineringsförslagen skall vara kommittén till handa **före 10 januari 2007.**

En jury föreslår stipendiat.

Valet konfirmeras av SWEAs styrelse på årsmötet. Stipendiet är på USD 10 000.

Förslag på stipendiat skickas med motivering till Malin Philipson, sammankallande i kommittén

Epost: [malin.ph@telia.com](mailto:malin.ph@telia.com)

Tel: +46-8-21 87 97

Adress : Grev Turegatan 47,  
SE-11438 Stockholm

## Regionmöte 2006 i Berlin

Jag var ute på en skidtur i Kolbotnspåret och såg så många skidåkare med reklammärken på kläderna. Då kom min idé om en produkt för SWEA Oslo. Detta var i slutet av mars och eftersom jag just blivit kassör i SWEA hade jag börjat bli varm i kläderna och kreativiteten i mig började spira. Om man inte gör något så händer inget. Redan då pratade vi i styrelsen om regionmötet i Berlin. Jag hade aldrig varit med på några resor eller större möten med SWEA men där kunde man beställa bord för att visa sina produkter och presentera dem. Det passade mig ypperligt.

Jag bokade rum, resa och förstås visningsbord. Jag stickade, ritade, räknade och skickade in ansökan till Sweas produktkommitté efter styrelsens bifall att få fortsätta med min idé. Månaden juni kom och jag fick min ansökan besvarad. Tyvärr, en annan SWEA hade kommit in med en liknande produkt före mig, så det var bara att vänta och se om det blev något av den.

Jag bokade av visningsbordet, men allt annat var beställt och betalt. Som tur var hade Katarina, vår ordförande, berättat hur trevlig det kunde vara på regionmötena och hur kul det var att möta Sweor även utanför Oslo. Dessutom hade jag inte varit i Berlin

sen muren revs och jag hade inte sen dess träffat mina gamla vänner i Berlin.

Torsdagskvällen kom. Buss till Gardermoen, flyg till Schönefeld (en av Berlins flygplatser), taxi till hotellet. Så var jag där. Internationellt REGIONMÖTE I BERLIN.

Det började redan till frukosten på hotellet. Jag såg en tjej (dam/kvinnan?) med SWEA-nål. Frågade om jag fick slå mig ned vid hennes bord. Ja visst, trevligt, var kommer du ifrån? Så var "snacket" i gång. På något sätt kände vi varann allihopa och jag fanns med. Vi var Sweor i världen.

Jag skulle på guidad tur med buss i Berlin kl 10.00 från vårt stora huvudhotell Schweizerhof, så jag registrerade mig och fick en gul plastkasse med reklam från Vattenfall. Den innehöll böcker om Berlin, en liten flaska rött vin, chokladkaka, namnlapp, faktaböcker om regionmötet osv. Allt snyggt organiserat av SWEA Berlin. Det kändes lite underligt att vara i Berlin och ha så många svensktalande omkring sig.

På bussturen fick vi se och lära oss massor om Berlin med sina ca 4 miljoner invånare. Hur man från ritningar och fotografier kunde bygga upp Berlin igen. Ca 80 % av Berlin låg i ruiner efter kriget. Vi gick av vid Check Point Charlie, den gamla övergången till öst/väst. Vi såg delar

av muren, som ett minne av den tiden då Berlin var delat. Den nya huvudjärnvägsstationen, riksdagshuset, det första trafikljuset i Europa, Branderburger Tor osv. Jag hade tur att hamna i bussen med en väldigt kunnig svensk guide. Vår beundran för Berlin växte efter tre timmar med henne.

Efter bussturen hade jag två timmar till godo, innan välkomstmottagning och mingel på den nordiska ambassaden. Jag skulle träffa min tyska väninna, som jag inte sett på 20 år. I min iver på väg från huvudhotellet och till mitt hotell gick jag vilse bland gatorna. Tiden gick fort och efter några frågor om vägen fick jag se Sylter Hof på ett hustak. Jag vågade inte korsa gatan, utan höll blicken hela tiden uppåt mot skylten. Helt plötsligt fick jag en arm om min hals. Det var min väninna. Hon hade från sin bil sett en massa kvinnor, som steg av turistbussar och bar på gula plastkassar utanför huvudhotellet och på väg till mitt hotell såg hon en ensam kvinna med huvudet uppåt, bärande på en gul plastkasse. Hon förstod att det var jag. Vi återförenades och det kändes härligt efter så många år.

Dusch på hotellet och buss till ett nytt, modernt bygge som innehöll alla de nordiska ambassaderna. Där bjöds vi på sekt (mousserande vitt vin), högtidliga tal av bl a vår nya



Ordföranden från de tre Europaregionerna samt SWEA Internationals styrelse. Foto: Kerstin Alm, Los Angeles

kvinnliga ambassadör i Berlin. Annars var det män som fyllde på i våra glas. Och vi kvinnor, vi pratade så det ekade i trapphuset.

Middagen, fredagen den 13, på hotell Schweizerhof, var en verklig festmiddag med fyra utsökta rätter och hela tiden påfyllning av vin och vatten. Välkomstsång av Berlinvärdarna, det var vin-vishäfte för kvällen, dragning i lotteriet och flera högtidstal. Vi var över 300 Sweor som hade det jättegott och trevlig. En flott och stilfull kväll.

På lördag hade jag planerat att vara åhörare till mitt regionmöte (VEMA), men tyckte det kändes lite långt med fyra timmar, så lite shopping innan passade mig. Jag lyssnade en timme på ordförandena i min region och ångrade att jag inte kommit tidigare. Det var väldigt intressant att sitta och lyssna på de olika avdelningarnas planering, aktiviteter, massor med trevligheter och en del problem. En del var ganska nybildade, och hade haft det lite tufft i början och en del var gamla godingar, där det nästan blev släktmöten vid aktiviteterna. Tyvärr missade jag vår Katarina, som

redan berättat om SWEA Oslo. Det var en väldigt fin stämning, många leenden och jag fick se vår egen regionordförande, Siv Svensson och Agneta Nilsson (från USA), SWEAs grundläggare.

Lunchen den dagen ingick också i mötet och jag hamnade tillsammans med väldigt unga Sweor. En del av dem var småbarnsföräldrar och var glada att SWEA finns, så deras barn kunde prata svenska med andra barn och lära sig svenska barnsånger och lekar. Annars var medelåldern på oss Sweor vid regionmötet lite över!!

Lördagen avslutades med Berlinerkväll på restaurang "Nolle". Massor med original tysk mat och igen vin, öl och vatten så mycket vi orkade. Stämningen kom med en gång och slutade med att vi alla stod upp och applåderade till Berlinarnas överraskning: En kvinna som sjöng Marlene Dietrich melodier. Salen var i gammal stil och låg i gamla Östberlin, allt stämde. Dessutom vann jag Sydafrikas gåva till lotteriet, en hemvävd matta.

På söndagen kom huvudsponsorens (Vattenfall) stora gåva till oss.

Heldagsutflykt till Potsdam med sightseeingtur, visning av slottet Sans Souci med en obeskrivlig trädgård och lunch. Vi kom med tre, eller var det fyra, dubbeldäckade bussar och återigen kom jag i kontakt med trevliga Sweor. Så hade jag också underhand träffat andra Sweor från Norge. Förutom Katarina, vår ordförande, var Marie-Anne Sekkenes där och två kvinnor från Telemark. Att åka någonstans ensam och ändå hela tiden träffa och lära känna nya Sweor. Toppen.

Efter turen hämtade min Berlinväninna mig vid hotellet. Hon hade bjudit gamla vänner till middag på kvällen. Döm om min förvåning, när de berättade för mig att det var Vattenfall de betalade strömräkningen till. Jag passade på att tacka dem för turen till Potsdam. Jag stannade hos dem till måndagskvällen och hann på dagen med både besök på riksdagshuset, båttur på Spree och min favoritmat i Tyskland, en god bratwurst med potatissallad och äntligen ett glas gott öl.

Så blev vi ombedda att vidarebefordra: Nästa världsmöte med SWEA är i Amsterdam nästa år. Att få uppleva och se så mycket under en långhelg tack vare SWEA hade jag inte trott när jag reste. Regionmötet var väldigt väl organiserat och allt fungerade mycket gott för min del. Som sagt. Om man inte gör något så händer inget. Jag gjorde. TACK SWEA.

Inger Andersson  
Skattmästare SWEA Oslo.



Inger (i mitten) tillsammans med andra Sweor på restaurang Nolle i Berlin

### KUL UPPDRAG, FLERA VÄNNER

Vill DU göra en insats för SWEA?  
Eller känner du någon som skulle passa precis?  
Valberedningen efterlyser tips och förslag till styrelse- och kommittémedlemmar inför det nya verksamhetsåret.  
Välkommen med ditt förslag, helst före jul, till Marie-Anne Sekkenes  
tlf 970 11 660 [marie-a.sekkenes@c2i.net](mailto:marie-a.sekkenes@c2i.net)  
Vi hör!  
Valberedningen

**Werners**  
**MÖBLER**

Badhusgatan 5, S-452 30 Strömstad  
Tel. 0526-100 21 Fax 0526-151 66

**Fraktfria leveranser**

## Träff för höstens nya medlemmar

Text: Maria Christophersen Hielte

Foto: Maud Wester & Maria C H

Vi var 29 Sweor som träffades vid Makrellbekken, hemma hos Katarina S. en kulen novemberkväll. 18 nya, och 11 veteraner, muntert minglande runt läcker mat och gott vin. För oss gamla Sweor ger all den unga entusiasmen som flödade under kvällen hopp om att SWEA Oslo så småningom inte stagnerar till en klubb för äldre damer. Men även ni, i vår mogna ålder, som antingen som nyinflyttade till Norge eller efter många års övervägande äntligen tagit steget fullt ut och blivit SWEA-medlemmar, även ni kommer att kunna berika SWEA med nya erfarenheter, idéer och utmaningar. Vi hoppas att våra nya medlemmar kommer att trivas och känna att SWEA har något att erbjuda för alla. Även vid behov upptäcka att när det gäller kvinnans lott här i livet så kan vi alla, oavsett ålderskillnad, vara till stötta för varandra som goda medsystar.



Mette Synnerström



Kerstin Løvoll Andersson



Katarina Silfverskiöld, Camilla Olsson, Inger Andersson och lilla Emelie Silfverskiöld



Signe Pedersen och Ingela Grönlund



Maud Wester och Signe Pedersen



Marina Udén och Katarina Plavnik



Tone Süssly, Kerstin Huddberg och Pernilla Swedberg

### METTES FILMJÖLKS LIMPA

Här kommer recept på den goda filmjölkslimpan som vår sponsor/PR ansvarige Mette Synnerström bakade till "nya medlemsträffen den 7 november hos Katarina Silfverskiöld

5 dl vetemjöl  
2 dl grahamsmjöl  
3 dl rågsikt  
2,5 dl rågkross  
1 dl vetekli  
0,5 dl vetegroddar  
1 tsk salt  
4 tsk bikarbonat  
1 liter kefir (eller annan filmjölk)  
1 dl mörk sirap

Blanda alla torra ingredienser noggrannt. Smörj och bröa två 1,5 liters formar. Rör ned sirap och filmjölk och blanda väl. Grädda i 70-90 minuter i 175 grader.



## En välsignad vinkväll

Text och foto: Maud Wester

Tjohoo, det här ska bli trevligt, tänkte man redan när vinspecialisten Annika Groven hällde upp första glaset och sa nåt om att vi väl inte behövde såna där spottkoppar i kväll. Det var nån vit Sydafrika - det finns svarta också fast inte på flaska, fnissade nån. Smakade av citrus och apelsin, hette det, va farao, glider ju ner fint det här sa vi när det kom påfyllning.

Andra flaskan var mera som kall glögg eller jäst lingondricka, sånt behöver väl inte kosta 119.90, i alla fall inte outspätt, tihiii. Det blev bara nåra klunkar, sen fick den stå, för det var ju två glas till på bordet. Behövs väl inte så mycket snack heller för att ta sig ett glas.

"I Norge är åtta flaskor av tio röda, fast i sommar gick det mycket mer vitt än vanligt", sa Annika. "Norge köper 52 procent kartvin, dvs bag-in-box, och det ökar." Klart det, mycket lättare att hiva i båten eller bilen till hytta. Och tar inte slut i ett kör. Kanel, pratade hon om, och kryddig smak, med plommon och röda bär, ja det var ju det jag sade, glögg och lingonsaft. Och vin är per definition jäst druvsaft.

Fast lite spännande är det förstas hur man kan finna fram så mycket bara med att känna efter. Och ändå har jag inte luktat än. Eller slurpat in med halvöppen mun och rullat i kinderna. Eller skvalpat runt med glaset. Visste ni att om det sätter sig fast uppåt kanterna (=hög viscositet) så betyder det högre alkoholhalt. Om det inte är sockerhalten förstas, värt ändå att testa.

Nu talar hon om tanniner, det heter det när man inte får säga garvsyra. Strävt som en katt-tunga, joo, det känns nästan så. Gulligt, det råkar jag ju i alla fall tycka om! Aftenpostens burdusa tecknare, Sönsteby, skrev faktiskt lyriskt om tanninerna i ett vin att de var som "en sammetsrock med silketrådar i". Jaha nu talar Annika om Noak, världens första drinkare, enligt kapitel 29 i Första Mosebok där det står att han blottade sig och låg i sitt tält. Det var ju där, i närheten av Noaks Ark eller bortåt Iran och Georgien, att man

hittade de första spåren av vinodling. Jag tror inte han brydde sig mycket om sammet och silke nej.

Tredje glaset fylldes på, en spansk en för bara 89.90. Osborne Solaz. Osborne är den engelska familj som flyttade till en plats mellan Toledo och Madrid för att odla vin. Nu är det en av Amundsens och familjen Grovens importfavoriter. Och flaskan har sannerligen den där berömda tjuren på sig som man ser på stora skyltar mitt ute i spanska landskapet. Jag som trodde tjuren var Torres-vinerna, lite spanska kan man ju, Olé olé. Passar perfekt till entrecote, säger Annika. Klart det, oxen med oxen. Passar väldigt bra alls, tycker jag. Också till plånboken. Så har den också fått en sexa i Se og Hör och 87 poäng av den världsberömda Parker. 20 procent Cabernet Sauvignon, 80 av den typiskt spanska favoriten Tempranillo. Lite muntorr och sträv för att den lagts på nya fat från USA som avger mera garvsyra=eksmak.

- Tänk vad kul att kunna så mycket om ett vin. Man blir ju nästan nykter av såna här njutarstunder. Om dom inte bara stökade så mycket häromkring, Annika har redan fått hyscha ner decibellerna och sätta upp ett finger framför munnen. Det brukar visst vara så vid tredje glaset. Kunde dom väl hålla på med hemma. Vi oenologer som bryr oss vill gärna njuta i ro. Polet har 8 000 produkter på sin lista, så vi kan hålla på en stund. Annika konstaterade att en vuxen norrman faktiskt bara dricker 13 liter vin per år. Italienarna lär visst ligga på cirka 110.

Sista glaset. En specialbeställning, och på sätt och vis Husets vin, eftersom vi sitter i Margaretakyrkan och prästfrun Gun Madestam särskilt hade önskat sig det för kvällen. Rocca Sveva Amarone -99 heter det. Där har druvorna lagts till tork, hängt i tre månader för att smaken ska bli mer koncentrerad. Alltså dyrare, hoppas, 260 kronor, det var lite mer än vanligt kyrkkaffe. Hela salen invaggas i ljuva smaksord som russin, plommon, t.o.m. lite balsamico. Körsbär, lakris, kryddig, eksmak efter fatlagring i två år, den blir bara allt godare - kan ni känna en lite brännande ton längst bak i tungan??? Annika mässar alla omdömen,

församlingen i salen ler saligt. De torra bitar skuren parmesanost man trycker i gommen som tilltugg fullbordar seansen.

- Rund, rik, lång eftersmak mumlar jag med i kören. Jag är redan frälst. Ett glas till, tack!



Annika Groven i aktion bland vinbuteljerna

### Faktaruta

Veckan före vår vinavsmakning stod en artikel på åtta sidor i Time om den stora vinkrisen i den gamla världen. Frankrike har halverat sin konsumtion sedan 1960-talet, och deras export lider under de nya ländernas succé. Australien, Spanien, Argentina, Chile, Sydafrika hör till vinnarna, och i stort har vindrickandet gått upp med tio procent på sista decenniet. Men fransmännen lever på generationers nonchalans och tror att man inte behöver någon marknadsföring eller årliga deklarationer på flaskan. Något dussin stora namn höjer sin kvalitet och priserna när över alla statusgränser, resten går på avgrundens rand trots landets statsunderstöd.

Man betalas för att gräva upp sina vinland, man har provat falska "smakförbättringar", man slår sig ihop till storlagringsplatser och grosshandlarsförsäljning i hopp om att överleva. Man har t.o.m. fraktat sitt vin i tankbilar till att destilleras för industribruk, 13,3 miljoner flaskor i närheten av Bordeaux. I Canada växer också problemen i den egna produktionen. I London dricker man bara alltmera vin, faktiskt nu mer än öl, och en pub-kedja har börjat servera vin på tunna, on draught. Men det är från Australien, inte från Frankrike. Vad fransmännen och resten av gamla och nya världen verkligen hoppas på är China. Men än så länge ligger konsumtionen på 0,3 liter per capita, importproblemen är enorma och den enda växande målgruppen är en ung, övremedelklasskvinna med höga inkomster. Väntan lär bli lång, enligt Time.

## Bed and Breakfast i Beverly Hills.

Text: Marina Udén

Min dotter skall fylla 18 år och som en minnesvärd present ville jag ge henne/oss en tur till Californien. En tur för att fira våra 18 år tillsammans och en tur jag ville ge henne som stimuli i det sista gymnasieåret.

Vi började turen i San Fransisco, hyrde bil och reste upp i vackra Napa Valley. Så körde vi Highway 1 south via Carmel, Monterey, det vilda klipp/ och berglandskapet omkring Big Sur, nedöver mot lågland och värme, den pittoreska danska staden Solvang, St Barbara, St Monica och till sist Los Angeles.

Och här i Los Angeles skulle jag nu finna fram till Marianne Sample i SWEA vars annons om bed and breakfast jag funnit i medlemsbladet SWEA International. När trafiken tätade och filerna blev alt flera, ju närmare vi kom LA var jag otroligt tacksam för "Miss San" vår GPS som var ansvarig för att vi blev dirigerade till Mariannes adress. Via St Monica Blvd till Beverly Hills och Olympic Blvd meddelade så



Marianne och Marina

"Miss San" - "you have arrived". Ok, men var bor hon här? Vi fick ringa. Efter lite - "var är ni, var står ni"? - såg vi plötsligt denna söta kvinna, stå där och vinka.... och vinkade oss in i sitt garage. We have arrived!

Så fantastisk vi hade det här i huset hos Marianne! Vi kände oss så välkomna, så hemma med en gång, vi var inte längre turister, vi "bodde" i Beverly Hills! Jättefint, romantisk rum med god säng, tv och läckert

badrum. Frukosten var vackert dukad kl 08. Vi hadde egen nyckel och privat garage. Vi fann en samhörighet direkt, hade så mycket att prata om. Min dotter fick massa information om skolor hon ev. kommer att söka till och erbjudande om att här har hon en "amerikansk mamma" och ett svensk miljö att finna tillhörighet i och jag fick med mig fantastisk vackra designade magnetsmycken jag nu kommer att introducera i Norge. Jag gläder mig att få visa dem för er!

## Diakonigrupp i Svenska Margaretakyrkan

Text: Sylvia Söderman Fosdahl

I Margaretakyrkan finns en diakonigrupp som består av 8-10 personer med Gun Madestam som kontaktperson. Gruppens medlemmar, som möts några gånger per termin och fortbildar sig, den gångna terminen genom att studera en handbok i besökstjänst, finns tillgängliga för ev. hem- och sjukbesök.

Gun Madestam, som även är sjuksköterska, arbetar som diakon i Margaretakyrkan och kan ställa upp som medsyster och samtalspartner för Swoer som behöver någon att prata förtroligt med. Många Swoer har ju flyttat från sina naturliga nätverk och kan ha behov att få hjälp att sortera sina tankar och livssituation.

Gun Madestam håller på att skaffa egen mailadress för att vara lättare tillgänglig, men tills vidare kontaktas hon via Margaretakyrkans telefon: 23 35 32 50, sin hemtelefon 23353255 eller sin mobil 97125823, samt via en styrelsemedlem som också kan förmedla kontakten.

Diakoni är grekiska och betyder tjänst, dvs att omsätta Guds ord i handling och ha omsorg om hela människan. Tyngdpunkten ligger på lyssnandet. Diakoni är mer öra än mun. Diakonen har tystnadsplikt. Diakon har utöver sin diakonutbildning en fackutbildning i botten, t.ex sjuksköterska eller socionom. Diakoni kan vara "förebyggande", som att vara till för unga som kommer till en ny plats. Den "akuta" diakonin är krishantering och t.ex uppföljande sorggrupper, att generellt vara till hands vid kriser och katastrofer i människors liv. Den "uppbbyggande" diakonin är en hjälp att finna en meningsfull tillvaro i livet.

**D**AHLEN TEKSTSERVICE

översettelse fra svensk til norsk, språkvask,  
lang erfaring med oversettelse av tekniske tekster  
Tlf. 67 07 54 15 - 911 59 607, tg@nittedalsnett.no

## Detta är dina medlemsförmåner som medlem i SWEA Oslo!

- Möjlighet att gå på alla SWEA Oslos programpunkter
- Möjlighet att vara med i bokcirkeln och/eller SWEA Mammorna
- Få SWEA-bladet 2 ggr / år
- Få SWEA-Forum 2 ggr / år
- Få nyhetsbrevet SWEA-nytt 6 ggr / år, skickas till de som angett en e-postadress
- Kunna använda SWEAs B&B, Bed and Breakfast, i 54 olika länder. Där får du en personlig och bra service till ett bra pris
- Vi har samarbete med Norsk-Svenskforening som ger möjlighet att gå på en del av deras arrangemang till medlemspris
- SWEA-Guiden, som bl a är en fantastisk landsguide gjord av Sweor som bor på orten, att använda både vid semester och vid en eventuell flyttning. Denna delen är passords belagd eftersom den säljs till olika företag men gratis för alla Sweor. Den innehåller också en personbank där du kan lägga in ditt CV som de olika företagen kan titta på när de letar personal. Plus massor av annan information om att flytta och bo utanför Sverige
- Diverse SWEA-produkter, se mer på vår hemsida.
- Olika framförhandlade internationella rabatter. SWEA International förhandlar hela tiden med olika företag mm om bra erbjudande till oss Sweor. Dessa förändrar sig med jämna mellanrum och du bör gå in på SWEAs hemsidan med jämna mellanrum för att se nyheter. Några exempel i november 2006 är en sjukvårdsförsäkring som gäller i hela världen, billigare medlemskap i föreningen Svenskar i Världen - SVIV, special pris på SVT EUROPA, 10% rabatt på ordinarie priser på Hotell Diplomat i Stockholm och lägre medlemsavgift för oss Sweor i föreningen Svenska Mammor.
- Rabatt på olika arrangemang på Voksenåsen. Rabatten får vi vid beställning genom att hänvisa till avtal mellan SWEA och adm. dir. Ellingsen, eller genom att visa vårt medlemskort och referera till samma avtal. Det är inte fråga om någon fast procentsats utan bara ett lägre pris än det ordinarie priset.
- Möjlighet att vara med på de olika arrangemang som finns på olika ställen i världen under året. Ex. på detta är de träffarna som är i Sverige under sommaren, typ Sverigemiddagen, eller resor i de olika länen - sist Värmland och året innan Gotland, sommarluncherna, konstdagarna mm mm. Om det frestar med en liten "joggingrunda"arrangeras "Våruss" på Mallorca varje vår, en informell kvinnotävling som avslutas med picnic på stranden. Mer information om detta kommer löpande under året på vår hemsida och på [www.swea.org](http://www.swea.org)
- Så kan man resa tillsammans med SWEA, ex på de olika Regionmötena (RM) som arrangeras varje år eller Världsmötet (VM) som är vartannat år på olika ställen runt jordklotet. År 2005 kunde man faktiskt göra en rundtur runt jorden från RM till RM i löpet av en månad! Information om de olika RM och om VM finns på [www.swea.org](http://www.swea.org)
- Och inte minst finns det ett fantastiskt nätverk runt om i hela världen! Berättelserna om hur olika Sweor får hjälp och vänner överallt när de behöver, finns det massor av och några av dem kan ni läsa om på vår hemsida under fliken medlemsförmåner. Så hoppas vi att snart få höra flera från er som är smarta nog att använda er av SWEAs fantastiska nätverk!
- Och till sist ett tips: Bär er SWEA-nål när ni är ute och reser! Oddsén för att ni då får kontakt med andra Sweor är väldigt höga! De finns överallt och det är alltid som att träffa gamla vänner när man ses!

**SWEA OSLO TACKAR SINA  
SPONSORER OCH ANNONSÖRER**

# Anslagstavlan

## Hjälp SWEA med vinster!

Har ni t.ex. någon oanvänd julklapp i garderoben, så skänk den till SWEAs lotteri. Eller kanske en bekant med affär och generöst sinne.

Tag kontakt med Mette Synnerstrøm  
[sweasponsor@gmail.com](mailto:sweasponsor@gmail.com)  
eller mobil: 473 55 443

Margaretakyrkan önskar en web-moster att bygga och följa upp kyrkans web-sidor.

Ta kontakt med  
Gun Madestam,  
tel. 23 35 32 50

Du vet väl att SWEA Oslo har en **mammagrupp**?  
Är du mamma med barn och önskar kontakt med andra svenskor med barn ska du ringa

Pia Nelson Önfelt  
mobiltf. 916 38 995  
eller skicka mail:  
[pia.nelson@astrazeneca.com](mailto:pia.nelson@astrazeneca.com)



## SWEA Oslo medlemsförmån:

Rabatt på alla kulturarrangemang på **Voksenåsen**.  
Mer information på hemsidan.

## Har du en e-mail adress?

Har Du sänt den till SWEA? Eller har Du fått ny? Fint om Du kunde sända den till [sweamedlem@gmail.com](mailto:sweamedlem@gmail.com)

Vi får ibland besked om att post vi sänder inte når fram i tid.  
Himla enkelt att snabbt kunna nå så många som möjligt med e-mail!  
Tack!

## BED & BREAKFAST

SWEA har en rumsförmedling över hela världen.

Detta innebär att Sweor upplåter sina hem för besökande Sweor så att man för en billig penning får övernatta och äta frukost.

Gå till Bed & Breakfast på [www.sweaguiden.com/](http://www.sweaguiden.com/) så kan du läsa mer.

Här i Oslo har är det vår vice ordförande, Kristina Arntyr, som håller i registret. Om du är intresserad i att hyra ut rum eller vill hyra rum i Oslo så ta kontakt med Kristina [sweaiceordf@gmail.com](mailto:sweaiceordf@gmail.com) på e-post eller på telefon +47 92 49 24 26.



## TRYCKFELSNISSE

Har du upptäckt något fel i Medlemslistan vad gäller adress, telefonnummer eller e-post, eller får du inte SWEA-Nytt på mail?

Kontakta  
[sweamedlem@gmail.com](mailto:sweamedlem@gmail.com)

Har du några juridiska frågor, men inte vet om det lönar sig att gå till advokat?

Tag kontakt med JURK som erbjuder gratis juridisk rådgivning; vare sig det gäller arv, barnrätt, skuld, bostad, arbete, sjukförsäkring, äktenskap, ogift samliv, våld & misshandel eller utlänningsrätt och international privaträtt, mm. All hjälp är gratis, (inga inkomstgränser).

Det är de nästan utexaminerade kvinnliga juristikstudenterna vid Universitetet i Oslo som arbetar för att bekämpa kvinnoförtryck och för att förbättra kvinnors rättsställning.

[www.jurk.no](http://www.jurk.no)

Brev sändes till: JURK, PB 2691 Solli, 0204 Oslo

Telefonmottagning: måndag kl. 09-15;

tisdag kl. 17-20; onsdag kl. 09-15

Tel: 22 84 29 50; Fax: 22 84 29 51

Personligt besök, Arbinsgate 7 :

tisdag kl. 12-15 & kl. 17-20