

# Gamla<sup>s</sup> Nyheter

TALRÖR FÖR KÅRBÖLE GILLE R.F.  
ÅRGÅNG 61 NR 2 SEPTEMBER 2024



## Red.

Det händer mycket nu. I år har vårt husbolag redan avverkat tre bolagsstämmor, och det blir fortsättning nu i höst. Orsaken är att det är dags att ta itu med flera större renoveringar som länge skjutits fram. Ett tips: Flytta inte sådant för långt i framtiden, det slår tillbaka förr eller senare. Det jobbiga i vårt fall är att det blir dyrt, men det positiva är att processen har gett oss en helt ny nivå av sammanhållning. Man känner folk som man inte kände förr, man upptäcker gemensamma intressen och bekanta, man träffas på innergården ibland och säger mer än "Hej!".

Dan

Pärmbildsfoto: Peter Rehnström

## Innehåll

- 3.....Ordförandes hälsning
- 4.....Kom med på keramikkurs!
- 5.....Gillet's bokcirkel
- 6.....Fågelskådning
- 8.....Intuitiv målarkväll
- 9.....Mellan hägg och syren
- 11.....Gympan hösten 2024

## Gamlas Nyheter

*Utgivare:*

Kårböle gille r.f.

*Ordförande:*

Krisse Rehnström

050 0317714, 09-535 997

Näverlursvägen 43 B

*Huvudredaktör:*

Dan Kronqvist

050 362 8126

Kantelevägen 17 D 19

*Layout:*

Wilma Rehnström

*Tryckeri:*

PunaMusta Oy

**Manusstopp för GN nr 3 / 2024 är  
23.9.2024.**

# Ordförandes hälsning

Bästa läsare, vi har fått njuta av sommarvärme och vackert väder sedan slutet av april nästan hela tiden. Skolavslutningar har firats runtom i landet. Gillet gratulerar alla nyexaminerade från olika stadier!

Årskurs 4 åkte traditionellt på fågelutflykten med klassläraren Robert Lindholm den 21 maj, start som vanligt kl. 05.30 från skolan. Andrea Packalén väntade på gruppen i Vik. Sällan har vädret varit så fint och varmt på fågelskådningen som denna gång. Robert har fotograferat och Siri Valkama, en av eleverna har skrivit om utflykten i denna GN.

Ordkonst ordnades för årskurserna 3 och 4 på vårterminen, med en lärare från Sydkustens landskapsförbund.

En dramaklubb ordnades för åk 3 - 5 med en ledare via Nylands svenska ungdomsförbund.

Läs om höstens program i detta nummer av GN och anmäl dig med.

Gilletts medlemsavgift är fortfarande 10,- för vuxna och 2,- för barn och unga under 18 år. Använd referensnummer 1012 vid betalning, tack!

Värmen har vi fått ha runt oss nästan hela sommaren, ändå med lite regn emellanåt så att svamparna växer på hösten.

Ha det bra, riktigt sköna höstdagar till er alla!

**Krisse**

# Kom med på keramikkurs!

Kom och lär dig något nytt eller kom bara och njut av att få sätta händerna i lera. Att jobba med lera lugnar ner och är avstressande – men samtidigt också stimulerande. Lerarbete ger energi!

Kårböle Gille ordnar en keramikkurs tisdagen den 22.10 tillsammans med keramikverkstaden Leera.

Vi kommer att använda oss av korbteknik och var och en får göra ett valfritt föremål t.ex. en kopp, skål, kruka eller tvålfat. Föremålen bränns och glaseras i efterhand och avhämtas senare.

När: tisdagen den 22.10 kl. 18.15-20.15

Var: Keramikverkstaden Leera i Brunakärr. Koroisvägen 4 C, 00280, Helsingfors.

Kostnad: 70 euro/person

Anmälan senast den 1.10: Nina Simonsen, [nina.simonsen-rehn@helsinki.fi](mailto:nina.simonsen-rehn@helsinki.fi), tel: 0400 948123.

Välkommen med!



# Gillets bokcirkel

Välkommen med i Gillets bokcirkel! Höstens första träff är 13.10 kl.15 i Drängstugan

Bokcirkeln träffas cirka en gång i månaden i Drängstugan på Sorolavägen 4. Vi planerar läslistan tillsammans. På träffarna diskuterar vi böckerna vi läst och delar med oss av våra lästips.

Följ Gillets hemsida [www.karbolegille.fi](http://www.karbolegille.fi) eller Gillets facebook-sida för närmare information och datum för träffarna.

Välkommen med!

Mer info: Barbro Käld, tfn 050-3610923, [barbro.kald@gmail.com](mailto:barbro.kald@gmail.com)



# Fågelskådning

Jag vaknade klockan 4.45 och det kändes som om jag skulle somna igen. Eftersom alla i huset sov måste jag smyga omkring.

Sedan när jag kom till skolan var alla mina kompisar där redan då, och sedan steg vi på bussen. Jag satt bredvid min bästa kompis men läraren satt bakom, och det var inte roligt.

När vi steg av bussen mötte vi vår ornitolog, hon hette Andrea och var ganska snäll.

När vi hade vandrat en stund stannade vi vid ett utsiktstorn, vi gick upp i grupper. Sedan åt vi mellanmål fast klockan var 7.00. Vi såg kossor och hägrar. De såg ganska roliga ut för de bara stod i vattnet. Jag lärde mig också att lövsångaren är Finlands vanligaste fågel.

I bussen tillbaka hade jag ganska mycket energi men klockan var inte ens 10.00. När vi kom till skolan hade vi rast och en lektion. Den var ganska rolig. När lektionen var slut åt vi lunch. Det var ärtsoppa. Det smakade så gott för jag var ganska hungrig. Efter det tog dagen slut för oss.

## Siri Valkama, åk 4





*En tidig morgon.*



*Mellanmål snart!*

# Intuitiv målarkväll

Kårböle Gilles tema för 2024 är konst och kultur.

Tisdagen den 7.5.2024 ordnade Kårböle Gille en intuitiv målarkväll ledd av Harriet Fagerholm. Vi utforskade öppet och nyfiket det egna uttrycket med vatten- och akrylfärger utan prestationskrav och mål. Kvällen hade 5 deltagare och alla upplevde det som inspirerande och roligt att måla tillsammans. Önskemål om fortsättning till hösten uttrycktes av deltagarna.

Så välkommen med tidigare och nya deltagare!

Vi målar tisdagar 24.9, 29.10 och 26.11 kl. 18.30-20.30 i Drängstugan på Sorolavägen 4. Materialavgift 20e/gång. Betalas kontant eller med mobilepay. Anmäl dig gärna till [harriETFagerholm@gmail.com](mailto:harriETFagerholm@gmail.com)





## Mellan hägg och syren

Skomakaren fick ingen ledighet i år. Det sägs att han håller semester mellan häggens och syrenens blomning och i år skedde det på samma gång. Våren liksom aldrig riktigt hann komma förrän sommarvärmen tog över. Blommorna vissnar hastigt och igen kanske det känns som om man inte riktigt hinner med. Hur hinner jag stanna upp inför vårens skönhet? Kårböle Gilles bokcirkeldeltagare njöt av sin avslutningspicknick i Malmgårds äppelträdgård i slutet av maj. Det är en magisk plats som ger många glädje.

Att läsa är speciellt för många kvinnor en kär fritidssysselsättning. Att diskutera böckerna och berättelserna är otroligt inspirerande. De öppnar nya världar och ger oss verktyg att hantera verkligheten bättre. Det är beklämmande att läsa om hur lite de unga läser litteratur nuförtiden. Det tunnar ut den mänskliga förståelsen av erfarenheter i livet. Korta videosnuttar ersätter långsamt läsande och begrundande. Det bådär inte gott för vår kulturs bildning. Det håller på att ske ett fördummande i kulturen som det kan vara svårt att korrigera. Bildningsnivån bygger på tidigare generationers bidrag. Det behövs en aktiv insats av både föräldrar och oss mor- och farföräldrar för att få de yngre att läsa. Allt kan inte överföras till skolans ansvar.

Jag har fått tillbringa några lördagar i Ode biblioteket där vi haft ett grupputrymme till vårt förfogande för planering av ett evenemang till hösten. Ode är en magisk plats. Eftersom det finns glasväggar så kan alla se vad som händer i utrymmena. Det ger inspiration och grupper av olika människor, både turister och lokala bara går omkring och tittar på vad som händer i de olika rummen. I ett rum övas det dans, i ett annat kockas det och i ett tredje spelar man in musik. Jag känner en stolthet över att Finland lyckats skapa denna fantastiska plats som ger alla en möjlighet att utöva fritidsverksamhet utan kostnader. Det är verkligen ett ställe att bara uppleva och få inspiration av andras verksamhet.

Ibland kanske det känns som om man kört fast i sina gamla mönster och behöver få nya tankar kring sin egen fritidsverksamhet. I Gamlasgården fanns i maj en utställning av Medborgarinstitutets elevers målningar. De var högklassiga och

roliga att titta på. Alla former av kreativt uttryck är välgörande för människan. Dans som uttryck har visat sig ha mycket god inverkan på välmåendet enligt ny forskning. Mental hälsa stärks av fri dans och annan rörelse. Speciellt välgörande är det att våga göra något helt utan prestationskrav. Bara för att det är roligt. Bara för att prova på något nytt. Kanske borde man kolla in Medborgarinstitutets utbud till hösten.

Fritidsverksamhet borde väl handla om att göra något roligt och meningsfullt för sin egen skull. Begreppet fritid uppstod i samband med industrialiseringen. I jordbrukarsamhället fanns ingen fritid. Fritid är den tid som en person förfogar över själv enligt eget tycke och smak. Fritid är den tid som finns kvar efter arbete, måltider, hushållsarbete, sömn och fysiskt förflyttande mellan aktiviteter. Hur många timmar fritid har jag i veckan? Vad gör jag med den? Känns den tillfredsställande? Ger min fritid mig extra energi och glädje?

Sommaren erbjuder mera fri tid och möjligheter till rekreation än under andra årstider. Förväntningar på att den skall vara på ett visst sätt kan skapa mer stress än avkoppling. För många människor fortsätter inre osynliga kamper mot olika utmaningar i livet trots sommarens skönhet. Livets alla skiftningar finns med oberoende av årstid.

Jag önskar dig en skön sommar.

**Harriet Fagerholm**



# Gympan hösten 2024

Gympan för vuxna är i gång!

Vi har aerobic/muskelträning, ibland cirkelträning, och avslutar passet med en halvtimmes stretching på onsdagar kl. 18:30 - 20.00 med Anne Tuuri som ledare. Platsen är Kårböle skolas fina gympsal.

Är du intresserad och vill veta mera, mejla Nina Simonsen ([nina.simonsen-rehn@helsinki.fi](mailto:nina.simonsen-rehn@helsinki.fi)). Vi har en whatsapp-grupp som informationskanal.

Välkommen med!



*Bild: freepik.com*



Vi tackar:

---



Avsändare:  
**Dan Kronqvist,**  
**Kantelevägen 17 D 18**  
**00420 Helsingfors**



---

Medlemsavgiften till Kårböle Gille är 10 euro för vuxna och 2 euro för barn under 18. FSH:s tidning Hembygden ingår i avgiften. Betalningen görs till Aktias konto IBAN FI93 4055 4210 0014 16. **Använd referensnummer: 1012.**

Nyanmälningar och adressförändringar till Krisse Rehnström,  
krيره@hotmail.com eller via hemsidan [www.karbolegille.fi](http://www.karbolegille.fi)