

# Hjärtbladet



Medlemstidning för Föreningen Öckerö HjärtLung

## Månadsträff

Tisdagen den 7 oktober, 2014  
kl.17.30 på Solhöjden, Öckerö  
**Välkomna!**

**Underhållning**  
Jussi Edefors med band.

**Föredrag**  
Bengt Eric Skoog om kolens historia  
och utveckling samt framtida forskning.

---

### Meddelande från ordförande René Ahlberg

Den 2 oktober hålls en HLR- instruktörsutbildning på Kvarnkullen i Kungälv. Är det någon som är intresserad av att delta kontakta René Ahlberg, mobil 070-6048228 för mera information.

### Ett gammalt piano lever upp...

Sensommaren visade sig från sin allra bästa sida när höstsäsongen för Öckerö HjärtLung startade upp den andra september med det första medlemsmötet. Två "stjärnor"

hade engagerats för kvällens underhållning och de var så glada över att ha blivit hämtade hemma "ve dörra" av en trevlig herre, Rune Gustafsson. Annars – när un-



derhållarna inte skall ut till öarna vill säga – så kan de åka med en *egen* spårvagn. Spårvagn nummer 420 har nämligen namnet "Harry Persson". Fru Marianne hade blivit tillfrågad om inte hennes namn kunde stå på släpvagnen men det hade hon tackat nej till...

Det var alltså två "legendarer" från Göteborgs kulturliv som nu hade mött upp på Öckerö. Harry Persson berättade om när han för första gången kom ut hit till öarna. Han och hans pappa skulle spela på Öckerö Danspaviljong och åkte hit med ångbåten Ejdern. Den resan hade varit ett helt äventyr för Harry. Sedan har det blivit flera resor t.ex. så gästade paret vår förening för fyra år sedan. Det – och den då spelade repertoaren – höll Marianne noggrant reda på i sin lilla bok "för annars så kunde man ju befara att publiken fick höra samma bitar en gång till" och det ville ju Harry och Marianne inte riskera...

---

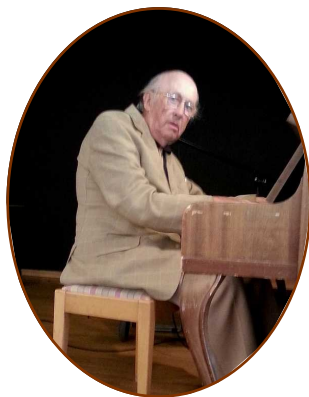
Tänk gärna på Gåvo- och minnesfonden i Föreningen Öckerö HjärtLung



Föreningen Öckerö  
**HjärtLung**

**Ge oss ditt stöd**  
Gåvofondens Bankgiro är 741-0236

När Harry hade satt sig vid pianot blev det helt tyst bland publiken och sedan forsade musiken fram i salen, tonerna välldes fram med en fantastisk klang och ett stort djup. Hade "vårt" gamla piano någonsin förr låtit så bra? Ja, det skulle väl ha varit för fyra år sedan då. Stardust och Tea for two lyssnade vi andlöst till men när Rosemarie och Edelweiss spelades så började ett svagt nynnande bland medlemmarna. En del av texten hördes i Knô dej in, ännu mer text i Tänk ifall barna får ett glas öl och när melodierna i Glory, glory... och Halta Lottas krog klingade ut då var allsången i full gång och det utan att någon egentligen hade uppmanat till det!



En liten paus var på sin plats och den sedvanliga smörgåsen smakade inte dumt till kaffet. Kaffe förresten, det serveras inte av sig självt, är det någon som kan hjälpa till i kaffegrupperna så tar vår ordförande gärna emot ett samtal om den saken!



Lotterna hade som vanligt en strykande åtgång och en del av medlemmarna blev nästan välsignade med "ett guldregn" av vinster. Hur bär de sig åt? Tar de lotter på ett ställe på ringen eller fördelar de lottavrivningen jämnt över hela ringen? Eller finns det inga knep alls? Inte vet jag...

Till smörgåsen och kaffet serverades det den här gången små "franska våfflor". Är det så väl planerat att till och med kaffebrödet är inköpt så att det passar underhållningen? För nu började Marianne Persson prata om att hon minsann kunde franska och hennes rullande r i sången Chanson d'amourrr rullade verkligen ut i lokalen. Hon var en mästarinna och fastän hon är

från Masthugget så lät det som om hon kom direkt från Paris. Även i melodier med svensk text som Strö lite rosor och Jag har en liten melodi som jag är så förtjust uti, var just r:en fantastiskt tydliga. Överhuvudtaget så hördes texten ovanligt bra och man kom på sig med att plötsligt reflektera över texterna i sånger som man har hört ett otal gånger: En stjärna föll i nattens mörker... löven dalar tyst... en lyckostjärna som drager ett gyllene band... Det skönaste som livet gav...

Publiken fick små goda levnadsråd av Marianne, hon har själv tillämpat dem i många år. Varje dag ska man exempelvis titta sig i spegeln och säga: Gud vad vacker jag är just idag! Enligt Marianne så fungerar det bra och man känner sig mer positiv. Fast en annan sak kan tyvärr inte så många av oss begagna sig av. I situationer där hon kan behöva förklara sig, tittar Marianne bara och säger: Ja, jag är ju från Masthugget, sedan behöver hon inte säga mer. Det förklarar tydligen det mesta, tänk vilken användning man skulle ha haft av det!



Förresten, vad beträffar pianot så frågade jag Harry Persson hur det kändes för honom att

spela på pianon som kanske inte alltid var i så god kondition, han var ju van vid flygeln på Bräutigams

Café. Han förklarade att han faktiskt hade kunnat spela på de flesta pianon som han hade mött under sin långa karriär. Fast han drog sig till minnes en gång när han ackompanjerade Sten-Åke Cederhök någonstans mitt ute på landet. Sten-Åke höll på att sjunga den första sången när han plötsligt stannade upp och sa till publiken: Det är inte pianistens fel att det låter så fasansfullt, det är ert piano!

Föreningens medlemmar fick verkligen ta del av en suverän underhållning den här kvällen. Ett samspelt par bjöd på fantastiskt spel, ovanligt bra sång och roligt kåserande. Applåderna blev långa men jag såg faktiskt





inte på vilket sätt Marianne tackade, hon vet nämligen inte vilket sätt hon ska välja – niga eller buga – nu när hon är över sjutton år...

Monica Nyström

Foto  
René Ahlberg och

Rune Gustafsson

---

### *Ta det lugnt*

*Det är så svårt  
att slappna av  
med alla "måsten", "ska" och krav.*

*Ja, tiden flyr  
av jäkt och stress.  
Och allt som sker  
blir mest en press.*

*Men du är fri  
att sakta in.  
För tänk på att din tid är din*

*Så ta det lugnt  
en liten stund.  
Låt här och nu  
bli din sekund.*

S. Andersson



## Bussresa till Simsjön onsdagen den 29 oktober



Ryttmästarbostället, vid Simsjön utanför Skövde, drivs av en ideell förening. Föreningens syfte är, att bevara befintliga byggnader, möbler och bruksföremål från indelningsverkets tid samt tillse att samlingarna är tillgängliga för allmänheten.

I resan ingår inträde och guidning av Ryttmästarbostäderna och vi avslutar med en härlig buffé.

Hela programmet tar ca. 3 timmar och det kostar 685 kr. På hemresan stannar vi vid Falbygdens ost för att handla några goda ostar.

1:a stoppet för kaffe i Vara	11,4 mil
2:a stoppet vid Skara Domkyrka	3,5 mil
3:e stoppet Ryttmästarbostället	3,0 mil
4:e stoppet Falbygdens ost	3,3 mil
5:e stoppet för kaffe i Vårgårda	

**Avgång** kl:08.00 från Lilla Varholmen.

**Ankomst** kl:18.30 till Lilla Varholmen.

**Anmälan görs till:**

Lillemor Ahlberg, mobil 076 2479491

**Sista anmälningsdagen är  
onsdagen den 22 oktober**

**Pengarna sätts in på Bankgiro: 266-8606**

Man kan sätta in pengarna med en insättningsblankett på banken eller via Internetbanken.

**OBS!**

Glöm inte att skriva vem inbetalaren är och notera att resan gäller "Bussresa till Simsjön"



## Teriyakilax med nudelsallad

### Ingredienser

600 gr laxfilé

### Marinad

5 msk ljus soja  
3 msk strösocker  
1 msk sesamolja  
1 msk vitvinsvinäger  
1 st riven vitlöksklyfta



### Nudelsallad

2 pkt glasnudlar  
1 burk minimajs, delade på mitten  
70 gr färsk spenat  
0,5 st rödlök i små klyftor  
10 st rädisor delade på mitten  
150 gr sugersnaps delade på längden  
laxmarinaden + 1 msk ljus soja  
rapsolja till stekning  
salt

### Tillagning

Dela laxen i 4 jämnstora bitar. Rör ihop ingredienserna till marinaden. Lägg laxbitarna i marinaden och ställ eventuellt i kylan över natten.

Mjuka upp nudlarna genom att koka dem enligt anvisningen på förpackningen, men förkorta tiden med 2 minuter. De ska vara spänstiga. Skölj med iskallt vatten.

Ta upp laxen och torka av den. Spara marinaden. Stek i medelhet panna, först på ena sidan ca 3 min. sedan den andra sidan i ca 2 min. Hetta upp en panna med lite olja tills den är rykande het. Stek hastigt minimajs, spenat och rödlök till nudelsalladen. Häll över marinaden från laxen och tillsätt sojan.

Lägg i nudlar, rädisor och suger snaps och låt bli genomvarmt. Servera laxen tillsammans med den varma nudelsalladen.

		7	2	9			3	
		4	5	7				
							1	7
3	4							2
			8		5			
6							9	1
7	8							
				3	9	5		
	9			8	6	2		

### SUDOKUREGLER

Varje rad, vågrätt och lodrätt, skall innehålla siffrorna 1-9.

Varje liten markerad "låda" på 3 x 3 rutor måste också innehålla siffrorna 1-9.

Lösning på Nr 5 2014

1	3	2	8	7	4	9	5	6
6	5	8	3	9	2	1	7	4
9	7	4	1	6	5	2	3	8
8	9	7	6	5	3	4	2	1
2	4	6	7	1	9	5	8	3
3	1	5	4	2	8	6	9	7
7	8	9	2	4	6	3	1	5
4	2	3	5	8	1	7	6	9
5	6	1	9	3	7	8	4	2

### Medlemsnytt

#### **Nya medlemmar:**

Ann-Britt Karlsson	Öckerö
Aste Karlsson	Öckerö
Elsy Andersson	Fotö
Ronald Ludwigsson	Fotö
Ann-Marie Ludwigsson	Fotö
Harriet Carlsson	Hönö

### Medlemsnytt

#### **Vi hedrar minnet av:**

Vi samarbetar med (SV) vid våra aktiviteter.

**Ansvarig:** Egon Helgeson, tel:967076



**Ansvarig utgivare:** Christina Quick (chq)  
tel: 967997, e-mail: christina@quick.nu  
Foto: chq

**Manusstopp den 10 okt**