

Visitkortnummer – läs och ge vidare till någon som inte vet allt om AV!



aveiten

Arbetets Vänner Huvudföreningen rf 3 | 2023



*Gemenskap på svenska
i Helsingfors centrum*



<https://avh.arbetetsvanner.fi>



www.facebook.com/ArbetetsVanner



Aveiten sätter allt ljus på AV

Genom att bläddra igenom den här tidningen kan man göra en liten upptäcktsfärd.

Med just det här numret av Aveiten vill vi sätta AV Huvudföreningen på kartan för en vidare läsekrets, och inte utan lite stolthet visa och berätta vad vår förening i dag erbjuder den aktiva finlandssvenska allmänheten i Helsingforsregionen.

Walentinakören och AV-Teatern är de kanske synligaste formerna utåt av vår mångsidiga verksamhet, men vi har även många andra kretsar med meningsfull verksamhet samt gemensamma aktiviteter varje månad. Den årliga Barnfesten med de bästa av lekledare, den kanske mest välbesökta barnfesten för sex generationer Helsingforsare, inte att förglömma.

Och inte bara finns det plats i de flesta kretsar, en helt ny klubb kan kanske startas. Här finns alltså en fungerande aktivitetsplattform, ett sammanhang och utrymmen med toppenläge mitt i stan, i en anrik finlandssvensk förening som många lite yngre inte har på sin radarskärm överhuvudtaget. Kanske också en möjlighet för personer som i framtiden kan ha lust och kapacitet att driva vidare verksamhet inom förningshusets väggar. Här står vi i dag.

aveiten

är Arbetets Vänner Huvudföreningen rf:s informationsblad.

Utgivare:

Arbetets Vänner Huvudföreningen rf.
Annegatan 26, 00100 Helsingfors
e-post: info@arbetetsvanner.fi

Redaktion:

Anna Kujala, Monica Lindeman,
Elianne Rehn

Tryckeri: Forsberg, Jakobstad
ISSN 0356-0384

Aveiten 4/2023

utkommer i mitten av september.

Arbetets Vänner Huvudföreningen



Det nummer av Aveiten du nu håller i din hand är främst riktat till dig som ännu inte är medlem i föreningen. Jag tänker mig att du kommit till att det nog är lätt och behändigt att surfa och spela på datorn, men att det kanske känns lite ensamt och opersonligt. Då är det kontakt med "riktiga människor" som gäller. Att sitta och chatta på datorn är långt ifrån lika givande som en diskussion med en livs levande person ansikte mot ansikte. Det är här föreningar för fritidsverksamhet kommer in!

Det finns många föreningar med varierande verksamhet. Jag vågar dock påstå att få andra föreningar har en så mångsidig verksamhet under samma tak som AV Huvudföreningen.

Detta har varit möjligt

tack vare att föreningen äger huset på Annegatan 26 i Helsingfors och har därigenom kunnat tillhandahålla utrymmen för de olika verksamheterna.

Vår verksamhet riktar sig till och är avsedd för våra medlemmar. Det här innebär ändå inte att du som ännu inte blivit medlem i föreningen skulle vara utan möjlighet att bekanta dig med föreningen och de olika verksamheterna. I regel är det möjligt, om praktiska hinder inte föreligger, att några gånger bekanta sig med verksamheten inom föreningen innan man ansöker om medlemskap. Det är bara att vara i kontakt med respektive krets och komma överens om ett besök vid något av kretsens

evenemang.

Du som inte känner till AV:s historia ställer dig kanske något skeptisk till namnet Arbetets Vänner. Den omedelbara associationen är ofta till den politiska eller fackliga arbetarrörelsen, vilken inte ens då föreningen grundades varit temat för AV. Jovisst, AV är resultatet av en utbrytning från Helsingfors arbetareförening, som man ansåg blivit alltför radikal. Också inställningen till den svenska minoriteten bidrog till grundandet av den svenskspråkiga föreningen. Följande citat ur föreningens 75-års historik

kan kanske klargör situationen:

"Man fäster sig vid att grundarna av den nya föreningen sorgfälligt undvek att kalla den arbetarförening, de stannade för den allmänt

hållna benämningen Arbetets Vänner. Man kan spekulera en hel del över orsakerna. Tydligt är att ordet arbetarförening inte längre – sedan radikala strömningar begynt vinna insteg – ansågs ha den ursprungliga samlande innebörden. Dessutom ville grundarna av Arbetets Vänner närma sig arbetarfrågorna på ett annat sätt än arbetarföreningarna. Detta torde ha varit den väsentligaste synpunkten".

Medlemskåren har trots namnet, ändå sedan föreningens tillblivelse, bestått av personer från samhällets alla skikt. Idag är föreningen en typisk icke-politisk kulturförening.

Föreningens namn enligt stadgarna

är Arbetets Vänner Huvudföreningen rf. Till vardags talar vi om AV eller AVH. Du kanske undrar över ordet Huvudföreningen i namnet. Det kommer sig veterligen av att det redan i ett tidigt skede bildades filialer till den ursprungliga föreningen. Då det stundom var nödvändigt att undvika förväxling mellan den ursprungliga föreningen och filialerna, vilka sedermera blivit egna föreningar, var det praktiskt att lägga till ordet Huvudföreningen. Idag finns det AV-föreningar i Sörnäs och Korso samt i Ekenäs, Åbo, Vasa och Lovisa. Det har funnits flera, men deras verksamhet har upphört, senast i Borgå och före det i Tölö.

Det är min förhoppning att du skall finna innehållet i det här numret av Aveiten intressant och att det skall, om du inte redan är medlem, få dig att ta reda på mer om föreningen och i slutändan ansöka om medlemskap.

Tom Schubert
styrelsens ordförande



Understödsstiftelsen för

Arbetets Vänner Huvudföreningen sr lediganslår

STIPENDIER

ur dess Kulturfond

Fonden stöder finlandssvenskt kulturarbete och finlandssvenska strävanden med cirka 120 000 € år 2023. Fonden finansierar småskalig verksamhet och delfinansierar projekt vilka faller inom ramen för dess ändamål. Stipendierna kan sökas av privatpersoner, organisationer och grupper.

Ansökningsinstruktionerna och den elektroniska ansökningsblanketten finns på www.understodsstiftelsen.fi. Ansökningstiden utgår måndag 25.9.2023.

Stipendierna betalas ut i december 2023.

Festlokal mitt i stan

Arbetets Vänner Huvudföreningens lokaler finns på Annegatan 26. Föreningen har en festsal (vån 2) för 150 personer som kan hyras för tillställningar av olika slag. Det finns även ett mindre utrymme på 5:te våningen att hyra för mindre sammankomster.

Om du är intresserad ta kontakt med Robin Sundberg på info@arbetetsvanner.fi eller via telefon 044 766 4101 så diskuterar vi vidare.

Nybörjarkurs i folkdans

FOLKDANSLAGET planerar en nybörjarkurs i folkdans i början av hösten, onsdagar kl. 18 framåt. Mera information senast mot slutet av augusti på AV:s hemsidor, eller mejla till: av.hfors.folkdanslag@gmail.com.

Julkonsert med Vox Seniora

9.12 VOX SENIORAS traditionella julkonsert hålls 9.12 i Tomas kyrka i Mejlans. På repertoaren finns både medeltida och högst nutida inslag.

Öppen inbjudan till Bokklubbens 20-årsjubileum

11.10 BOKKLUBBEN firar sitt 20-årsjubileum onsdagen den 11 oktober kl. 18 på Annegatan 26, Festsalen, II våningen. Boksamtal med författarna Sanna Tahvanainen och Peter Sandström samt vår diskussionsledare, litteraturvetaren Mathilda Larsson som är moderator. Särskilt vill vi rikta inbjudan till andra bokcirklar och enskilda likasinnade i Helsingforstrakten att fira med oss, det skulle vara himla roligt att se och träffa varandra! Litet musik mm. blir det också och så höjer vi en bubblande skål för de första tjugo åren. Ingen anmälan. Intresserade får också bekanta sig med våra nya biblioteksutrymmen. Alla aveiter och andra intresserade är välkomna!

Vox Seniora välkomnar nya korister

KÖREN VOX SENIORA riktar sig till daglediga och körvana damer. För närvarande är vi 23 sångare.

Vi välkomnar varmt nya sångare! Särskilt altar efterlyses. Vid behov ordnas provsjungning.

Vi övar torsdagar kl. 14–16.30 i AV:s hus på Annegatan 26, femte våningen. Kontakta ordförande Ulla-Stina Henricson, ushenrics-on@gmail.com, 0500-419661 eller sekreterare Gunnel Sievers, gunnel.sievers@kolumbus.fi 050-5954740.

Vår dirigent Sofia Lindroos, mångsidig sångare och musiker, satsar målmedvetet och proffsigt i Anti Ageing för rösten-anda för att hjälpa oss att behålla vitalitet och klang i våra åldrande röster. Genomgående börjar övningarna med en god

portion uppsjungning.

Repertoaren består av traditionella och nyare damkörssånger i 3- och 4-stämmiga arrangemang. Flitigt använder vi damkörsförbundets nyutgåva "Damernas lilla svarta". Stämfilen finns tillhands genomgående för att underlätta instuderingen.

I september går startskottet för att öva sånger till den estnisk-svenska sång- och dansfestivalen 6.7.2024 i Hapsal som vi anmält oss till. Sofia Joons-Gylling som är konstnärlig ledare för festivalen håller en kördag med oss med övningar i både uttal och sångsätt.

I höst laddar vi upp för en traditionell julkonsert. Vi uppträder också på evenemang inom och utom AV, även i mindre grupper.

Vill du sjunga i Walentina?

WALENTINAKÖREN är en svenskspråkig blandad kör med cirka 35 aktiva medlemmar. Vi sjunger pop, rock, visor, gospel, nyskrivet modernt, folkmusik, jazz, blues och klassiskt – allt enligt behov och vad vi får lust med. Under de senaste åren har vi satsat på pop, rock och filmmusik. Kören grundades 1971 av Walentina Hietanen.

Vill du sjunga i vår kör? Kontakta oss via webbplatsen på adressen walentinakoren.org. Här hittar du också mer info om kören och våra kommande konserter. Vi övar på Annegatan 26 i Helsingfors på tisdagar kl. 18.30–21. Det går bra att komma med och lyssna på någon av våra övningar.

Walentinakörens dirigent sedan 2004, Lauri Palin, har studerat kyrkomusik och körledning vid Sibelius-Akademien i Helsingfors. Till vardags arbetar han med körer, solister, bandklubbar och gudstjänstbesökare i Sibbo svenska församling.

Under de senaste åren har Walentinakören utforskat sångtekniken

Complete Vocal Technique (CVT), som tillåter koristerna att söka nya dimensioner i sitt sjungande. För Walentinakören ser dirigenten en framtid med nya, kompletterande genrer.

Kören uppträder på föreningens egna tillställningar, men deltar också i evenemang utanför huset. Våra konserter på alla hjärtans dag i februari har redan formats till en glad tradition, och kören deltar också i körrundan under Art Goes Kapakka i Helsingfors i augusti. Nästa gång kören uppträder är just på Art Goes Kapakka den 24.8.

Walentinorna har regelbundet sjungit på de stora finlandssvenska sångfesterna. Samarbeten med andra körer ligger oss varmt om hjärtat.

Med några års mellanrum har vi åkt utomlands för att gästa andra körer eller delta i körfestivaler; under de senaste 15 åren har kören bland annat rest till Estland, Spanien, USA, Polen, Nederländerna och Italien.

Kalendarium

Programmet är preliminärt, uppgjort av AV:s programutskott i augusti 2023. Förfrågningar info@arbetetsvanner.fi

1.10 Promenad-orienteringen

Tävlande fyrapersonerlag kan bildas inom kretsarna, av medlemmar i flera kretsar tillsammans eller av medlemmar som inte tillhör någon särskild krets. En upplyftande friluftsdag med gedigen frågesport vid kontrollerna och efteråt gemensam lunch där de rätta svaren avslöjas.

14.10 Höstfest med dubbelprogram

Polonäs för alla. kl. 18

Dansen man minns med särskild förtjusning, även om man dansade den bara nån enstaka gång för alltför länge sedan. Tillfällen att dansa polonäs är sällsynta så passa på och kom med nu, vi tar det från början. Kanske också med någon släkting som ser fram emot att snart delta i de gamlas dans? Om du vill stanna och bekanta dig efteråt, se följande programpunkt.

Ingen anmälan nödvändig. Öppen övning, alla intresserade välkomna!

Oktoberfest kl. 19.30

med gängse tillbehör och visor vid långbordet. Ypperligt tillfälle att få användning för sina lederhosen eller dirndl-souveniren som impulsköptes av nån gång.

28.10 Musikalresa "Something rotten"

Busstransport till Åbo Svenska teater och traktering inkluderad, pris 65 €. Anmälan senast måndagen 25.9 enligt principen "först till kvarn..." tfn 040 5137 313.



6.11 Svenska dagen

Ta med en vän eller familjemedlem. På festprogrammet står körsång, musikframträdande och dansuppvisning framförd av föreningens egna krafter. En inbjuden talare håller festtal, i år är det folkloristen och traditionsforskaren Carola Ekrem, som bland annat varit med att skriva Stora finlandssvenska festboken. Avslutningsvis sjunger vi Modersmålets sång tillsammans. I pausen kaffe med tillbehör naturligtvis.

Ingen anmälan behövs. Var och en som vill fira svenska dagen är välkommen!

Datum för AV-Teaterns årliga premiär, Konstklubbens vernissage, årsfesten, Dr Bunduls frågesport och andra evenemang meddelas senare i Aveiten samt i nyhetsbrevet, som e-postas till alla medlemmar som uppgett en mejladress.

30.11 Föreningens höstmöte och besök i Amos Anderssons hem

Arbetets Vänner Huvudföreningen håller stadgeenligt höstmöte i festsalen kl. 18.

Kombinera gärna med guidad tur innan, 10 minuter därifrån Amos Anderssons hem kl. 16.30-17.40 vid Georgsgatan, ingång från passagen mot Tuppens torg. Känn dig välkommen att sitta ner och lyssna, njuta i de fina möblemangena. Utrymmet är tillgängligt till största delen förutom 5 trappsteg som leder upp till kapellet på våning 5 1/2. Anmälningar till guidningen, "först till kvarn", tfn 050 357 4751

15.12 Julfest

Vi firar föreningens julfest tillsammans, med sång och musik, lucia och dans, uppvisningar med egna krafter. Kanske dansar vi alla polonäs också som i fjol?

6.1.2024

Barnfesten på trettondagen

Den populära traditionella barnfesten sedan år 1893 överlevde också pandemitiden.

Program, servering och framförallt lekar. Finlands Lucia och julgubben kommer också.

Högst en vuxen per barn. Biljetter från kansliet från slutet av november, info@arbetetsvanner.fi

Vår förening – varför och för vem?

Rune Öhman, 76 år, kom med i Arbetets Vänner när han var femton. Han anslöt sig till ungdomskretsen som på den tiden samlade ungdomar kring bland annat olika slags spel.

Jens Nyström, 31 år, har varit med i teaterkretsen inom Arbetets Vänner sedan 2013 och trivs förträffligt både med att få spela teater och vara en del av gänget som har roligt tillsammans.

Aveiten träffade dem för ett samtal över generationsgränsen.

Rune Öhman har alltså varit medlem i AV sedan 1962 och varit med i flera olika kretsar samt fungerat som ordförande både för kretsar, huvudföreningen och centralförbundet.

– Jag har lärt mig väldigt mycket just via mina olika uppdrag och aktiviteter. Allt från hur man betar sig vid en finare middag till hur man tar ansvaret för ett helt förbund och får folk att gemensamt jobba för verksamheten, berättar han.

Jens Nyström är en typisk representant för medlemmar som kommit med via ett specifikt intresse – i hans fall teater.

– Jag sitter med i två olika styrelser, men väljer min föreningsaktivitet utifrån vad jag är gediget intresserad av. Medelåldern i AV-teatern, cirka 45 år, är den lägsta inom föreningen, förklarar han.

Jens sätter väldigt stort värde dels på den fina kamratskapen inom kretsen och dels att man får utrymme att jobba med professionella regissörer. Han uppskattar också att föreningen bjuder på så fina utrymmen.

– Och medlemsavgiften är ju verkligen ganska anspråklös.

Rune berättar, att när han var ung fanns det inte så mycket verksamhet för ungdomar, men AV hade allt:

– Det fanns ett utrymme mitt i stan och det fanns vuxna som ställde upp och ordnade olika verksamhetsformer och fanns där som ett stöd. Själv har jag fått ut så otroligt mycket av min tid inom AV. Föreningen har varit en skola för livet.

Aveiten frågar Jens hur vi kan locka fler ungdomar och han svarar med konstaterandet att "ungdomar lockar ungdomar".

– De kommer dit där det finns verksamhet som intresserar och där det finns kompisar som sysslar med samma saker. Men i dagens hektiska värld är det svårt att få yngre att engagera sig en bestämd kväll i veckan.

– Det skulle kanske fungera bättre med kortkurser och workshoppar som tar bara



"AV erbjuder väldigt mycket"

en viss tid. Eftersom dagens värld är så pass tävlingsinriktad väljer ungdomar att sysselsätta sig med sånt som gynnar deras framtid.

Rune konstaterar att AV erbjuder väldigt mycket.

– Det finns sång och musik, många olika kategorier av dans, litteratur, målning, bridge, teater och allmän samvaro. Men allt detta verkar mest locka äldre.

Hur vore det, inflikar Jens, att erbjuda yngre människor en modern aktivitet som de upplever attraktiv? Alternativt en kurs i något de kommer att behöva – till exempel en kortkurs i vad artificiell intelligens är och hur den kan utnyttjas eller en kurs i moderna bildredigeringsprogram eller hur man får synlighet på sociala medier. Deltagarna kunde dela kunskap med varandra.

Kunde man, undrar Aveiten, kanske tänka sig att de yngre, som har ett helt annat kunnande vad gäller datorer, skulle ställa upp och hjälpa de äldre att hantera dessa på ett fiffigare sätt?

– Jo, varför inte, svarar Jens men tillägger att då blir frågan om ersättning aktu-

ell. Principen att föreningsmedlemmarna gratis ställer upp som kretsdragare och instruktörer är inte riktigt relevant i dag bland yngre människor.

Vad skulle då förloras om AV fokuserar på bara en sak, till exempel teater eller sång, undrar Rune och svarar själv på frågan.

– Då tappar vi ju själva tanken bakom föreningen – att vi har ett finlandsvenskt rum, att vi känner varandra och trivs tillsammans.

Tror du Jens, undrar han så, att det är en bra idé att styrelsen en gång per år eller vartannat år bjuder in kretsledningarna till en diskussion kring utvecklandet av verksamheten?

– Jo det är ingen dum idé, svarar Jens. Visst lönar det ju sig att sitta tillsammans emellanåt och bolla med idéer och fundera på vad som kunde göras annorlunda.

Rune avslutar vårt samtal med sitt motto; Ingenting är så bra att det inte finns något dåligt i det och ingenting är så dåligt att det inte innehåller något bra.

– Det som är bra ska man slå vakt om och det som inte funkade kan man försöka ändra på. Men vi ska kanske börja med att lyfta fram det fungerande så vi inte kastar ut barnet med badvattnet, konkluderar han.

SKRIBENT **Moa Lindeman**
FOTON **Moa Lindeman**
och **Jens Nyströms privatarkiv**

Arbetets Vänner grundades 1891 i Helsingfors. I dag är Arbetets Vänner Huvudföreningen en politiskt obunden kulturförening, som ordnar mångsidig verksamhet i sitt föreningshus på Annegatan 26. Men vad ville man när föreningen grundades?

Gissa rätt orsaker!

Varför grundades Arbetets Vänner?
Vad ville man?

1. Undervisa och förbättra förhållandena för arbetskraften på svenska
2. Samla svenskspråkiga av olika samhällsklasser kring gemensamma bildande intressen
3. Kämpa mot förryskningssträvandena
4. Samla svenskspråkiga socialister
5. Samla svenskspråkiga arbetare som ansåg att spridning av socialistiska idéer var till fara för landet
6. Säkra tillgången på svenska rum i huvudstaden



Svar längst ner på sidan..

Detta beslöts AD 1891

Det här var på Arbetets Vänner första ordinarie möte 15.3 1891 som refererades i tidningen Hufvudstadsbladet.

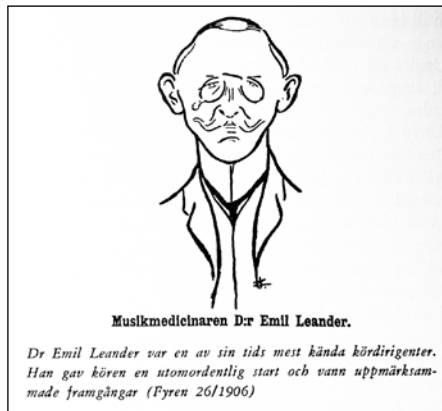
Punkterna om föredrag, kurser, klubbar, bibliotek, läsesalen, handarbetsavdelning och försäkring godkändes utan vidare men det övriga väckte en rätt lång debatt. På punkterna 5 och 6 gick åsikterna starkt isär och krävde omröstning.

Mötet avhandlade även lokalfrågan. Hyran för Brandkårshuset var 100 mark, var till kom avgift för belysningen. Detta var en stor kostnadspost.

Körstarten – ett glatt upptåg under punkt 7

Föreningen beslöt avlöna sångkörens ledare och stå för notanskaffning. I gengäld skulle kören ”uppliva sammankomsterna med sin sång”.

Mötesförhandlingarna råkade störas av musik – särskilt under diskussionen om sångkören – ”blandade sig högst störande musik från en soaré i brandkårshusets festsal”. Hufvudstadsbladet skrev att ”detta togs lätt av ungdomen: inom kort improviserades tack vare de närvarande talrika unga damerna en animerad dans till musiken och sångkören utförde under hr. Leanders ledning flera stämningsfulla sånger”.



Musikmedlemnaren Dr Emil Leander.

Dr Emil Leander var en av sin tids mest hända kördirigenter. Han gav kören en utomordentlig start och vann uppmärksammade framgångar (Fyren 26/1906)

AV:s program vann stark genklang i vida kretsar

Det visade sig snart att Arbetets Vänner blev en samlande och trivsfull förening i en tid av annars tilltagande politisk och social spänning. Man har noterat att grundarna ”sorgfälligt undvek att kalla den arbetarförening”.

Föreningen skulle ”i huvudstaden söka fylla den klyfta, som här ännu finnes mellan ’överklass’ och ’underklass’, hoppades grundande redaktören F. J. Valbäck.

REDAKTÖR **Elianne Rehn**
KÄLLA **AV:s 75-års historik**

Svar: 3 och 4 stämmer inte, de övriga är rätt

Program för verksamheten år 1891

1. Föreningen anordnar föredrag rörande kommunala och fosterländska angelägenheter samt olika yrken, ävensom undervisningskurser.
2. Föreningen inrättar en talar- och diskussionsklubb för att främja medlemmarnas förmåga att ge uttryck för sina tankar.
3. Föreningen upprättar, så snart tillgångarna medger det, ett bibliotek, bestående huvudsakligast av yrkes- och facklitteratur samt i samband därmed en tidningsläsesal.
4. Föreningen vill kraftigt verka för medlemmarnas anslutning till förefintliga och lämpliga spar- och sjukkassor, konsumtionsföreningar och byggnadsaktiebolag för arbetare, ävensom där sådant låter sig göra bland dem införa liv- och olycksfallsförsäkring.
5. Föreningen söker så vitt möjligt är, förmedla arbete åt de medlemmar, vilka är i behov därav.
6. Föreningen tillhandagår de medlemmar, som sådant önska, med upplysningar beträffande deras medborgerliga skyldigheter och rättigheter.
7. Föreningen upprätthåller inom sig en sångkör.
8. Föreningen försöker bereda sina medlemmar underhållning genom samkväm, utfärder och andra nöjen, för vilket ändamål festbestyrelse tillsättes, bestående av 8 personer, av vilka föreningen utser sex, som ej får tillhöra styrelsen, och styrelsen två inom sig.
9. Föreningen inrättar en handarbetsavdelning för de kvinnliga medlemmarna.
10. Föreningen strävar att, så snart sig göra låter, skaffa sig nytt, eget hus.

Gemensamma aktiviteter

Den största delen av verksamheten inom Arbetets Vänner Huvudföreningen sker inom kretsarna där medlemmar sysslar med aktiviteter som de är särskilt intresserade av: teater, körsång, måleri, litteratur och dans för att nämna några. Men några gånger om året samlas man till gemensamma evenemang där medlemmarna antingen tävlar mot varandra eller underhåller varandra. Alldeles särskilt populära är tävlingen om Dr Bunduls pris i januari och promenadorienteringen i oktober. Därtill kommer fester av olika slag och intressanta föredrag av bemärkta kunniga inom eller utanför föreningen.



DR BUNDUL var en person vars koppling till föreningen kan vara rätt svår att spåra, men det har inte stört intresset för frågesporten där tvåpersoners lag från de olika kretsarna försöker överträffa varandra i allmänbildning och insatthet i historia och aktuella frågor. Frågorna kan handla om i princip vad som helst och till varje fråga ges fyra svarsalternativ där det gäller att veta, gissa eller resonera sig fram till rätt svar. Frågesportens frågor görs upp av den krets som föregående år har vunnit tävlingen så det brukar vara mest eftertraktat att komma på andra plats.

PROMENADORIENTERINGEN

En solig lördag i början av oktober brukar vi samlas någonstans i Helsingfors, gärna någonstans där det finns lite skog eller parkområde att gå omkring i, och

orientera oss från den ena kontrollen till den andra där kluriga uppgifter ska lösas eller utföras. En sån aktivitet är både rolig och intressant och stärker dessutom samhörigheten bland medlemmarna och ger oss möjlighet att bekanta oss med övriga kretsars medlemmar. Dessutom har vi märkt att promenadorienteringen vidgar våra vyer inom vår hemstad och bekantar oss med trakter där vi kanske annars aldrig brukar röra oss. Orienteringen avslutas med något ät- och drickbart och allmänt uppsluppen samvaro. De varierande uppgifterna ger också personer med särkunnande en möjlighet att briljera lite inför sina lagkompisar och euforin när man lyckas lösa en uppgift med gemensamma krafter är inte att ta miste på.

Under senaste promenadorientering testades deltagarnas kunskap om nya trafikmärken, om litteratur och teater, om uppfinningar, om historia och geografi samt om natur och miljö. Dessutom fick deltagarna pricka in kottar i en korg.

Allt detta ska tas med en stor portion humor och glad kämparanda. Slagsmål och stress är förbjudna.



IBLAND BEHÖVER FÖRENINGSHUSET STÄDAS

En gång om året går uppöppet till städtalko i föreningshuset på Annegatan. Då ställer de som kan och vill upp kring spannar, tvättmedel och trasor och går lös på smuts och damm och igengrodna fönsterrutor med stor energi. I ett hus i allra centralaste Helsingfors sam-



las det minsann alla slags oönskade beläggningar som behöver bekämpas med jämna mellanrum. Det är faktiskt ganska roligt att städa, i synnerhet då man gör det tillsammans. Man hinner ju prata med varandra och utbyta åsikter både om skitiga väggar och det världspolitiska läget. Gemensamma aktiviteter gör sitt till för att stärka vi-andan inom föreningen likaväl som festande tillsam-



mans gör det. Maija Paavilainen har i en av sina samlingar med små "fundror" uttryckt saken så här: I vänners lag är det lika roligt att äta lax som att reda ut hoptvinnade nät efter stormen.

SKRIBENT **Moa Lindeman**
FOTOGRAFER
Moa Lindeman och **Raili Takolander**

Invigning av ny era på AV

Öppet hus från morgon till kväll



Till tonerna av ljuva stråkar, med bubbel, snacks och trevlig samvaro invigdes inte bara ett förnyat utrymme utan också en ny verksamhetsform på AV. Evenemanget försiggick en ljummen försommarekväll under avspända former och under den så träffande rubriken Öppet hus. Nu håller Huvudföreningen nämligen Klubblokalen dagligen öppen och välkomnar alla paussugna aveiter till det nyrenoverade utrymmet i gatuplanet, Annegatan 26.

– Om så bara för att vila fötterna en stund när man uträttar ärenden på stan, säger initiativtagaren, ordförande Tom Schubert.

– Det här är en fristad som främjar bekantskaperna över våra kretsgränser och

jag hoppas på ett gott mottagande bland medlemmarna.

Musikklubben har för kvällen fyndigt valt lugn som tema i repertoaren för att ackompanjera lokalens ändamål, avkoppling.

Förutsättningarna är fina för det. Prima läge för en pratstund, att kanske koka sig en kopp kaffe i köket, gärna koppla av med en bok? Utbudet är digert i de omgivande bibliotekshyllorna. Eller varför inte skriva det där mejlet man har i tankarna?

Arbetets Vänners 132 år gamla beslut om bibliotek och läsesal i föreningshuset har nu uppstått som en del av en modern lounge-funktion, i takt med tiden och öppnare än någonsin.



Bibliotekarie Åsa Laukonlinna är på plats jämna veckor måndag och onsdag samt udda veckor tisdag och torsdag kl. 15–18. Övriga tider fungerar förenings bibliotek enligt självbetjäningssprincipen i klubblokalen.

Biblioteket med salong och kök

Här är man välkommen att slå sig ner bekvämt och ta en paus, med en bok eller kanske bara för en pratstund eller att koka sig en kopp kaffe. Tystnad är inte påbudet.

Två eftermiddagar i veckan står AV:s bibliotekarie, Åsa Laukonlinna, till tjänst här. En andra generationens aveit som är aktiv i föreningen sedan 1982. Hon bistår gärna med att hitta ovanligare böcker i medlemsbiblioteket som grundades redan på 1800-talet, i folkbildningens gryningstid.

SKRIBENT OCH FOTOGRAF
Elianne Rehn

ÅRETS FESTER

Barnfesten på trettondagen

I salen sitter festfolket, stilla som ljus i mörkret i väntan på Luciatåget och sången som också publiken kan. Men när det blir trollkarlens tur ställer sig ett ivrigt gäng i mittgången, nu får man hojta och svara också för trollkarlen har många frågor, han skojar, luras och misslyckas ibland. Mete får det att pirra i magen när frågan kommer, "Hur många år är du?". "Åtta" är svaret ofta, eller "tolv", de mindre visar med fingrarna. Kanske man lyckas fiska upp nånting som gör en nöjd och överraskad på samma gång?! Den efterlängtnade höjdpunkten börjar efter saft-pausen: ringlekarna som alla väntar på att dras med i. Ivern att känna att man kan, men här är gästerna lika pigga på att lära sig någon ny tur att svänga i. Mobilerna är glömda, nu gäller favoriterna, desamma som i gångna tider: Prästens lilla kråka, Små grodorna och Här är karusellen. Råven och barnen har raskat över isen ända sedan medeltiden.

Arbetets Vänners kända svenska barnfest med de bästa av lekledare alltsedan 1893 överlevde också pandemitiden. Ett vinnande koncept så länge det funkar, när de som själva deltog på sin tid, minns hur roligt de hade, tar med sina egna barn eller barnbarn hit. Välkommen! Finlands Lucia och julgubben kommer också.



januari

februari

mars

april

maj

juni

juli

Årsfesten

Årsfestritualer är välbekanta för föreningsfolk, så här gick det i övrigt till på AV senast: Muntra och svängiga irländska toner ekar redan i trappan när en senkommen korist hastar upp till festsalen. Den inbjudna festtalaren berättar om hälsningsfraser som vi och tidigare generationer använt. Efter paus och lätt festlig traktering roar folkdanslaget publiken med en mångmedial tablå om dansövning under pandemitiden. Vox Senioras glädjefyllda sånger avslutar den 132:a årsfesten med "Glad att få leva" som är tonsatt av kretsens ordförande Ulla-Stina Henricson. På återseende!





Julfesten

Fredagen den 15 december

Walentinakören brukar skämma bort oss med stämningsfullt luciatåg, ibland med barn i huvudrollerna till allmän förtjusning. Sång, musik och dans i

någon form spelar huvudrollen medan talen inskränker sig till några ord av ordföranden och kanske någon väl vald strof ur t.ex. Viktor Rydbergs Tomten. Efter glögg i pausen var det publikens tur och stämningen stod högt i tak där vi följde alla turer i polonäsen. En lätt limiterad version för sidostegen, så även personer med höftproblem kunde medverka. Polonäs kräver en kunnig ledare och på AVH har vi en av de få, Margareta (Keta) Rönn som ledde långdansen. Festen avslutades i unisonsång. Härlig är jorden, stående och till känsligt violinackompanjemang. En något äldre medlem torkade en tår i ögonvrån och sade att den här julfesten var just så varm och innerlig som julfesterna brukade vara förr om åren.

Höstfesten

- är Oktoberfest i år igen

Lördagen den 14 oktober

"Og manden gick ud efter Øl, efter Øl ..." Här sjunger korister, squaredansare, bridgespelare, musikanter och bokklubbare livligt tillsammans i allsången och muntra inslag av spelmansmusik lyfter den folkliga feststämningen. Och visst är det skojigt att några satsat på att damma av sina dirndldräkter! Hatt kan man få låna på plats.



Att ha så riklig tillgång till underhållningsresurser är inte alla arrangörer förunnat. Oktoberfesten är alls ingen tradition på AV, även om den visat sig vara en lyckad tillställning för glad gemenskap flera gånger under de senaste tio åren. Det är bara att byta tema och form om man tröttnar på bratwursten, men också i oktober kan man ha en glad kväll, sådär för omväxlings skull bara.

augusti

september

oktober

november

december

Svenska dagen

Måndagen den 6 november

Visst har vi väl alltid sjungit Modersmålets sång på Svenska dagen, ända sedan Arbetets Vänner grundades? Nej, får vi nog inse – vår förening är nämligen från en tid i historien då den traditionella sången ännu inte sett dagens ljus.

AV inbjuder årligen till öppen fest, kom i sällskap med en vän eller familjemedlem.

På programmet står traditionsenligt körsång, musikframträdande och dansuppvisning – allt framförs av föreningens egna krafter. En inbjuden talare håller festtalet, senast var det författaren och svenskaläroaren Sara Razai som vidgade våra vyer på minoritetsperspektiv, en angelägen uppdatering som inklude-

rade nyfinlandssvenskar, inte minst från Ukraina. Avslutningsvis sjunger vi Modersmålets sång tillsammans. Och handen på hjärtat, inte är det minnet av den krigsförande hjältekungen Gustav Adolf II vi firar utan vår samhörighet och glädjen över våra svenska sammanhang. I pausen serveras kaffe med tillbehör naturligtvis.

Ingen anmälan behövs. Var och en som vill firas svenska dagen är varmt välkommen!



SKRIBENT OCH FOTOGRAF
Elianne Rehn

KRETSARNAS VERKSAMHET

Alla kretsars kontaktuppgifter finns på bakpärmen.

Sjungande människor är lyckliga människor

Att sjunga är den mest krävande elitidrotten, för den engagerar fler muskler än någon annan idrott, säger professor Elisabeth Bengtson-Opitz, som drog en anti-aging kurs för rösten för damkören Vox Seniors på AV hösten 2022. Däri ligger säkert hemligheten i att sjunga och framför allt körsång anses vara så oerhört hälsosamt. Utom allt detta muskelarbete tillkommer ju den sociala aspekten samt glädjen i musiken. Alla kan lära sig att hantera sin röst på ett sätt som man har glädje av och också kan sprida glädje med, poängterar Bengtson-Opitz.

Körsång är ju mycket mer än bara sång. Det är en social samvaro och en glädje i att prestera något njutbart tillsammans. Man blir definitivt lyckligare av att sjunga i kör, poängterar Ami Aspelund, som har tränat Complete Vocal Technique med Walentinakören.

Läs mera om föreningens körer Walentina och Vox Seniors på sidan 4 i denna tidning.



Sykretsen och sällskapskretsen

- **Sykretsen** är föreningens äldsta ännu verksamma krets, men dess framtid är osäker. Både sykretsen och sällskapskretsen har för tillfället väldigt få medlemmar, och kretsarna kommer att diskutera sin fortsatta verksamhet under hösten.

Altra Volta musicerar tillsammans



Om man inte vill sjunga eller dansa så kanske man vill spela något instrument. Tillfredsställelsen av att skapa musik tillsammans i grupp och få det att låta bra är den huvudsakliga motivationen för de mångsidiga musikerna i Altra Volta. De samlas och spelar på fredagskvällarna börjande kl. 18 i Kretsarnas sal, 5:e våningen.

Man spelar mycket folkmusik men också modernare låtar. Tyngdpunkten ligger på finlandssvensk och svensk musik, men man har också en mängd annan musik på repertoaren. Noterna projiceras på skärm från en dator, så man behöver inte hålla reda på en massa papper. De flesta instrument kan hitta sin egen plats i ensemblen, som uppträder både inom föreningen och på beställning vid olika tillställningar.

Om du spelar något instrument och kanske är intresserad av att vara med i Altra Volta, som gruppen kallar sig, så kan du sticka dig in en fredagskväll och bekanta dig med verksamheten.

Du kan kontakta Lars Silén, lars.silen@kolumbus.fi eller 040 7351628.

Dans ger "dansorfiner"

Det finns många olika möjligheter att idka dans under AV:s tak. Det finns seniordans, vilket ingalunda betyder seniorer som svänger runt i tango och vals på eftermiddagarna, utan seniordansen har ett alldeles eget program som körs i hela världen. En grupp sysslar med squaredans, som är en amerikansk form av sällskapsdans där man dansar en hel grupp tillsammans och där en ledare ropar ut turerna och de andra följer. Folkdans är folkdans och behöver kanske ingen närmare presentation. Där dansar man både livliga polkor och schottisar samt lite långsamare former av folkdans. Ytterligare en grupp dansar rounddans, en pardans där alla dansar enligt en viss koreografi. Då övar man bland annat cha cha, vals, rum-

ba och two step.

Finlands svenska pensionärsförbund ordnar också allmänna danskvällar i AV:s festsal med jämna mellanrum dit är vem som helst välkommen.

Dans är en väldigt komplex form av motion som aktiverar öga/hand-koordination, balans och samverkan med en partner. De som dansar tycker det är väldigt roligt att göra det vilket redan i sig gör det bra för det allmänna välmåendet. Det där med att utveckla balansen blir viktigare ju äldre man blir. Dans kan också vara ett bra sätt att hålla vikten i schack. Motion är en viktig förebyggande åtgärd för minnesjukdomar och dansen sköter hjärnan på ett mångsidigt sätt.

Umgängeskretsen

Kamratlig och meningsfull samvaro i grupp är kärnan i Umgängeskretsens verksamhet. Vi sammankommer en kväll i månaden i föreningshuset på Annegatan. På programmet står vanligtvis temadiskussioner om någon aktuell samhällsfråga eller ett spörsmål som vi via diskussion försöker finna svar på. Ibland spelar vi brädspel, pysslar eller tillreder mat tillsammans. Två gånger per år samlas vi "på stan" för att tillsammans uppleva något intressant i form av exempelvis en exkursion, ett besök på ett museum eller deltagande i ett kulturevenemang.

Mera information om vår verksamhet får du via umgangeskretsen@gmail.com.



Bridge är problemlösning

Bridgklubben är den största av AV:s kretsar med över hundra medlemmar. Aktiviteten syns ju inte så mycket utåt eftersom bridgespelarna inte uppträder inför publik på AV:s tillställningar så där som körerna eller de olika danskretsarna, men under föreningens olika tävlingar brukar de nog synas och ofta ta hem den blankaste pokalen. I princip kan vem som helst börja spela bridge bara man har ett intresse för kortspel och ro att sitta där och spela i flera timmar åt gången. Men innan man kan börja aktivera sig i en bridgeklubb bör man gå en grundkurs. För att få mera information om detta kan du gå in på klubbens hemsida (www.bridgewebs.com/avbridge). Det bästa med att spela bridge, säger de som vet, är att det är så socialt och därtill utmanande. Varje spel är en tävling och det gäller att kunna läsa av både sin medspelare och sina motspelare. Spelet lär också vara en utmärkt förebyggande verksamhet mot minnesjukdomar. En arbetande hjärna förtvinar inte så lätt.

Etikett, middag och Fänrik Ståls sägner

Till Sandelssällskapets festmiddag tågar man in till ett slags gränslandskap mellan festritual och militärhistoriskt rollspel där måltiden intar en central ställning. Den stilfulla inramningen är en fröjd för ögat och Arbetets Vänners välbekanta festsal ter sig förvandlad i detta ljussken. Under middagen reciteras rytmiskt Runebergs dikter om Sandels och för denna gäst okända ritualer och hierarkier styr kvälens förlopp.

Antagningsritualen förutsätter att man planerar, tillreder och serverar festmiddagen på plats, den enda aktiva rollen här för damer. Efteråt utvärderar bordsgästerna rätterna i runebergska tongångar och Tiramisun får denna gång omdömet: "En äkta Sandelsk sammankomst kan ej hlju-



vare förnimma sin aftonrodnad".

Sandelssällskapet sammankommer två gånger per år i syfte att främja mat- och dryckeskultur, etikett samt förvalta arvet efter J. L. Runebergs Fänrik Ståls sägner.

KRETSARNAS VERKSAMHET

Alla kretsars kontaktuppgifter finns på bakpärmen.

20-årsjubilerande Bokklubbens verksamhet

Förutom kretsens månatliga träffar, som för terminen inleds onsdagen 13 september kl. 18, firar kretsen internt med en gruppresa till Vasa för att se musikalen "Vänd om min längtan" som lästes och diskuterades när den kom ut i bokform, och tycktes mycket om.

Obs!

Varje höst ingår ett författarbesök kring någon bok som vi läst innan. I år bjuder kretsen in två författare och därtill publik till sitt 20-årsjubileum 11.10 i festsalen kl. 18. Alla aveiter och särskilt medlemmar i andra bokcirklar är välkomna!

Därefter fortsätter träffarna som vanligt den andra onsdagen i månaden och diskussionsledare är Mathilda Larsson.

Böckerna vi diskuterar i höst är:

13.9 Frida Isberg – Märket (2023)

11.10 Jubileumsprogram i festsalen

8.11 Siri Hustvedt – Den lysande världen (2014)

13.12 Ulf Lundell – Jack (1976)



Bokklubben ordnade AV:s första skrivkurs, en kortkurs som lockade också yngre deltagare. Här leder författaren Monika Fagerholm sin workshop i pilotprojektet Skriv på AV.



Marie Rosenberg och Jens Nyström i pjäsen Krymplingen på Inishmaan.

FOTO: Oskar Silén

AV-teatern

AV-teatern är en amartörteater med långa anor och mycket erfarenhet av huvudsakligen komedier och farsor. Det bästa med teaterkretsen är – enligt utsago – att få stå på scenen, att få lära sig massor om att spela teater och att få vara med i det glada gänget.

Den kommande pjäsen väljs vanligen på våren och repetitionerna sätter igång tidigt på hösten. Premiären blir strax före eller strax efter årsskiftet – beroende på hur man blir färdig.

Teater är mycket mer än att stå på scenen och kunna sina repliker utantill. Det behövs mycket arbete med att tillverka kulisser och rollkläder, att bygga upp och montera ner, att koka kaffe till pausserveringen, PR-funktioner, biljettförsäljning. Och alla är med om att bygga upp produktionen.

AV-teatern sätter igång med höstens verksamhet i mitten av september då man tillsammans slår fast ett repetitionsschema.

Om du är intresserad kan du kontakta ordförande Johannes Nordberg, johannes.nordberg993@gmail.com



Qigong en mild metod för rörlighet



Som novis gästar jag Qigonggruppen som träffas måndagskvällar på AV. Hur går det till här?

Det hela är mycket rofyllt och belysningen dämpad, liksom den lugna bakgrundsmusiken. Det lågmälda samtalet tystnar när Ursula önskar oss välkommen och instruktionerna tar vid.

God hållning, rörlighet, mindre värk och ett inre lugn är några epitet jag hört i samtal med utövare av qigong.

Det ser ganska lätt ut i mina ögon. Den mildaste av dessa, för västerlänningar svärbegripliga men effektiva tekniker i att hålla sig vid god vigör. Till en början står man upp medan man följer ledorden på

engelska av en bandad röst och avkopplande toner, allt i stillsam takt.

Metoden baserar sig på att få energier att strömma på ett välgörande sätt med till synes små rörelser i enkla serier.

När gymnastik är för mycket och orken inte är på topp - men man ändå vill stöda sin hälsa - kan det här vara svaret?

För att kunna delta i veckoträningen bör man ha gått en grundkurs i Zhi-neng-Qigong. För närmare information, kontakta ledaren Ursula Öhrman, ursula.ohrman@gmail.com.

SKRIBENT OCH FOTOGRAF
Elianne Rehn

Om att måla på AV

Det var kanske tio år sen jag första gången hörde om AV-konstklubben. Kom med, sa Inge Martonen, mångårig konstnärlig ledare för klubben. "Vi har så roligt när vi målar." Ett år gick, kanske två, Inge insisterade. Nå, jag kunde ju försöka. Och så stegade jag iväg, upp för trappan på Annegatan 26, in i den knakande hissen och upp till våningen där Konstklubben logerade varje måndag eftermiddag. I en stor kasse hade jag akvarellpapper, färger och penslar, samt allt det andra en akvarellmålare behöver; klottpapper, penna och gummi, färgkartor, svamp, ritkol, vattensprutare, underlag preparerat med ghesso med mera.

Vad månne det här skulle bli? tänkte jag. Det här var annorlunda än de målarkurser jag tidigare gått på. Här var det för det mesta samma människor år från år. Vi fick jobba en del av tiden på egen hand inspirerade av den konstnärliga ledaren. Kritiken fick vi stå för själva. Bara fem gånger per termin hade vi lärare. De var olika varje gång. Målarlokalen var beprydd med klubbens tidigare alster. Oj så fina tänkte jag, kan jag alls våga visa upp vad jag själv presterar?

När jag småningom blev reguljär medlem i Konstklubben, insåg jag att det nog fanns plats för mig också. Alla målade på sitt vis. En del smått, andra stort, vissa lite härligt humoristiskt, andra med stor pietet. Endel var nästan konstutbildade, andra fullständiga amatörer. Gemensamt var att alla älskade att måla. Jag lärde mig en hel del av denna mångfald. Och vid kommentarstunden, när vi druckit kaffe tillsammans, fick vi se hur andra hade tolkat en uppgift och också se på våra egna alster med andras ögon. Även sådana som man själv tyckte var helt misslyckade hittade någon annan något positivt med, ett färgval, en stämning en överraskningsvis lyckad komposition.

Det roliga med en målargrupp är att det är målandet som förenar, människors bakgrund spelar ingen roll. Det var först på min första resa med gruppen till KUMU-konstmuseum

i Tallinn för några år sen som jag lärde mig känna några av medlemmarna litet närmare. En med ett spännande förflutet som sjukskötare i Afrika, en annan, den allra gladaste av alla, med en ganska fruktansvärd sjukdomshistoria, som hon stoiskt bar på, medan hon glatt hjälpte mig att skurra fram i mina bakhala stövlar i våt snömodd på väg i hast till färjan i i Tallinns hamn. Vi var ju sena! Med åren har vi lärt oss känna varandra bättre och vet något om det liv var och en lever ut-
anför måndagseftermiddagarnas intensiva målarstunder. Och vi stöder varann.

Vi brukar ha olika lärare som alla berikar vår syn på det vi gör. En släpper gärna fram den skapande friheten, en annan lär oss kritiskt se på vårt eget målande. De flesta lärare är mycket försiktiga med kritik. En av dem, han har japansk bakgrund och känner oss numera väl, vågar nu även finkänsligt visa på våra svagheter, trots att han är artigheten själv. Åt mig sa han, efter ett av mina många hafsiga försök: "Tänker du alls innan du målar"? Skamsen medgav jag att nej, det gjorde jag ju inte. "Varför har ni västerlänningar så bråttom?"

Det här var en mycket relevant kommentar, som gav mig en tankeställare och också ett annorlunda kulturellt perspektiv, nog så inspirerande. Så nu försöker jag göra det på det japanska viset; bygga upp bilden i lugn och ro, med eftertanke.

En annan av våra lärare som vi anlitat många gånger, hör till de lärare som ibland fångar upp tvivlet och vänder om det när någon stretar på och inte tycker sig se framsteg alls.

Numera, när jag ser på vad vi ställer ut, har jag förstått att det roliga, kombinerat med iver och ansträngning också leder till goda bilder som kan ställas ut. Att komponera en utställning kräver emellertid också öga för vad som passar ihop. Lyckligtvis har vi medlemmar som är skickliga på den biten också.

Märta Salokoski





<https://avh.arbetetsvanner.fi>

Bli medlem!



SOM MEDLEM kan du ta del av föreningens mångsidiga verksamhet. Ansök om medlemskap genom att fylla i medlemsblanketten på föreningens webbplats och lämna in den till verksamhetsledaren. Vill du samtidigt ansluta dig till en krets, kontakta först kretsen och lämna in ansökan till den

person som ansvarar för kretsens medlemsärenden.

Medlemsavgiften för 2023 är 30 euro.

Information om medlemskap och ansökningsblankett:
<https://avh.arbetetsvanner.fi/medlemmar/bli-medlem/>



Vi ses på Annegatan 26!

Kontaktuppgifter

Vill du veta mera om föreningens verksamhet, kan du kontakta verksamhetsledaren eller kretsarnas kontaktpersoner.

Vikarierande verksamhetsledare
Robin (Effe) Sundberg
tfn 044 766 4101
info@arbetetsvanner.fi

AV-TEATERN
Johannes Nordberg
johannes.nordberg993@gmail.com

BOKKLUBBEN
Karin Bergman
tfn 040 551 5434

BRIDGEKLUBBEN
Tom Schubert
tfn 040 527 8909
<http://www.bridgewebs.com/avbridge/>

FOLKDANSLAGET
Antonia Palmén
av.hfors.folkdanslag@gmail.com

KONSTKLUBBEN AV
Märta Salokoski
tfn 044 357 5722
marta.salokoski@gmail.com

MUSIKKLUBBEN
Lars Silén
tfn 040 735 1628
lars.silen@kolumbus.fi

ROUNDANS
Olof Staffans

SANDELSÄLLSKAPET
Dick Lundell
tfn 050 539 0963
dick.lundell@gmail.com

SENIORDANSLUBBEN
Liisa Nyman
tfn 0400 508 794
nymanliisa1@gmail.com

SQUAREDANSLAGET
Jan Ekberg
tfn 040 553 3664

SYKRETSEN
Jeanne-Marie Johansson
tfn 050 570 4184

SÄLLSKAPSKRETSEN
Jeanne-Marie Johansson
tfn 050 570 4184

UMGÄNGESKRETSEN
Maj-Britt Hedvall
umgangeskretsen@gmail.com

VOX SENIORA
Ulla-Stina Henricson
ushenricson@gmail.com
tfn 0500 419661

WALENTINAKÖREN
Maria Parker
maria.parker@taitokaari.fi

QIGONG
Ursula Öhrman
ursula.ohrman@gmail.com