

# aveiten

4  
2024

Medlemstidning för Arbetets Vänner Huvudföreningen rf







# aveiten

Aveiten är Arbetets Vänner  
Huvudföreningen rf:s  
medlemstidning.

77:e årgången

Utgivare:

Arbetets Vänner

Huvudföreningen rf.

Annegatan 26, 00100 Helsingfors

www.arbetetsvanner.fi

e-post: info@arbetetsvanner.fi

Redaktion:

Anna Kujala, Monica Lindeman,

Elianne Rehn

Material till Aveiten

kan skickas per e-post:

anna@tipos.fi

Redaktionen förbehåller rätten

att redigera insänt material.

Ändringar gällande adress-  
eller personuppgifter tillställs  
föreningens kansli:

Annegatan 26, 00100 Helsingfors

e-post: asa.laukonlinna@gmail.com

Ombrytning och layout:

Tipos Ab

Tryckeri:

Forsberg, Jakobstad

ISSN 0356-0384

**Materialdag Aveiten 5/2024:**

**15.11.2024**

**Utkommer**

**i mitten av december.**

**PÄRMBILDEN:** Det vinnande laget  
i årets promenadorientering, Vox  
Seniora, ger järnet på kontroll fem.  
Carita Nyborn, Caterina Stenius, Kerstin  
Stenius och Vivian Jonsson.

**FOTO:** Elianne Rehn

## FÖRENINGENS FUNKTIONÄRER OCH FÖRTROENDEVALDA

Ordförande Kristina Björkvall  
tina.bjorkvall@kolumbus.fi

AV Huvudföreningens bibliotek:  
Bibliotekarie Åsa Laukonlinna  
asa.laukonlinna@gmail.com  
tfn 045 345 5562

Viceordförande Kaj G. Backas

Verksamhetsledare Niki Hamro  
tfn. 044 766 4101  
info@arbetetsvanner.fi

Medlemsregister och adressändringar:  
Åsa Laukonlinna  
asa.laukonlinna@gmail.com

Vaktmästare Oskar Thesslund  
tfn. 044 766 4102

### AV-teatern

Johannes Nordberg  
johannes.nordberg933@gmail.com

### Seniordansklubben

Inge Blomander  
tfn 040 7049 305

### Bokklubben

Karin Bergman  
tfn 040 551 5434

### Squaredanslaget

Jörgen Ingman  
tfn 050 3637 168

### Bridgklubben

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

### Sällskapskretsen

Jeanne-Marie Johansson  
tfn 050 570 4184

### Folkdanslaget

Antonia Palmén  
av.hfors.folkdanslag@gmail.com

### Umgängeskretsen

Maj-Britt Hedvall  
umgangeskretsen@gmail.com

### Konstklubben AV

Sten Palmgren  
sten.h.palmgren@gmail.com

### Vox Seniora

Carita Holmberg-Rosenqvist  
c.holmbergrosenqvist@gmail.com

### Musikkklubben

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

### Walentinakören

Maria Parker  
maria.parker@taitokaari.fi

### Rounddans

Olof Staffans

### Qigong

Ursula Öhrman  
ursula.ohrman@gmail.com

### Sandelssällskapet

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



**Stiftelsen  
Seniorhuset Gullvivan sr**  
[www.gullvivan.fi](http://www.gullvivan.fi)

Ordförande  
Ekonom och disponent

Carl-Johan Sanmark  
Niclas Ståhlberg tfn. tj. 010 837 0836

Medlem  
Medlem

Ben Idström  
Annette Lindahl

# Tre gäster lyser upp november



Thomas Silén.



Thomas Lundin.



Sirpa Kähkönen.

FOTO Jonne Räsänen/ Otava

Vi får nöjet att få lyssna inte bara till den Finlandiapriskbelönta **Sirpa Kähkönen**, som Bokklubben engagerat för författarbesök onsdagen 13.11 kl. 18, utan också de mångsysslade multibegåvningarna **Thomas Silén** och **Thomas Lundin**. Samtalet med Kähkönen förs på svenska. Alla välkomna, också vänner och bekanta.

Thomas Silén är gästtalaren på föreningens

öppna svenska dagen-fest onsdagen 6.11 kl. 18 och talar under rubriken "Från Budapest till Ankdammen" om hur han kom att bli finlandssvensk.

Thomas Lundin kommer i sin tur på Höstmötet söndagen 24.11 kl. 18 och samtalar både om matsvinn och om sin matbok "Tjo, Hopp och kärlek".

## RöstRebellerna

- ny grupp startas upp på AV

- Vi är en grupp på ca tio 25-70 åringar, som under **Marika Krooks** ledning tränar för att av hjärtats och själens lust våga ge uttryck för våra röstresurser genom tal, sång eller recitation, berättar en av initiativtagarna, **Carola Tengström** från Bridgeklubben.

Idén är att våga stiga ut ur sitt bekvämlighetsområde, utvecklas och ha roligt i en trygg miljö.

Officiellt startar man i detta skede som intressegrupp nu i november och sammankommer varannan lördag. Intresseanmälningar riktas till [carola.tengstrom@gmail.com](mailto:carola.tengstrom@gmail.com)

## Lådnytt: Fem anonyma initiativ

När **Niki Hamro** låste upp hänglåset och kollade initiativlådan blev skörden fem papper. På varje stod ett förslag, alla var anonyma. Han kopierade upp dem till det stundande styrelsemötet.

Det gick en timme, det gick flera kring bordet i mötesrummet på fjärde våningen i september innan man kom till punkten Övriga ärenden och initiativen.

Styrelseledamoterna överraskades glatt av antalet förslag som inkommit.

### 1) Förslag om innergården

En bänk vid väggen så det finns sittutrymme en bit ifrån bordsgruppen också.

2) Instruktioner; där man kunde samla anvisningarna som finns: önskas under ny rubrik till föreningswebben. Klubblokals belysningsinstruktioner, hur få nyckel till Klubblokalen, diskmaskinens användning, hjärtstartarens användning, hur man kommer ut till innergården, annat?

3) Belysning ovanför anslagstavlan - en som tänds med rörelsedetektor som samtidigt drar uppmärksamheten till notiserna. Kanske tavlan kan sänkas något samtidigt?

4) Grundlig bortstädning av renoveringsdamm.

5) En öppet-skytt till dörren som leder in till Biblioteket som hängs på dörren ut mot trappuppgången då bibliotekarien finns på plats.

Initiativen var denna gång av praktisk natur och befanns ett efter ett vara adekvata; storstädningens behovet hade varit uppe till behandling i styrelsen redan tidigare men de övriga fyra förslagen var nya.

### Resultat:

En bänk, som stått på gården intill väggen mot Eriksgratan har flyttats in på samma område som sittgruppen och växterna.

Mötet beslöt att belysning vid anslagstavlan installeras följande gång elarbete utförs i ingångshallen.



- Jag har aldrig vetat att det finns ett bibliotek här trots att jag sjungit här redan på 1980-talet, kommenterade en person som spontant stack sig in så fort skylten var uppsatt.

Initiativlådan hänger på väggen i entréplanet i hörnet intill bibliotekets dörr.

En sida med instruktioner på föreningswebben har införts av Infoutsnittet som fyller på efter hand.

Föreningens städprogram går igenom med särskilt fokus på årlig storstädning.

En Öppet-skytt för Bibban har tillverkats och ska hänga på dörren intill hissen på entréplanet.

Styrelsen tackar för aktiviteten och ser fram emot flera goda idéer att omsätta i praktiken.

Det är alltså helt okej för var och en att också anonymt lämna in frågor, önskemål och kommentarer - också till program- och andra utskott då när man föredrar hålla en lägre profil än att e-posta direkt till respektive utskottsadress. Och om man inte vet vem man ska rikta sig till? Styrelsen vidarebefordrar frågorna till rätt adressat. Föreslå gärna aktiviteter till Klubblokalen till exempel.

Naturligtvis välkomnas gärna även under-tecknade förslag! Då är det möjligt att också informera förslagsställaren personligen och diskutera frågan vidare.

Informant: **Niki Hamro**  
Text och foto: **Elianne Rehn**

## En förening i förändring

Jag har inte haft möjlighet att kolla årtal, så den här krian kan inte tas som referens i detta avseende. Under de år jag varit med i Arbetets Vänner Huvudföreningen rf:s (i fortsättningen Föreningen eller AVH) styrelse under tre olika ordförande för Föreningen har jag sett att olika ärenden prioriterats, men så att det alltid gått framåt. Föreningen är som organisation annorlunda än den ursprungliga, där det inte fanns kretsar i egentlig bemärkelse utan alla medlemmar hörde till en enda kulturförening. Föreningen kan i begynnelsen betecknas vara likadan som en golf- eller gymnastikförening, där alla medlemmar hade ett enda stort gemensamt intresse. När den första kretsen grundades har jag ingen aning om, jag vet att bridgekretsen grundades 1946.

Man får hoppas att någon fiffikus kan hitta på hur man bättre skall handskas med styrandet, så att alla medlemmar förstår hur Föreningen fungerar.

I mångt och mycket fungerar Föreningen som en centralorganisation med 13 medlemssektioner, eller kretsar. Kretsarna har så att säga egna medlemmar, men de är alla medlemmar i Föreningen. Kretsarna gör egen budget, men medlemsavgifterna tas in av Föreningen, som sedan till stor del finansierar kretsarnas verksamhet. I och med att kretsarna inte är registrerade föreningar ligger hela verksamhetens ansvar på Föreningens styrelse. Det största stödet till kretsarna är naturligtvis det att kretsarna har tillgång till AVH-huset. Administrationen av Föreningen blir således krånglig. Vi har ett kretsreglemente som definierar väldigt många detaljer, men samtidigt har kretsarna egna stadgar som visserligen har godkänts av Föreningens styrelse. Dessa dokument torde vara koherenta, men stadgarna innehåller fler detaljer. Man får hoppas att någon fiffikus kan hitta på hur man bättre skall handskas med styrandet, så att alla medlemmar förstår hur Föreningen fungerar. Behöver kretsarna verkligen vara så självständiga som de är i dag? För att återkomma till den status som fanns i början av senaste århundrade, där alla kände varandra, och där man mangrant

stälde upp på månadsmötena, har vi fått en klubblokal som skall vara en spontan samlingsplats för alla medlemmar. Hur det här lyckas får framtiden utvisa. Olika försök att samla medlemmar har startas. Ni har säkert hört om stickning och om korsordslösning. Månadsmötena hade på 2020-talet förlorat sin status som samlingsforum, litet mer än en handfull medlemmar var vanligen på plats och alla tolv styrelsemedlemmar förutsattes delta. Månadsmötena var alltså inte mer en samlingsplats, följden blev en stadgeändring, som minskade antalet styrelseledamöter till sju, här är även ordförande beaktad. Månadsmötena avskaffades. Samtidigt förändrades även hur många mandatperioder en styrelsemedlem får sitta på sin post. Det är bra att få rotation och nya tankar.

I början av min styrelseperiod var det tyvärr så att mången medlem aldrig uttalade sig. Det fanns nog också en kutym att man inte skulle opponera sig mot ordförandes förslag. Det var oerhört att man skulle sätta avvikande åsikt till protokollet. Jag var nog den stygge gossen Ruda, som då hyror diskuterats fick i uppgift att undersöka vad gängse hyror är i centrum av Helsingfors och kom på grundval av resultatet med ett förslag om att höja hyrorna rejält. Det tyckte inte alla andra om, det röstades, jag och en annan styrelseledamot som förlorade i omröstningen satte in avvikande åsikt till protokollet, där vi skrev att vi tyckte att höjningen var för låg. Då vår revisor **Rabbe Nevalainen** gick igenom bokslutsförslaget med styrelsen, så berättade han att han tyckte att hyrorna överlag var för låga, varpå han tillfrågades om han läst styrelseprotokollen, men det hade han inte. Efter det var det ingen som ifrågasatte hyresförhöjningarnas storlek.

Även om styrelsemedlemmarnas antal minskade så hade valkommittén senaste

Tyvärr är det så att Föreningen på lång sikt inte kan understöda andra föreningar med låga hyror. Om så sker finns det inte tillräckligt med pengar för våra medlemsaktiviteter och det som är allra viktigast: att hålla vårt hus i gott skick för att kretsarna skall ha ett eget tillhåll.

år svårt att få ihop tillräckligt antal styrelsemedlemmar, vilket gjorde att en medlem valdes senare än de andra. Kan det vara så att av åttahundra medlemmar så är endast femtio villiga att vara med i kretsarnas eller Föreningens styrelse? Måne samma personer, som tycker att de inte behöver engagera sig, skulle tycka om att sju procent av samhällets människor skulle förtjäna 93 % av utbetalda löner?

Tyvärr är det så att Föreningen på lång sikt inte kan understöda andra föreningar med låga hyror. Om så sker finns det inte tillräckligt med pengar för våra medlemsaktiviteter och det som är allra viktigast: att hålla vårt hus i gott skick för att kretsarna skall ha ett eget tillhåll. Vi har redan nu (enligt ingenjörbyrå Vahanens rapport) en reparations-skuld som vi måste ta fatt. Att våra reparationskostnader blir så stora beror delvis på att man i tiden då huset byggdes inte visste om faran att få asbestdamm i lungorna eller att inandandet av gaser från kreosot är farligt. Tyvärr vet vi inte om vår kreosot tillverkats av stenkol – mycket farlig – eller trätjärna – mindre farligt. Tidigare styrelser har nog också försummat att sköta underhållet kontinuerligt, mången reparation har gjorts med så enkelt arbete som möjligt. Taket är i dag i skick så även fasaderna mot gatan om man inte beaktar fönstrens skick. Dessvärre är väggarna mot gården i behov av reparation. Gaveln mot granngården på Eriksgatan skall rappas på nytt och det arbetet är redan beställt. Dessa reparationsbehov ser inte Föreningens medlemmar nödvändigtvis, men tyvärr nog de som borde göras innanför huset. Utan den hjälp Föreningen har fått av Understödsstiftelsen för Arbetets Vänner Huvudföreningen sr., skulle huset vara i ännu sämre skick.

Även om jag ställt mig kritiskt till en del saker så är det dock mycket som gått framåt. Alla relevanta dokument har uppdaterats under de senaste åren, vi har fått en ny årsklocka som berättar om årligen återkommande uppgifter för styrelsen och verksamhetsledaren.

Men hur skall egentligen Föreningen styras nu då styrelsen har decimerats? Det viktigaste dokumentet är nu så att säga på slutrakan och skall snart godkännas av styrelsen. Dess namn är förkortat Föreningens arbetsordning. Det är sju sidor A4 text. Det specificerar alla styrelsemedlemmarnas uppgifter. Där finns uppräknat vilket de anställdas ansvar är. I dagens läge är uppgifterna specificere-



Men hur skall egentligen Föreningen styras nu då styrelsen har decimerats? Det viktigaste dokumentet är nu så att säga på slutrakan och skall snart godkännas av styrelsen. Dess namn är förkortat Föreningens arbetsordning.

rade för: verksamhetsledare, vaktmästare, bibliotekarie och medlemsregisteransvarig. Uppgifterna kan skötas av en eller flera anställda personer. Då dokumentet är skrivet så här, så har Föreningen en viss mån av flexibilitet. Verksamhetsledarens uppgifter kan också vid behov delas upp, då allting finns listat med franska streck.

Sedan har vi utskotten, som är styrelsens arbetsorgan. För att ge en uppfattning så vill jag berätta att följande utskott finns nu: fastighetsutskottet, informationsutskottet, Aveitens redaktion, inredningsutskottet, programutskottet, festbestyrelsen och trädgårdsutskottet. Då dessa beaktas ökas de aktiva personernas antal med ett tjugotal. Men inte blir det mycket bättre då man beräknar aktivitetsprocenten.

Så har vi ännu andra organ som har olika uppgifter. De är: valnämnden, De äldres råd, inventeringsnämnden och verksamhetsgranskaren. Av dessa är endast De äldres råd delvis under Föreningens styrelses kontroll. Det sker så att Föreningens styrelseordförande eller viceordförande automatiskt hör till rådet och att styrelsen förelägger de övriga medlemmarna till beslut av Föreningens vårmöte.

Som helhet så är det här en utomordentlig arbetsordning för Föreningen. Det som inte har beaktats, och egentligen inte hör till en arbetsordning, men som borde förenklas är kretsarnas förhållande till Föreningen. Det gäller närmast tidtabeller när olika dokument såsom kretsarnas budget, verksamhetsberättelse och dylikt skall överlämnas till verksamhetsledaren.

Kaj G. Backas,  
vice ordförande,  
AVH:s styrelse



En italiensk Expedition Brut Spumante är ett klart stilbrott i kondesammanhang men att föredra framom vätskedrivande öl under en två timmar lång spårafärd.

## Med en stadin konde som guide

– **Varför firade Finland** en storslagen fest här på Fennia år 1909 tror ni? Så inleder vår pålästa guide **Per-Erik Lönnfors** precis där Spårakoffen startar intill Fenniakvarteret vid Järnvägstorget.

Inga som helst gissningar hörs och svaret är varken lätt påkommet eller lättsmält; Finland firade då 100-års jubileumet av sitt införlivande i Ryssland.

Vi deltagare sitter bekvämt vid små bord medan vi åker runt i hemstaden och smuttar på vår spumanti i all sköns ro, och lyssnar och lär.

De ryska inslagen i stadens historia är inte få blir vi uppmärksammade på, gamla som gatorna döpta efter **Alexander I** och hans maka **Elisabet** och de mindre gamla bombningarnas inverkan på stadsbilden på 1940-talet. Historien väcks till liv. Och staden har förändrats.

– Jungfrugatan den slutade då vid barnbördshuset. Vi blir underhållna med skämt och anekdoter värdiga en infödd stadin konde samt lite dito skvaller om kända finlandssvenskar och adresser. Allt varvat med fakta som att Tölö tull inte idag ligger på rätt plats – vilket skulle ha varit cirka 200 meter närmare Grejusgatan. Att Linjerna i Bergshall ursprungligen var 9 till antalet och att det är tveksamt om Bulevarden ens är när bulvard.

Aveiten och journalisten **”Peje”** medger att den två timmar långa guidningsturen kanske kändes något tung, men roligt var det.

– På vilken gata är vi nu? frågar han efter någon särskilt kraftig spårakrängning, en precis rutt har nämligen inte kunnat garanteras på grund av oförutsedda effekter av de omfattande gatuarbetena i innerstan. Det bakslaget tar vår ciceron med humor och överlåter också mikrofonen då och då



– Jag hade stort nöje av sätta mig in i förberedelserna för rundturen. Detta är mitt livs första uppdrag som guide, berättar Peje glatt.

En stadin konde och dubbel AV-medlem, både i Sörnäs och huvudföreningen, deklamerar:  
Gimis on stadi,  
ois toivomus snadi,  
et tsigaa sais sen vielä kerran,  
Mieli Sörkkaan föraa,  
sinne skuru kyllä föraa.

till andra resenärer för inpass vilket allt bidrar till en spårarens i skönt informell stämning.

– Jag är stadin konde o hoppas ni bonjar vad jag bamlar.

Och roligt var det inte bara för honom utan också för de medlemmar som fått plats på den snabbt fullbokade rundturen och som uppskattade nybörjarguidens stronga insats.

Text och foto: **Elianne Rehn**

## Fisk i alla former i traditionell stil

**Årets oktoberfest** firades som en fisksoaré, där vi blåste liv i AV:s lite bortglömda traditioner. Den första fiskfesten ordnades redan år 1892 och till den inbjöds också fiskefolket från hamnen. Ända in på 1970-talet firade man regelbundet fiskfester i föreningens festsal, men sedan glömdes de bort i några decennier.

Nu var det alltså dags att borsta dammet ur näten och begå ett fiskafänge till strömmingsmarknaden vid Salutorget. Två tunga kassar med strömmingsburkar och svartbröd känkades direkt till Annegatan. Det fanns strömming med citron och med hummer, Bergmans berömda laxost och årets vinnare – kryddfisk. Till varmrätten hade man anlitat en cateringfirma som bjöd på en mycket god Janssons frestelse samt kaffepannacotta till efterrätt. Föreningsmedlemmarna lät sig väl smaka.

**Men vänta ett tag.** Vi ska inte gå händelserna i förväg. Innan vi kommit så långt som till efterrätten har det faktiskt hunnit göras en hel del, delvis osynligt arbete, utan vilket det inte kan bli någon fest. Först har programkommittén suttit ner och planerat när, hur, vem och vad. Sen delas arbetsuppgifterna ut: vem tar hand om fiskarna, och vem ansvarar för potatisen? Vad ska det vara för drycker och hur mycket? Dukning, servetter, dekorationer – allt fordrar uppmärksamhet samt någon som ser till att planerna



blir till verklighet. Extra arbetskraft rekryteras (frivilliga aveiter) och när anmälningarna kommit in görs en uppskattning av mängden mat och dryck som behövs.

Många timmar innan festen drar igång samlas ett gäng som under **Barbro Erikssons** vakande öga börjar bära bord och stolar, kollar att borddukarna är hela och rena – det är de inte alltid – och dukar tre långbord i festsalen.

Glaset ska kollas och kanske sköljas av och torkas, tallriker och bestick räknas. Servetterna viks och blommorna placeras i vaser. Ljus, stormlyktor och små stenar placeras dekorativt på borden för att

I kväll blev vi bjudna på fisk,  
fallera,  
som Elianne fångat över disk,  
tänk så bra!  
För gamla traditioner  
medger inga makaroner.  
Hoppas bara ingen gäst är allergisk,  
fallera!

Och snaps har vi bjudits därtill,  
fallera.  
De törstiga har ännu fått en till,  
oj så bra!  
Men gamla traditioner  
fordrar höviska fasoner –  
mer än så vore väl kanske överkill  
fallera?

Vi njutit av fin soaré, fallera  
vi alla som ikväll fått vara me',  
hipp hurraa!  
Vi tackar er i köket  
och för allt det andra stöket  
och program och för all förlustelse  
fallera.

*Text: Tina Björkvall  
Melodi: Vi gå över daggstänkta berg*



Bästa festen är i köket? Damerna från vänster sett: Elianne Rehn, Veronica Wiklund, Barbro Eriksson samt Monika "Moxo" Weckström.



Ordförande Tina verkade trivas på festen, vilket hon också framförde i sångform





ge den rätta stämningen. Arbetet går undan och en halv timme innan festen ska köra igång verkar allt vara färdigt.

Musikklubben kommer med sina instrument, de ska underhålla med till temat passande musik. **Mårten Björkvall** dyker upp med en bunt snapsvisehäften, som placeras vid varje plats. Det visar sig vara så många att vi knappt hinner ta en hutt och en bit strömning innan följande visa är på gång.

Det är livlig stämning genast från början. Gästerna – ett fyrtiotal hungriga aveiter – låter sig väl smaka av fisken och svartbrödet. Den ena snapsvisan avlöser den andra och någon påpasslig ser till att det alltid finns något i glaset att skölja ner visan med. Efter maten är det dags för en svängom i takt med musikklubbens skärgårdsinspirerade musik och **Antonia Palmén** försöker få dansarna att placera stegen rätt. Rätt eller fel, höger eller vänster – och vad är motsols i denna sal? – det är inte så viktigt, bara det är roligt. Och det är det ju.

Sen vill ordförande **Tina** tacka för festen. Och det gör hon förstärkt av några andra walentinor med en sång, som hon totat ihop under tågresa till festen. Den kan ni ta till er i rutan här intill, så vet ni det mesta om hur det var på fisksoarén anno 2024.

Då vi blev överens om att nu var det slut på festen så var det en fröjd att se hur festen med fart och under gemensamt ansvar städades undan. Disken kom till köket i ett huj och det stod inte länge på innan alla bord och stolar fanns på sina rätta ställen. AV:s gemensamma utrymmen stod klara och städade för följande evenemang.

Text: Moa Lindeman  
Foto: Elianne Rehn, Moa Lindeman



## På begäran ett recept

**- Efterrätten var fantastisk!** En spännande variant av tiramisu. Är receptet hemligt eller delar du det?

Nej, receptet är inte hemligt. Det uppkom för cirka 35 år sedan, före tiramisus frammarsch, genom slarvande vid mångfaldigandet av ett betydligt sötare arbisrecept. Antecknade den nya versionen, varsågod!

### Kaffepannacotta - desserten från fisksoarén

1,5 - 2 gelatinblad läggs i blöt 5 min.

Vispa ihop:

5 dl gräddblandning på ca 25 % fett

2 msk espressokaffepulver utan sötning

3 msk socker

Koka upp och lyft av värmen. Krama ur gelatinbladen och låt dem smälta i vätskan under lite omrörning. När allt svalnat, rör in: 1 tsk vaniljsocker (+ 2 tsk konjak)  
Håll upp i små vattensköljda koppar eller glas. Täck och låt stå i kylan minst 4 timmar eller över natt.

Det blir 6-8 små portioner och desserten är naturligt glutenfri.

Recept: Elianne Rehn

## Promenadororienteringen 2024 - de rätta svaren

Frågorna finns på sidorna 12-14.

### Kontroll 1

1. A: b), B: Randall Nybom, Harry Andersson, Rune Öhman, Sebastian Gripenberg, Tom Schubert, Kristina "Tina" Björkvall
2. b)
3. A: b), B: c), C: a)
4. A: Anna Glad, B: Mija Wadö, C: Hildur Runarsdóttir och Jakob Johansson
5. D)
6. C)
7. A: a), B: c)
8. a)
9. A: c), B: d), C: b), D: a)

### Kontroll 2

1. a) b) d) f)
2. c)
3. b)
4. Askola, Borgnäs, Mäntsälä, Mörskom, Nurmijärvi, Pukkila, Sibbo, Sjundeå, Ingå, Kyrkslätt, Lapträsk, Tusby, Vichtis
5. b)
6. c)
7. Matteus, Johannes och Petrus
8. Senatstorget
9. c)

### Kontroll 3

1. b)
2. b)
3. c)
4. b)
5. b)
6. b)
7. c)
8. c)
9. c)

### Kontroll 4

1. A: b), B: c)
2. A: d), B: c), C: a), D: b)
3. A: d), B: c), C: b), D: a)
4. A: d), B: c), C: b), D: a)
5. A: b), B: c), C: d), D: a)
6. 1: c), 2: A. c), B. b), C. a)
7. Georgien
8. A: b), B: c), C: d), D: a)
9. A: c), B: d), C: a), D: b)

### Kontroll 5

1. A: d), B: c)
2. b)
3. c)
4. c)
5. c)
6. b)
7. A: 6, B: 2, C: 8, D: 1, E: 7, F: 4, G: 3, H: 5
8. Den lilla knatten snattar och den större springer och slår igen dörren.
9. b)

# Walentinakören



## Not bad Walentina och Espiro – inte illa alls

Walentinakören inledde höstsäsongen tillsammans med den göteborgska kören Espiro (vilket betyder "jag andas ut") med en hel dag av nordisk musik lördagen den sjunde september. Under den finurliga rubriken NotBad bjöds både turistgrupper och anhängare av körsång på en promenadkonsert i Tempelplatsens kyrka på förmiddagen. Kyrkan var nästan fullsatt och publiken fick njuta av ett urval sånger från både Sverige, Norge och Finland, både på finska och svenska. Körerna sjöng var för sig och tillsammans. De var samsjungna och kompletterade varandra väl.

Efter en paus på några timmar upprepades notbadet som en konsert i AV:s festsal. Repertoarerna utökades med mera fartfyllda och också roliga sånger. Espiro imponerade med ett flertal instrumentalister på bland annat fioler och olika rytminstrument. Espiros dirigent **Matts Johansson** var ett verkligt energiknippe som fick både sin kör och publiken att jojka och ge sitt allt.

Han tyckte att samarbetet med Walentinakören hade fungerat väldigt bra och såg fram emot walentinornas svarsbesök till Göteborg i slutet av oktober. Espirokören var imponerad av Tempelplatsens kyrka och tyckte det var fantastiskt att få sjunga där. Körerna hade haft bara fyra timmar tid att sjunga ihop sig, men det räckte tydligen för de gemensamma sångerna gav ett harmo-



niskt och helgjutet intryck.

En speciell touch fick programmet av Espiros framförande på finska av "Tuoll' on mun kultani" och **Somerjokis** "Paradiset" på svenska med text av **Bo Sundström** (Bo Kaspers orkester).

Walentinorna under ledning av **Lauri Palin** imponerade speciellt i "Stormskärs Maja" men bjöd därtill på många vackra och melodiska sånger ur sin havs- och skärgårdsinspirerade repertoar samt några gamla god-

bitar som "Route 66" och "Take the A-Train".

Encoresången "Thank you for the Music" med solo av **Marina Palin** kunde ses som ett gemensamt tack av både körerna och av den nöjda publiken.

Mera om Walentinakörens och Espiros samarbete kan ni läsa i Aweiten 3/2024.

Text: Moa Lindeman

Foto: Moa Lindeman, Henrik Strömberg



# Ett detektivarbete har inletts

**M**ånga inredningsdetaljer går ens öga förbi. Så också för mig. Under tiotal år har Lex Patria stått i AVH:s Kretsarnas sal utan att ha väckt större intresse eller uppmärksamhet. I vintras upptäckte jag plötsligt att en hand och ett svärd hade brutits loss från statyn. AVH:s uppmärksamma vaktmästare **Oskar Thesslund** hade till all lycka tagit vara på de olika brustna delarna. Det skedde redan för två år sedan.

I något skede började deltagare i Bridgeklubben, som ju ofta sitter där i salen, fundera över statyn och dess härkomst och fråga sig varför Handegillet donerat AVH denna gipsstaty och när detta skedde. Frågan är ännu inte utredd. Handegillet äger en likadan staty men gjuten i brons. Likadana bronsstatyer finns bl.a. i Ständerhuset och i presidentens slott.

Tillsammans med Handegillet verksamhetsledare har vi börjat undersöka saken. Troligt är att donationen har skett i början av senaste sekel eventuellt i samband med Finlands självständighet. Ärendet kräver en genomgång av AVH:s tidigare verksamhets-

berättelser. I föreningens tre historiker har vi tillsvidare inte funnit anteckningar om donationen.

Statyn Lex Patria är en del av **Alexander II:s** staty på Senatstorget i Helsingfors utförd av skulptör **Walter Runeberg** (1838–1920) och den avtäcktes år 1894. Statyn omges av fyra mindre statygrupper symboliserande Lag, Arbete, Fred och Ljus (Lex, Labor, Pax och Lux). Statyn har ansetts visa välståndet och framstegen under Alexander II:s regering. Lex Patria var en dominerande symbol i riksdagens tidigare plenial i Heimola vid Glogatan fram till 1931.

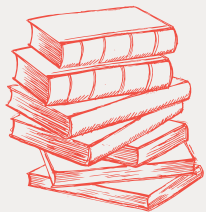
Nu är armen åter på plats och statyn står i ursprunglig glans. Lex Patria har nämligen under sommaren pietetsfullt reparerats av konservator **Sini Oksanen** ([www.esinekonservointi.fi](http://www.esinekonservointi.fi)). Hoppas Lex Patria i kretsarnas sal hålls oskadad och får fortsätta att stå som symbol för lagligheten.

Utredningsarbetet rörande donationen fortsätter.

Hälsningar,  
Kerstin "Tessa" Ehnholm



Nyrenoverad Lex Patria. FOTO: Sini Oksanen



BOKKLUBBENS  
BLOGG

## Grönländska trauman: längtan till Blomsterdalen

**E**n nedräkning från fyrtiofem, 45, 44, 43, ... inleder kapiteln i grönländska **Niviaq Korneliussens** roman *Blomsterdalen*. Boken

*glömde jag att allt skulle börja om från början igen. Korpen vakade över mig tills dagsljuset kom. Så flög den iväg och lämnade mig kvar med de döda. Den visste inte att det var mot ljuset och inte mot mörkret som den borde skydda mig."*

belönades med Nordiska rådets litteraturpris år 2021 och utkom ett par år senare på svenska. Författaren (född 1990) har själv skrivit både den grönländska och den danska versionen.

Vad står då nedräkningen för? Dessvärre för någonting mycket ledsamt och tabubelagt. Efter varje siffra följer en lakonisk notering som "45. Kvinna. 38 år. Hängning."

Antalet självmord på Grönland är skyhögt. Ämnet diskuteras ändå inte, statistiken är bristfällig, den hjälp som erbjuds självmordsbenägna och anhöriga är katastrofalt bristfällig eller rent av obefintlig.

Huvudperson i boken är en ung kvinna på väg att inleda studier och studentliv i Århus i Danmark. Samtidigt är hon totalt uppfylld av nya förälskelsen hemma i Nuuk. Allting borde vara bra, men hon kämpar mot ett inre mörker.

*"Jag vilade ögonen på den svarta fågeln och för en stund glömde jag allt om att solen, som hade gått ner för en kvart sedan, skulle dyka upp bakom Sermitsiaq igen om ett par minuter. För en stund*



Niviaq Korneliussen har i sitt hemland genom den här romanen lyckats lyfta upp ämnet man tiger om, självmordsproblematiken, till diskussion.

Dessutom lyckas författaren förmedla en mångfacetterad bild till oss, som annars väldigt sällan träffar på grönländska samtidskildringar: Storslagen natur, midnattssol, isolerade små samhällen, Facebookflöden, kärlek, familjetrauman, utanförskap, rasism, missbruk, fördomar, identitet, tradition, postkolonialism.

Boken väckte tankar och diskussion bland oss i Bokklubben. En del motstridiga åsikter också. Vi blev verkligen engagerade.

Och, tro det eller ej, boken är i all sin tragik ställvis rolig, med humoristiska, drastiska formuleringar. Blomsterdalen är en drabbande bok som stannar i minnet.

Viveka Högnäs-Mellner

# Promenadorienteringen

## – årets populäraste AV-program

Vad är det som lockar redan en fjärde generation aveiter ut i denna lekfulla tävling. Förutom en härlig höstlig promenad i glada gäng? Vidgade vyer och nya bekantskaper? Chansen till evig ära och berömmelse? Vad handlar det inte om? Det handlar inte om vem som är snabbast.

### Rapport från funktionären på kontroll 5

Mera gott humör än spänning ligger i luften när vi samlas vid Månsas friluftsstuga den söndag. Ett 60-tal aveiter inklusive funktionärerna.

Klockan 10.45 öppnar veteranarrangören **Mårten** bakluckan på sin bil, det är han som ansvarar för det praktiska materialiserandet och ledningen av tävlingen ute i terrängen, för rutt och skyltar. Nu delar han ut välsorterat material med rätt frågekuvert,

instruktioner, kartor och pennor till oss kontrollansvariga funktionärer. Vi lämnas inte åt vårt öde på våra respektive poster ute i okänd terräng utan har en informationsgrupp på WhatsApp på våra mobiler. Det är tryggt för oss men också för de tävlande lagen, där frågas exempelvis: Osäkert om lag X startade åt rätt håll, har det syns till? Det kollas försynt upp i terrängen att ingen hamnar på villovägar.

Här vid kontroll 5 känns den första timmen lång. Det är den sista kontrollen före mål och inga lag har syns till, bara andra helsingforsare, springande, vandrande eller hundrastande.

– Är det vi som kommer först hit, vart har de andra försvunnit? pustar det efterlängta- de lag som slutligen och ändå till först dyker upp vid min kontroll och nu är det bara roligt.

Plötsligt märker jag att jag blir olidligt ny-

fiken på att höra dem reagera och diskutera kring frågorna som jag funderat ut. Försöker hålla nyfikenheten i styr men frågar till slut ett lag om jag inte får lyssna lite och jag får ett ja, om än med lätt tvekan – men hinner inte lyssna länge innan nästa lag redan är i antågande och ska få sitt frågekuvert.

Efterhand som lagen returnerar sina blanketter med svar skulle det vara läge för en kontrollant att kolla svaren och räkna poängen direkt, men det är risk att papper blåser sin kos för i mitt stillastående värv har fingrarna hunnit bli kalla och stela.

– Den här kontrollens frågor var roligast i år, men inte lätta. Så ska de vara förstås, man ska ju lära sig något också, säger en som ska visa sig höra till det vinnande laget, när de räcker mig sina svar. Ojdå, tänker en smutt smickrad men mera uppmuntrad novis.

När det tionde och sista laget är klart tar jag häng på dem, de är vana att läsa kartan och

## Om jag inte jag ombetts hade jag bett om det själv ...

... Alltså att få sitta med i promenadorienteringskommittén i år. Det för att i Aveiten kunna skriva om hur evenemanget går till från en arrangörs synvinkel.

Nu vänder vi på steken och tittar på evenemanget ur synvinkeln som nybörjare med en 34 bokstäver lång titel: promenadorienteringskommittémedlem.

Vad går det ut på? Bakgrundsarbetet - det som sägs vara drygt, ansvarsfullt och evigt otacksamt - såhär ser Aveitens utsända på sin andel.

### I april

Snöflingor dalar utanför fönstret när vi mot slutet av april sitter sju medlemmar på AV kring kaffebordet och har årets Promenadorientering på agendan. **Wendla Paile** har sammankallat oss och förberett en plan och ansvarsfördelningen. Konceptet behöver inte uppfinnas på nytt, tre veteranarrangörer finns på plats och ett fyra sidor långt PM med beprövade anvisningar. Vi kan tryggt koncentrera oss på det roligaste: idéa, välja och vraka, sätta några deadlines och fördela arbetsuppgifterna ossemellan. Ingen har bråttom nån annanstans – för en gångs skull. Nu kör vi!

Hur länge tar det att göra frågorna? Inspirerad av starten har jag redan efter ett par dagar kollat upp väldigt mycket fakta och formulerat de fem första frågorna.

### I maj

När vintern fortfarande vägrar släppa sitt grepp fördriver jag Kristihimmelsfärdsdagen inomhus och det är mej ett nöje att kolla vidare, mera fakta och mera idéer ska det till. Snart har jag mitt frågepaket om Helsingfors klart. Frågorna omfattar närapå hela staden, en del smålustiga namn och någon klurighet ingår. Gott och väl, tänker jag, ungefär såhär ska det väl se ut?

Men nej, jag känner mig inte nöjd när jag läser igenom helheten, den smakar lite trå, staden är ju inte bara geografi, historia och fakta. Jag sneglar på de ämnen som paxats för de andra kontrollerna, inte minst kulturen... suck. Men aj jo, nånting med språk eller ord kunde väl ändå platsa, kanske lite kuriosa som krydda. Smak och doft vill jag ha med! Min stad pulserar i nutid, med terassliv, violintoner medan man väntar på sin spåra och konstgjort fågelkvittr kring varuhuset. Bara nio frågor per kontroll ska det vara så nu blir det gallring och nya tag. Skönt att deadline tillåter mig att dra ut på nöjet och ge tankarna fritt spelrum över sommaren, först till september behöver frågorna lämnas in – och det blir de. Hur själva tävlingsdagen tedde sig har jag skrivit en skild rapport om här intill.

”En gör så gott en kan” – ett citat jag lånar av en vän – det gäller absolut en volontär, men lite självvranssakande utvärdering ska-

dar nog inte. Särskilt på en punkt. Nu visade det sig nämligen att just min kontroll nr 5 gav lagen de klart sämsta poängen i medeltal, 7,7 p medan kontroll 1 gav 11,5 p. tvåan 9,9 p, trean 11,9 p och fyran 13,4 p. Det kan åtgärdas enklast genom att i planeringsskedet av frågorna tänka på poängräkningen. Se till att ha minst tvådelade frågor för att de ska kunna ge också andra poängtal än bara 2 eller 0 poäng, som flera av mina frågor i år.

Medlemmarna som i år ansvarade för en kontroll, dejourerandet där, fixade sina frågor och räknade poängen var i ordningsföljd: **Inge Blomander & Åsa Laukonlinna, Tessa Ehnholm, Lasse Silén, Antonia Palmén & Casten Idström** och skribenten. Det var ändå vår stöttepelare, banläggande **Mårten Björkvall** som stod för lejonparten av jobbet. Utöver sina egna uppgifter, höll han ett vakande öga på allt, dubbelkollade också våra frågor och poängräkningens riktighet.

Bland det allra mest inspirerande med uppdraget var för min del att kläcka frågor, till den grad att det nu är svårt att få stopp på flödet. Det har redan runnit till tillräckligt med frågor för en ny omgång - fast det kanske inte alls är min uppgift då. Kanske du är den som har lust att ta dig an uppgiften nästa vår? Hör av dig till Programutskottet!



jag vill inte irra bort mig, poängräknandet brådskar. Där väntar oss också Wendla med välsmakande vegetarisk sopplunch i friluftsstugan. Ja, och på den eviga frågan om det finns någon gratis lunch har vi den här gången svaret: Ja, här bjuds också på sådan i dag.

Kl. 23.03 plingar telefonen när Mårtens mejl med poängresultaten och vinnarlagets namn landar i Promenadorienteringskommittens e-postlådor. Kontrollräknandet är klart. Vi har en segrare: Åran och berömmelsen går i år till Vox Seniora med 74,5 poäng av 102 möjliga. Grattis till ett strålande resultat!

Vad vann de övriga?

En naturpromenad & tankeutbyte & spänning & avkoppling & frisk skogsluft & motion & nya kunskaper & hjärngymnastik & gratis sopplunch & sällskap med frejdigt humör.

Skribent & fotograf: **Elianne Rehn**

Tips!

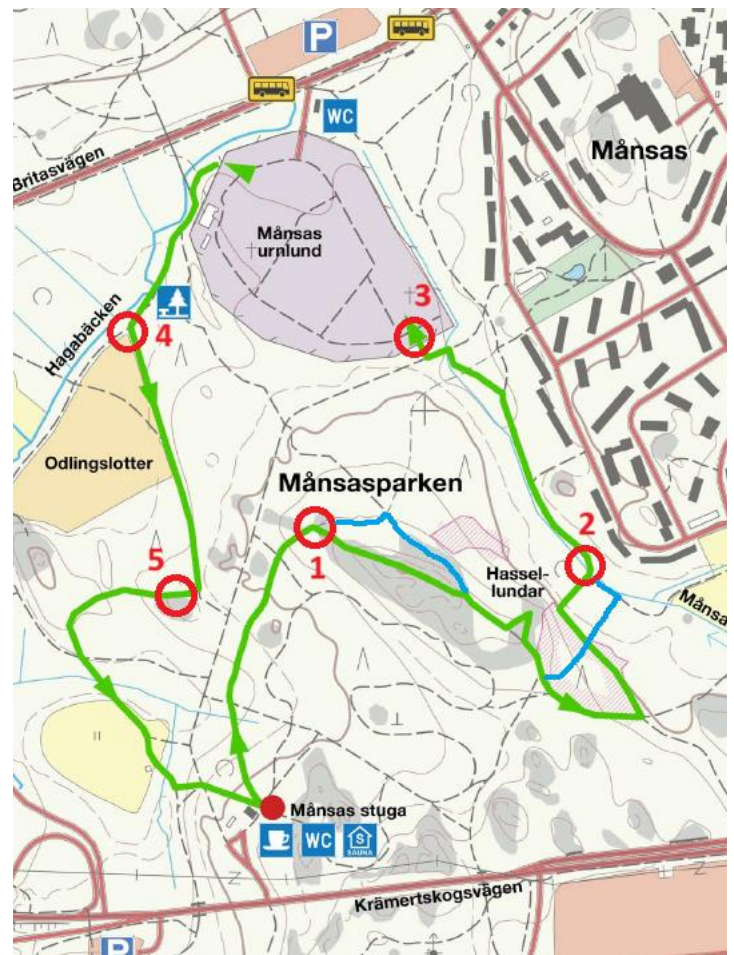
Vill du lägga dig i träning för nästa gång? Några frågor utlovas då om sånt som står och stått i Aveiten med början från år 2023.



Laget Martin och juristerna i antågande till kontroll 5.



Lasse Silén, funktionär vid kontroll 3.





# Promenadorienteringens frågor

## Kontroll 1

Ringa in det svar ni anser vara det rätta!

### Fråga 1

AVH har i år fått sin första kvinnliga ordförande.

A. Hur många ordförande har vi haft under årens lopp?

- a) 15
- b) 18
- c) 21

B. Kommer ni ihåg namnen på de sex senaste ordföranden?

### Fråga 2

Hur många svenskspråkiga sommarteatrar har det funnits 2024?

- a) 15
- b) 18
- c) 21

### Fråga 3

På Finns Sommartheater, Lurens Sommartheater och Raseborgs Sommartheater spelades Skattkamarön, De Tre Musketörerna och Djungelboken. Före en rätt författare med rätt bok!

Alternativen är:

- A) Skattkamarön
- B) De Tre Musketörerna
- C) Djungelboken

- a) Rudyard Kipling
- b) Robert Louis Stevenson
- c) Alexandre Dumas

### Fråga 4

Tre finländska författare, Eva Franz, Nilla Kjellssdotter och Satu Rämö skriver alla deckare, där vi får lära känna kriminalpolis Mija Wadö, chefen för försvunna barn på Island Hildur Runarsdóttir, poliskommissarie Anna Glad och polisaspirant Jakob Johanson. Fundera vilka poliser hör hemma i vilken författares böcker.

- A. I Eva Franz's böcker
- B. I Nilla Kjellssdotters böcker
- C. I Satu Rämös böcker

### Fråga 5

OS i Paris är över. OS ringarna är i fem färger.

Vilken färg är i mitten?

- A) Blå
- B) Grön
- C) Gul
- D) Röd
- E) Svart

### Fråga 6

När började frågesportsprofilen Jesper von Herten göra Duellen i Hufvudstadsbladet?

- A) 2009 i april
- B) 1994 i september
- C) 1999 i november

### Fråga 7

Tove Jansson skulle ha fyllt 110 år den 09.08.2024.

Hon har målat endast en altartavla direkt på väggen i en kyrka. En ny opera om Tove Janssons

arbete med altartavlan i kyrkan är ett sant mästerverk, som framfördes i samband med Musikfestspelen, Korsholms produktion i kyrkan, den 9.8.

A. När är tavlan målad?

- a) 1953
- b) 1950
- c) 1956

B. Vilken kyrka är det fråga om? (Det finska namnet är kanske mer känt)

- a) Korsholm
- b) Bjärnä
- c) Östermark

### Fråga 8

Europaparlamentets utskottsplatser är klara. Totalt delar de femton ledamöterna på 19 platser. Li Andersson sitter i utskottet för sysselsättning och sociala frågor. Det gör också en annan av våra ledamöter. Vem?

- a) Maria Ohisalo
- b) Maria Guzenina
- c) Katri Kulmuni

### Fråga 9

Några sagofigurer, vi har läst om dem, som barn eller för barn, barnbarn eller barnbarnsbarn. Vem bor i

- A) Sjumilaskogen
- B) Landet Ingenstans
- C) Villa Villekulla
- D) Uppsala

- a) Pelle Svanslös
- b) Pippi Långstrump
- c) Nalle Puh
- d) Peter Pan

## Kontroll 2: Historia

### Fråga 1

Egnahemsområdet Britas (Pirkkola) är en del av Centralparkens helhet. En ändring av byggplanen gjordes 1940 och möjliggjorde byggandet av de så kallade vapenbrödrahusen. Gåvohuset donerades av Sverige och Norge 1940–1941 till flera städer och kommuner. De fyra största mottagarna av dessa vapenbrödrahus var, vilka 4 av dessa?

- a) Lahtis
- b) Helsingfors
- c) Hangö
- d) Kuhmo
- e) Åbo
- f) Kuopio

### Fråga 2

Helsingfors blev Finlands huvudstad 1812. Då föreslogs ett annat namn på staden än det nuvarande. Vilket namn föreslogs?

- a) Sveaborg
- b) Vanda
- c) Alexandria
- d) Helsingeby

### Fråga 3

Vid Britas ligger Månsas urlund. Helsingfors första begravningsplats grundades söder om Gammelstadsforsen kring 1550. Inom Helsingfors ligger förutom Månsas urlund bl.a. Ortodoxa begravningsplatsen, Gamla soldatbegravningsplatsen och Judiska begravningsplatsen.

Hur många officiella begravningsplatser finns det idag i Helsingfors?

- a) 7
- b) 9
- c) 10
- d) 6

### Fråga 4

Sedan 2013 omfattar Nyland 26 kommuner, varav 13 är städer. Nämn fyra kommuner (landskommuner) i Nyland.

### Fråga 5

Den äldsta byggnaden av sten inom Helsingfors är Sederholmska huset, som ännu finns kvar.

När blev denna byggnad färdig?

- a) 1698
- b) 1757
- c) 1727
- d) 1780

### Fråga 6

I Helsingfors finns enligt Kyrkpressen svensk verksamhet i Matteuskyrkan, Johanneskyrkan, S:t Jacobs kyrka, Gamla kyrkan, Berghälls kyrka, Tomaskyrkan, Petruskyrkan, Åggelby gamla kyrka, Södra Haga kyrka, Malms kyrka, Munkshöjdens kyrka och Munksnäs kyrka. Tidigare utgjorde kyrkan centrum för församlingen. Idag är församlingarna efter sammanslagningar färre.

Hur många svenska evangelisk-lutherska församlingar finns det idag i Helsingfors?

- a) 5
- b) 6
- c) 3
- d) 4

### Fråga 7

Vad heter dessa församlingar?

### Fråga 8

I Kretsarnas sal i AVH-huset finns en staty donerad av Handlingsgillet. Lex Patria, Rättvisans gudinna, är en del av en allegorisk skulpturgrupp.

Var står den ursprungliga skulpturgruppen?

### Fråga 9

Grundskolan infördes i Finland den 1 augusti 1972, då Ulf Sundqvist (28 år) var undervisningsminister. Övergången från folkskola till grundskola skedde i etapper.

När infördes grundskolan i Helsingfors?

- a) 1974
- b) 1981
- c) 1977
- d) 1979



## Kontroll 3: Naturvetenskap

Ringa in det svar ni anser vara det rätta!

### Fråga 1

På 1960-talet måste elever i skolorna pressa växter och artbestämma dem. På hösten förhöordes man sedan på namnet på växterna i det egna herbariet. Växtsamlandet tog slut då man insåg att sällsynta växter nära tätorter kunde hotas av samlandet. En växt vars namn fastnade i huvudet på mig var Smultron. Vad heter smultron på latin?

- a) Vaccinium myrtillus
- b) Fragaria vesca
- c) Sorbus aucuparia

### Fråga 2

År 1986 inträffade en allvarlig olycka i kärnkraftverket i Tjernobyl i Ukraina. Betydande mängder radioaktiva isotoper från reaktorkärnan, bl.a. Cesium-137, fördes med vindarna till Finland. Om det råkade regna så sköljdes radioaktiva ämnen från luften ner till marken. Vi antar att det på ett område regnade ner ett gram radioaktivt Cesium-137 som bands i jorden utan att spolas bort. Mängden Cesium-137 har idag minskat till ungefär hälften då Cesium-137 har halveringstiden 30,7 år. Hur lång tid krävs det för att mängden skall minska till en tiondel?

- a) 67 år
- b) 100 år
- c) 175 år

### Fråga 3

Landhöjningen i Finland leder till att landets (torra) markyta växer. Mätningar över perioden 1934–1982 d.v.s. 48 år indikerar att landets yta ökade med många kvadratkilometer. Av vilken storleksordning är till-landningen?

- a) 125 km<sup>2</sup>
- b) 570 km<sup>2</sup>
- c) 1100 km<sup>2</sup>

### Fråga 4

Människan är beroende av vitaminer d.v.s. livsnödvändiga ämnen som kroppen inte förmår producera själv. Svår vitaminbrist kan ge upphov till fysiska problem såsom ledproblem, tandproblem etc. men också psykiska problem såsom depression. Om vi söker orsaker till depression så finns i listan nedan ett vitamin som inte vid brist anses vara en riskfaktor för depression, vilket?

- a) C-vitamin
- b) K-vitamin
- c) D-vitamin
- d) B1-vitamin
- e) B3-vitamin
- f) B12-vitamin

### Fråga 5

Då vikingarna seglade i österled på 900-talet låg havsytan mycket högre än nu. Hur mycket högre låg havsytan i Helsingfors på vikingatiden? Notera att det är fråga om en grov uppskattning.

- a) 2,4 m
- b) 3,5 m
- c) 8,1 m

### Fråga 6

Då istiden tog slut låg Helsingfors djupt under havsytan, ställvis kunde havet vara upp till hundra meter djupt. Den snabba landhöjningen efter istiden skapade på några årtusenden förutsättningar för människor att bosätta sig inom det område vi kallar Helsingfors i något vi skulle uppfatta som en sönderbruten ytterskärgård. Vilken ungefärlig tidsperiod talar vi om gällande de första bosättningarna?

- a) 10000 år sedan
- b) 7000 år sedan
- c) 4000 år sedan

### Fråga 7

Forskning visar att kråkfåglarna Kråka, Kaja, Skata... totalt elva europeiska arter effektivt sprider frön från olika växtarter genom så kallad endozookori d.v.s. via spybollar eller ekskrementer. Majoriteten av de spridda arterna har inte bär eller bärlika spridningskroppar vilket gör växterna ointressanta för andra spridare t.ex. människan. Kråkfåglarna förändrar vår flora. Hur många växtarter uppskattas använda kråkfåglarna för långväga fröspridning?

- a) 50
- b) 100
- c) 250
- d) 500

### Fråga 8

Lupiner växer allmänt längs våra vägar. Lupinerna är ärtväxter som kan binda kväve ur luften och följaktligen kan leva på mager jord. Lupinerna producerar inte nektar men lockar trots detta till sig bin och humlor vilket kan skada pollinerarna, genom svält, om det växer mycket lupiner på ett område. Många, men inte alla, lupiner är giftiga och innehåller olika typer av giftiga alkaloider. Ett exempel på en ickegiftig lupin är Sötlupinen som är mycket proteinrik och ätbar näringsmässigt jämförbar med Soja. Ett av lupingiften kan, om kreatur äter giftiga lupiner, överföras via mjölken till avkomman vilket kan förorsaka sjukdomen crooked calf disease, vilket är detta gift?

- a) Lupinin
- b) Piparidin
- c) Anagyirin
- d) Ammodendrin

### Fråga 9

I södra Finlands sjöar och gyttjiga havsvikar förekommer fisken Sutare som tillhör släktet karpfiskar. Sutaren är ofta mycket fet och god t.ex. som rökt. I Finland blir en Sutare 30–40 cm lång och den väger mellan 0,5 och 1,5 kg. Längre söderut i Europa kan Sutaren bli större. Vilken vikt kan en Sutare ungefär uppnå under goda förhållanden?

- a) 2,5 kg
- b) 5,5 kg
- c) 9 kg
- d) 15 kg

## Kontroll 4

### Fråga 1

Vårt hus ligger i hörnet av Annegatan och Eriksgatan. Varifrån har dessa gator fått sina namn?

- A. Annegatan:
  - a) I serien vanliga finländska förnamn;
  - b) Efter ett grekiskt-katolskt helgon och en rysk riddarorden;
  - c) Anna Sinebrychoff, affärskvinna och mecenat;
  - d) Ryska kejsarinnan Anna Ivanovna (1730–1740);

### B. Eriksgatan:

- a) I serien vanliga finländska förnamn;
- b) Erik von Frenckell, känd bitr. stadsdirektör i Helsingfors;
- c) Osäkert, kanske greve Carl Erik Mannerheim, eller eventuellt repslagarmästaren Erik Röö
- d) Erik Axelsson Tott, riksföreståndare, anlade Olofsborg

### Fråga 2

Inte bara AV som har ett hus som blivit ett finlandssvenskt landmärke i Helsingfors. Kombinera rätt organisation med rätt läge:

- A) Nylands Nation
- B) Föreningen Brage
- C) Svenska klubben i Helsingfors
- D) Nyländska Jaktklubben

- a) Mauritzgatan 6
- b) Blekholmen
- c) Kaserngatan 28
- d) Kaserngatan 40

### Fråga 3

Vi går nu vidare till de andliga sfärerna. Kombinera kyrkorna med rätt läge:

- A) Olaus Petri kyrka
- B) Heliga Treenighetskyrkan
- C) Sankt Henriks katedral
- D) Tyska kyrkan

- a) Unionsgatan 1
- b) Parkgatan / Fabriksgatan
- c) Unionsgatan 31
- d) Minervagatan 6

### Fråga 4

I Finland har vi fyra momssatser. Kombinera varorna nedan med rätt momssats.

- A) Varuförsäljning utanför EU
- B) Böcker
- C) Fodermedel
- D) Tryckeritjänster

- a) 25,5 %
- b) 14 %
- c) 10 %
- d) 0 %

### Fråga 5

Alla torde vi veta vem som är kung av Sverige idag. Men vilka var de föregående fyra regenterna. Kombinera ihop rätt kung med rätt regeringstid.

- A) Oscar II
- B) Gustaf V
- C) Gustaf VI Adolf
- D) Karl XV

- a) 1859 – 1872
- b) 1872 – 1907
- c) 1907 – 1950
- d) 1950 – 1973

### Fråga 6

Från kungar till tredje statsmakten, i ett nafs!  
Tvådelad fråga.

**6/1:** Hufvudstadsbladet. Vilken av följande personer har inte varit chefredaktör för Hufvudstadsbladet?

- a) Tommy Westerlund
- b) Erik Wahlström
- c) Håkan Hellström
- d) Egidus Ginström

**6/2:** Våra gamla tidningar. Nedan tre årtal för en tidnings grundläggning. Kombinera rätt tidning med rätt årtal.

- A) 1824
- B) 1856
- C) 1864

- a) Hufvudstadsbladet
- b) Vasabladet
- c) Åbo Underrättelser

### Fråga 7

Här på jorden finns ett land, som lokalbefolkningen kallar Sakartvelo. Frågan lyder: vad heter landet på svenska.

För svårt? Kanske landets namn på andra språk hjälper? Armenierna kallar landet Vrastan. Många turkiska språk någon form av Gürcistan. I många slaviska språk Gruzija.

### Fråga 8

Grekiska och romerska gudar. Samma gudar, men olika namn i Grekland och Rom. Uppgiften är nu att kombinera de romerska namnen med rätt grekiskt.

- A) Juno
- B) Merkurius
- C) Minerva
- D) Jupiter

- a) Zeus
- b) Hera
- c) Hermes
- d) Pallas Athena

### Fråga 9

Vår latinska skrift torde vara den dominerande inom internationell samverkan, men det finns ju många andra. Nu ber vi dig kombinera rätt skrift med rätt land / språk.

- A) Οι φίλοι της δουλειάς είναι οι καλύτεροι
- B) เพื่อนที่ทำงานดีที่สุด
- C) Приятелите на работа са най-добрите
- D) Աշխատանքային ընկերները լավագույնն են

- a) Bulgariska
- b) Armeniska
- c) Grekiska
- d) Thaiändska

## Kontroll 5

### Fråga 1

Från vilket ställe avgår båttransporten till:

- A. Stadsdelen Kronbergsstranden?
- B. Fritidsön Svartholmen?

- a) Slottskajen
- b) Hagnäs strand
- c) Edesviken
- d) Sjötullstorget

### Fråga 2

En signaturdessert i Helsingfors sedan 1930-talet heter "Flickan". Var serveras den?

- a) Café Ekberg
- b) Restaurang Elite
- c) Restaurang Kosmos
- d) Café Ursula



### Fråga 3

I utkanten av staden finns Hongasmossa som är vadå?

- a) Trädlevande lavasort, Vulpicida pinastri
- b) Fabrik för tillverkning av bl.a. torvbriketter
- c) Stadsdel med enbart trähus
- d) Friluftsled av utlagda plankor över myren.

### Fråga 4

Doften av salta havsvindar känns starkast i staden, när då?

- a) april
- b) maj-juni
- c) juli-augusti
- d) september

### Fråga 5

Säggen om hur Stockholm fick sitt namn; "Det var en gång en stock som törnade mot en holme..." Också Helsingfors har sin Stäck Hollmen på kartan AD 1775. Vad heter den holmen i dag? (sedan 1940)

- a) Gråhara
- b) Vrakholmen
- c) Skatakobben
- d) Lekholmen

### Fråga 6

Längs stadens in- och utfartsvägar står bullerstängsel av sprängsten i rektanglar av metallnät. Vad heter de?

- a) Sprängstensmurar
- b) Gabioner
- c) Kassettmurar
- d) Pyloner

### Fråga 7

Helsingfors har många vackra träbyggnader med servering. Kombinera rätt hus och attribut.

- A. Cajsan Helmi "Cajsas pärla"
- B. Pukin talo "Bockens villa"
- C. Villa Angelica
- D. Saaristo = fd. "Klippan"
- E. Kobben
- F. Aino Acktës villa
- G. Restaurang Elm
- H. Blå villan

1. Fd. skeppsvarv samt kolhamn
2. Stort barnklientel
3. Ekologisk inriktning
4. Hör inte till gruppen
5. Brant terrass
6. Student- och första majtradition
7. Inte tillgänglig för rörelsehindrade
8. Avgift för toabesök 7€, ett glas bubbel ingå

### Fråga 8

Översatt stadislang till svenska: Sknäiffä kloddi nysyij ja skrode luudaa ja stikkaa dörtsin boseen.

### Fråga 9

Trapphuset på Annegatan 26 A pryds av fyra ståtliga pelare, vilken stil har de?

- a) Jonisk
- b) Dorisk
- c) Korintisk



De rätta svaren hittar du på sidan 7!



## Körsång och bridge på Annegatan

Är det fortfarande möjligt att ångra sig..? Hjärtat tickar litet extra, när jag en höstdag för över ett decennium sedan besöker Arbetets Vänner Huvudföreningens hus på Annegatan 26. Nu ska avgöras om jag manne är musikalisk nog för att passa in i den välkända Walentinakören.

– Vad vill du sjunga? undrar legendariske dirigenten **Lauri Palin** bakom pianot.

– Ja... alltså... jag är inte så van vid att sjunga offentligt... kanske *Nu tändas tusen juleljus*.

Det får bli den, vars ord är så kända, och en bit in i sången glömmer jag bort att vara nervös och tar i för kung och fosterland, eller kanske nya hemlandet och president **Niinistö**.

Pianisten försöker få mig ut på hal is genom att då och då gå upp och ner någon halvton. Men nu tindrar juleljusen så fint och en liten svensk **Caruso** lurar man inte så lätt...

– Du är duktigare än du tror, konstaterar Lauri när det hela är över och de orden har jag faktiskt burit inom mig allt sedan dess.

Min mor i Sverige blir själagläd, när hon hör att jag börjat sjunga i kör.

– Jag har läst att körsångare ofta är mycket lyckliga människor, säger hon.

Så är det säkert och de första veckorna njuter jag. Lär mig nya sånger och några av dem är till och med på finska. Efter övningarna går vi och tar några öl.

En helg har vi två hela dagar i repetitionslokalen och med festligheter på lördagsaftonen. Övningarna siktar in sig på en julkonsert. Litet märkligt sitta en höstkväll bland finlandssvenskar i små nisseluvor och njuta gemenskapen i ett så musikaliskt gäng.

Dagen därpå känner jag dock, att det blir för stor insats för mig att fortsätta. Körsång har aldrig stått på min bucketlist – alltså sådant man vill göra eller uppnå i livet. Jag tappar av och till bort mig bland notraderna och klarar inte att följa de andras tempo.

Dessutom – har man bott ensam i decennier kan det vara svårt med så mycket och intensiv kontakt. Jag längtar efter att hemma för mig själv leka litet med gitarren och sjunga precis sådant som för stunden faller in.

Var tiden hos Walentinorna bortkastad? Absolut inte. Jag lärde mig en hel del om finlandssvenskheten och kommer

alltid att vara litet avundsjuk på den gemenskap och nog även trygghet det kittet erbjuder.

Några år senare ska jag återvända till lokalen på Annegatan, ity Arbetets Vänner har ju även en sektion för bridgespelare. Efter drygt en termins grundkurs på Arbis är vi några som går dit och spelar mot deras medlemmar. Med oss är läraren **Agneta Arle** – finlandssvensk spelare på absoluta elitnivån.

Till det roliga med bridge hör, att spelarna ofta är otroligt fiffiga och sympatiska. Det tar inte många minuter innan jag gjort nya och intressanta bekantskaper.

Till det tråkiga med bridge hör, att det inte ger mig riktigt samma kick som de andra tycks få. Därtill inser jag snabbt att det kräver hektoliter av svett att verkligen lära sig allt det som krävs för att spela på riktigt hög nivå.

Jag förlorar samtliga partier denna eftermiddag på Annegatan och ler urskuldande mot min partner, som även hon sedan lämnar bridgestudierna.

– För mig räcker det att ha en smula aning om spelet som förekommer i **Agatha Christies** romaner, förklarar hon litet senare för mig.

Var bridgestudierna ett misstag? Nej, jag tycker det nästan hör till allmänbildningen att ha något litet hum om världens mest kända kortspel.

Det närmaste jag idag kommer Arbetets Vänner är, att jag gärna äter på kinesrestaurangen som ligger i samma byggnad.

Och så har jag nu därtill fått äran att författa ett litet kåseri till Aveiten.

Körsången kom med tiden att bytas ut mot litet solosång och gitarrspel, oftast då i svenska sammanhang. Som exempelvis när Svenska Gillet har kräftsiva.

Visst händer det att tvivlet på den egna förmågan ibland infinner sig. Då försöker jag tänka på de tända juleljusen och provsjungningen en afton för många, många år sedan och det varma berömmet.

Tack i efterhand Lauri!

Sören Viktorsson

Skribenten har samlat sina kåserier från åren 2017–2023 i en bok, *Kåserier*. Boken är utgiven av Labyrinth Books och presenterades på Bokmässan 2024.

## Aveiten på Bokmässan

**Aveiten** fanns med bland de finlandssvenska tidskrifterna vid Förbundsarenans tidskriftsmonter på årets Bokmessa i Helsingfors. Genom att delta vill vi ge föreningen synlighet och hoppas locka flera att komma med i verksamheten.

Foto: Moa Lindeman



# Kalendarium

<https://avh.arbetetsvanner.fi/home/kalender/>

Programmet är preliminärt. Förfrågningar [info@arbetetsvanner.fi](mailto:info@arbetetsvanner.fi)

---

## Onsdagen den 6.11. kl. 18

Svenska dagen firar vi med gästföredrag av mångsysslaren Thomas Silén, Från Budapest till Ankdammen, om hur han kom att bli finlandssvensk. Walentinakören, Altra Volta och Seniordansarna underhåller och vi sjunger unisont Modersmålets sång. Kaffe med kaka. Öppen fest utan anmälan. Alla välkomna, bjud med nån som inte annars kommer sig på fest eller en avec.

## Onsdagen den 13.11. kl. 18

Öppet författarbesök med **Sirpa Kähkönen**, vinnare av Finlandiapriset 2023, i regi av Bokklubben. Välkommen också här med avec.

## Fredagskruss med kaffe kl. 11

fortsätter fram till jul i Klubblokalen.

## Onsdagen den 20.11 kl. 18

Haiku i Klubblokalen. Vi lyssnar och lär oss skriva haikudikter till en kopp te. I regi av Bokklubben. Ingen anmälan.

## Torsdag den 21.11 kl. 16

FIX utställningen hyllar konsten att reparera och underhålla. Designmuseet, Högbergsgatan 23. AV bjuder på guidningen. Anmälan före 20.11. [elianne.rehn@gmail.com](mailto:elianne.rehn@gmail.com)  
P.S. Svinnfri restaurangmiddag däremot bara på egen bokning p.g.a. oacceptabla gruppvillkor på Restaurang Nolla. Om matsvinn får vi nu i stället höra på Höstmötet 24.11.

## Söndagen den 24.11 kl.18

Höstmötet och därefter program: samtal med **Thomas Lundin** kring både matsvinn och matboken Tjo, hopp och kärlek. Tillfälle till signering och inköp.

## Söndagen den 15.12 kl.16

Julfesten med glögg, Walentinakörens lucia, allsång och polonäs. Programutskottet reserverar sig för eventuella ändringar som i så fall meddelas i det månatliga Nyhetsbrevet per e-post.

