

Ett par timmar ur orienteringsklubbens vardag

Text: Margareta Moqvist Foto: Ingvar Johnsson och Granqvist

OL-STJÄRNAN

Mörk måndagskväll. Rummet fylls med röster. Det står orienteringsträning på programmet. Vad är det?

Max, Daniel, Nina, Stina, Tommy, Matilda, Johan, Henrik vet.

Henrik har gjort stjärnan och klippt den i 4 delar. Del B se kartan.

på sig sammanlagt ca 30 min.

Sedan hade vi dricka, frukt och nötter och det viktiga snacket, samvaron. Du skulle vara med!

På spåret och Let's dance.

Nu är det fredagskväll. Klockan är 18.30. I Sandsbro skolas gymnasal börjar bollarna att spridas. Snart ljuder stimulerande joggings-

visst känns det ibland dagen efter.

Vi är på rätt träningsspår och kan hemkomna sätta oss i TV-fätöljen och se slutet av "På spåret" med gott samvete.

Runt delen nedan ska vara en liten ram av något slag.

Orienterarens livsstil

- En samhällsekonomisk guldgruva.

Den slutsatsen dras en stor studie publicerad i höstas.

Sant? I alla fall värt att prova tex på orienteringsklubbens aktiviteter ?

Studien menar att orienterare:

- Har ett bra fysiskt tillstånd
- Tränar tillräckligt för god hälsa 3 x 30 min/vecka
- Har normalvikt
- Är väldigt sällan sjuk
- Trivs bra på fritiden

Varför orientering, varför träning/motion ?

Svaren är:

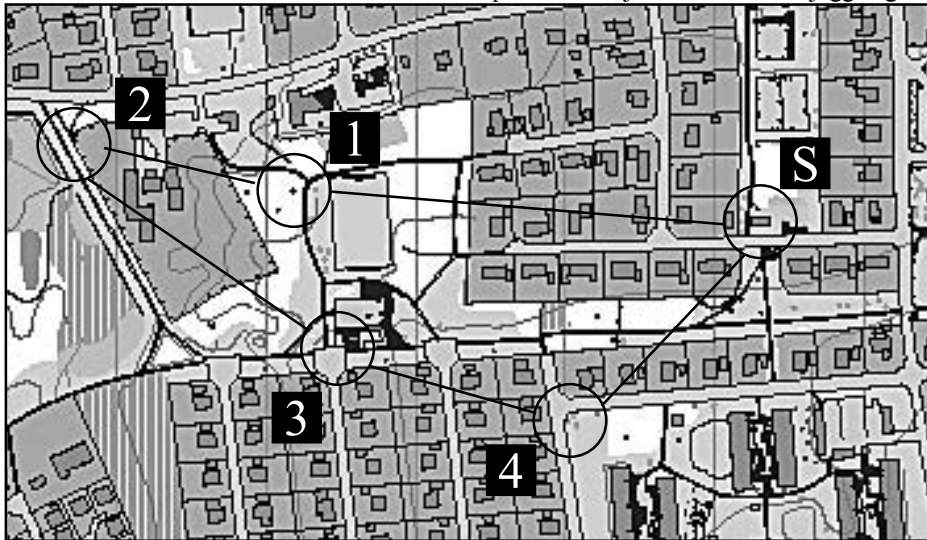
- Ger en speciell känsla av välbefinnande
- Vara frisk
- Skönt att få kroppen i rörelse
- Träffa och umgås med andra människor

Måndagar är alla välkomna till fd Tennisstugan (som vi kallar Värendsstugan) på Däldvägen i Sandsbro: kl 18.00. Orientering ute.

Fredagar kl 18.30

Gymnasalen, Sandsbro skola. Motion för alla. Välkomna!

Kontakta gärna Margareta 070 – 622 15 81



S=Värendsstugan (Tennisstugan), 1. Sten 2. Stakethörn 3. Hus SV 4. Träd

Max väljer A, Nina B. Alla ger vi oss ut i Sandsbro - kvällen letande efter reflexer. När Daniel hittat sina kontroller på del C och kommer tillbaka tar han nästa del tills STJÄRNAN är klar. Ikväll ville vi veta hur länge vi sprungit eller joggat ner mot Toftasjön, bort till Brinkvallen etc.

musik och alla börja röra sig runt i salen. Nja inte alla, Erik och Lukas har tagit plats bakom målet. Vi är sådär 6- 66 år om man tittar i papperen.

Vi har musik som ger rytm och lust till rörelse. Precis som i let's dance på TV, som någon ska titta på. Programledare är Anders och Sven. De får förslag från Louise, Johan, Josefin, ja från alla yngre. Så att vi gemensamt utmanar våra muskler och senor på lustfyllt sätt, och



Två duktiga ungdomar på stjärn-OL. Daniel och Matilda Svensson.

Daniel var jättesnabb på C-delen med 6 minuter medan Matilda fixade den delen på ca 8 min. Johan klarade B-delen på 6 min, Nina 11 min, Max tog 7 ½ min för D-delen och Tommy drygt 5 min. Stina var ute och rörde



Sandrell, Lennartsson m.fl. på Let's dance på fredagsträningen. Kul!

Vad gör vi på Trollbacken i Gårdsby?

Text och bild: Viktoria Holmström



Här kommer en hälsning med lite bilder från oss på Trollbacken. Under julhelgen hjälpte vår hyresvärd oss med att sätta upp 3 mellanväggar på förskolan; något som öppnat fler möjligheter till spännande lekar för barnen på Trollbacken. Så roligt det är med lite förändring! På den lilla avdelningen som kallas för "småtrollen" har just terminens inskolningar av nya barn avklarats och vi får därför se fram emot att lära känna nya barn och föräldrar. De yngsta har redan hunnit med flera utedagar med egen fikamatsäck och spännande "miniröris" på våningen ovanpå. Fritidsbarnen har varit flitiga med att göra skridskoutflykter till isbanan i Åby.



Trollbackens egen nalle "Valle" har åkt på en långresa och äntligen har barnen fått kort från hans resa. Valle är ute på en bokstavsresa för att

samla bokstäver. Men yrvädet Ylva blåste bort alla de bokstäver som Valle samlat, så nu letar han efter djur som börjar på olika bokstäver. Tim var det första barnet som fick en vykort från Valle hem till sin brevlåda. Tims kort föreställde fisken TORSK. Den börjar ju på samma bokstav som Tim! På bilderna kan man se några av bergstrollen måla bokstaven "T"



Den 30 januari rullade Trollbackens svarta minibuss iväg på nya äventyr. Denna gång gick resan mot filmstaden. Här fick barnen slå sig ner i biosalongen och titta på Eva Erikssons "Tecknade pärlor" Precis som vanligt var detta en uppskattad utflykt.



PRO Gårdsby-Sandsbro

Text: Lennart Holm

Gårdsby-Sandsbro PRO avslutar år 2007 med julbuffé på Villa Vik. "2008 års första möte den 25/1 hälsades 3 nya medlemmar välkomna. Ordf. läste protokoll från KPR, och distrikt, PRO Riks om en verksamhetsplan 2008-2012 som ligger till grund för verksamheten under kongressperioden 2008-2012. Val av ombud till PRO Kronoberg årsmöte. Efter kaffe och lottdragning underhöll Mona G med sina "Goa låtar". Mötet avslutades och ordf. hälsade välkommen till nästa möte den 29/2 som är årsmöte.

Styrelsen har sänt inbjudan till 18st som fyller 65 år första halvåret 2008.

Program våren 2008-02-07

Medlemsmöten hålls i Församlingshemmet kl 14.00

28/3 *Underhållning: Åge Appeltoft, dragspel*
25/4 *Underhållning: Lars-Erik Malmqvist visar bilder.*

Aktiviteter

Gymnastik:

Tisdagar kl 14.00 lokal MHF-stugan.

Ledare Laila Malmqvist, tel 651 67 eller 073-8035954, börjar 8 jan.

Studiecirkeln: Måndagar kl 14.00 i samlingslokalen Fyllerydsv 44, ledare Ingrid Schill 65080, börjar 4 febr

Sopplunch: Varannan torsdag kl 12.00 i samlingslokalen Fyllerydsv 44. Ingrid Schill 65080 börjar 7 februari

Styrelsen hälsar välkommen!

Hembygdsföreningen – en förening med en framtid!

Text: Jens Linder

Den 16 januari hade hembygdsföreningens styrelse bjudit in till en samtalskväll om hembygdsföreningens framtid. Ett tjugotal personer slöt upp vid detta framtidsmöte där stora och små idéer framfördes.

Tiderna är annorlunda än 1952 då hembygdsföreningen grundades vilket gör att vi måste hitta nya former för hembygdsföreningen samtidigt som vi har ansvaret för hembygdsgården Hoppet och alla samlingar av saker från äldre tid i Gårdsby socken. Det som inte har förändrats är att en förening behöver både livaktiga medlemmar och en styrelse som leder föreningens arbete. Under senare tid har vi haft svårt att finna någon som har varit beredd att ta på sig ordförandeskapet vilket medför att föreningen inte blivit så livaktig som vi önskar.



Ett av husen på hembygdsföreningen Hoppet – Linbastan.

Ett förslag som framfördes av att dela på ansvaret för hembygdsföreningen i en byggnadsgrupp och en verksamhetsgrupp.

Förhoppningsvis finns det en grupp personer som skulle tycka att det är både roligt och intressant att vårda våra byggnader och kanske samtidigt lära sig mer om äldre tiders hantverk och byggnadstraditioner. Att lära sig bygga en smålandsgårdsgård samtidigt som Hoppet får en tomtmarkering och avgränsning kan vara att förena nytta med nöje.

Parallellt med byggnadsgruppen skulle det finnas en verksamhetsgrupp som planerar för verksamhet, gör ett terminsprogram med ett antal träffar med varierande ämnen. Exempel på ämnen kan vara både lokalhistoria som allmän historia kring livet förr och nu.

Har du tips och idéer om framtida verksamhet eller vill du engagera dig i hembygdsföreningen? Hör gärna av dig till valberedningen Tore Johansson, tfn 612 13, eller Poul Kongstad, tfn 658 24.



Stugan på Arnö, som vårdas av Hembygdsföreningen.

Härmed kallas också alla medlemmar i Gårdsby sockens hembygdsförening till årsmöte i Gårdsby församlingshem söndagen 30/3 kl 17.00



En riktig hästkarl, Holger Karlsson på hembygdsföreningens Hoppet 2002 – tema hästar.

Berättarkväll på Ät Gott

Text och bild: Toni Sjö



I början av februari anordnades en berättarkväll på café Ät Gott vid Innaren. Det var Hembygdsföreningens nya satsning

att variera lokalen för sådana här evenemang. Och det blev lyckat: Cafét fylldes till sista plats och när kaffet och fastlagsbullen avnjutits började berättarkungen själv, Kjell Gustavsson, att redogöra för de lokala mystifikationerna som ju finns i stor omfattning just i Norra Åreda. Flera andra avlöste berättandet, och här blandades skräckhistorier och osannolika händelser med intressanta historiska berättelser. Så hade till exempel Manne Andersson med sig en skjutstavla från Nottebäck som han berättade om, och Erik Wallethe mindes Stojby på 20-30-talet. Det framfördes en del mycket

grovkorniga berättelser så det var ju tur att inte några barn hade hittat hit!

Med hänsyn till den imponerande avslutningen på berättarkvällen lovade Kjell, att det säkert kommer fler liknande tillfällen.

