



Innehåll

sidan

Balansera mera

3

Årsmöte

4-5

Glimtar från vårens resa

6-7

Tankeväckande föredrag

8

Bli säkrare på nätet

9

Höstens aktiviteter

11-27



Fartfylld tur till ön Sark

Medlemsbladet

Medlemsinformation för
Linköpings Senioruniversitet

Redaktion

Anna-Lena Rönn (*sammank.*)
Ginger Falck
Stina Söderlund
Tommie Nyström (*grafisk form*)

Kontakt

redaktionen@sulink.se

Tryck Fontänen

Linköpings Senioruniversitets

Styrelse

Thomas Winberg, *ordförande*
Catharina Björkman Svensson,
vice ordförande
Eva Ogensjö, *sekreterare*
Marianne Bolgert, *ekonomiansvarig*
Marjot Rautio
Stina Söderlund
Britt Öster
Monica Bergdahl
Roland Hjerpe

Expedition

Postadress

Klostergatan 49
582 23 Linköping

Besöksadress

Kunskaps Gallerian Linné
Folkuniversitetet

S:t Larsgatan 44, 1 tr

Telefon 013-10 10 50

E-post info@sulink.se

Webbplats www.sulink.se

Org.nr 822001-9569

Expeditionen stänger för semester
tisdag 16 juni och öppnar igen tisdag
3 augusti. Därefter öppet som vanligt,
måndag-tisdag kl.10.00-12.00.

Besök www.sulink.se för information om
eventuella ändringar.

Omslagsbilden

I maj gick en SU-resa till Bretagne
och de engelska Kanalöarna. Färden
från Guernsey till Sark gick snabbt.

Foto: Marianne Landström

www.sulink.se

I samarbete med

 Folkuniversitetet

Ordförandens rader

Jag är nyvald ordförande i Linköpings Senioruniversitet. Vem är jag? Jag är född 1949, uppväxt i Stockholm, men sedan början av 80-talet östgöte, bor i Åtvidaberg. Gift med Karin. Arbetat i skola som gymnastiklärare och rektor. Medlem i Senioruniversitetet i 15-talet år.

Det känns hedersamt att få leda Senioruniversitetet som erbjuder så många fina verksamheter: Resor, jag har själv ingått i resegruppen några år, ger möjligheter att delta i endags- och flerdagsresor som bjuder på skiftande miljöer och nya upplevelser. Cirkelverksamheten har många spännande ämnen på programmet, till exempel målning, olika språk och bowling.

Föredragsgruppen erbjuder många intressanta föreläsare. I vår har vi bland annat kunnat lyssna på Håkan Juholt, Erika Bjerström och Göta kanals vd Roger Altsäter. Genom vår Konstgrupp får vi chansen att hänga med på spännande visningar. Musikcaféer är en underhållande del av utbudet.

Senioruniversitetets hela verksamhet står och faller med det ideella uppdraget. Jag har varit engagerad i föreningsliv i hela mitt liv och det startade med engagemang i en skol-idrottsförening i 15-årsåldern. Jag har fått chansen att vara med om många spännande och lärorika upplevelser, och träffat nya människor.

Varför har den ideella insatsen minskat i samhället? Forskare har inga direkta svar, men ett ökat individuellt tänkande kan vara en anledning. För mig är ord som »samhörighet och delaktighet« viktiga i sammanhanget. Det är också viktigt att alla som hjälper till får uppskattning för sitt engagemang. Vi ska ha kul och trevligt! Brinna – utan att brinna ut.

Jag hoppas att du vill engagera dig! Jag vill att de nya medarbetarna i våra arbetsgrupper ska ha en mentor bland oss som varit med längre. Kan vi locka fler män att delta i

våra aktiviteter? De flesta besökarna på kulturaktiviteter i Sverige är kvinnor. Utan »kulturtanter« upplever nog många spännande upplevelser. Nog kan vi bättre, herrar! På historieresan till Finspång i maj var herrarnas deltagande 40 procent, inte så illa.

Pensionärer i Linköping erbjuds ett stort utbud av aktiviteter. På Seniordagen i höstas på Konsert & Kongress deltog vi som utställare bland 35-40 andra. Drygt 3 000 besökare fick se vad som erbjuds, ett imponerande smörgåsbord!

Vi tycker att vår verksamhet innehåller mycket intressant, och vi vill göra den än mer attraktiv. Du som är medlem är viktig för vår framtida utveckling. Saknar du något i vårt program? Tala om det för oss!

Thomas Winberg

Ordförande

E-post: t.winberg@telia.com

Mobil: 070-550 39 42



Foto: Görtan Billeon

Alla borde balansera mera

Statistiken är dystert. Varje år faller drygt 100 000 personer över 65 år så illa att de behöver sjukvård och omkring 70 000 behöver läggas in på sjukhus. Cirka 2 000 dör. Men fallolyckor går att förebygga.

På Socialstyrelsens webb finns sedan i höstas broschyren »Balansera mera – så kan du minska risken att falla« som kan laddas ner utan kostnad. Den vänder sig till äldre personer och innehåller tips och råd om matvanor, fysisk aktivitet, träning och medicin.

Maten ger kroppen energi och näring samtidigt som den stärker



muskler och skelett. Redan i 30-årsåldern börjar muskler och skelett brytas ner. Efter 50 går processen snabbare. Därför är det viktigt att äta näringsrik mat hela livet och att vara fysiskt aktiv.

D-vitamin är viktigt för skelettet. Huden omvandlar solens strålar till D-vitamin, men den förmågan minskar med åren. Är du över 75 år rekommenderas därför ett tillskott av 20 mikrogram D-vitamin per dag.

I avsnittet om mediciner står att vissa mediciner ökar risken för att falla eftersom de kan påverka balansen. Dit hör lugnande och ångstdämpande mediciner, men även sömnmedel och starka smärtstillande läkemedel. Rådgör med din läkare.

Det går bra att träna rörlighet, styrka och balans på hemmaplan. Broschyren har tydliga teckningar som visar enkla övningar. Ett exempel är en balansövning där man står på ett ben. Ett annat att gå balansgång längs ett streck på golvet. Ta stöd av en stol eller ett bord om det behövs.

För att balansen ska förbättras måste träningen upplevas som ut-

manande eller svår. Utgå från din nuvarande nivå och öka svårigheten och repetitionerna successivt. Kroppen blir smidigare och starkare om du tränar ett par gånger i veckan. God balans gör också att du kan delta i fler aktiviteter.

Vissa år hade Socialstyrelsen en veckolång kampanj för att förhindra fallolyckor. Många kommuner hakade på, till exempel Linköpings kommun. I år blir det ingen nationell kampanj och ingen kommunal.

Helena Engvall, äldreombudsman i Linköping, skriver till Medlemsbladet att i kommunens uppsökande verksamhet till personer som är 80 år eller äldre, erbjuds informationsträffar. Då ingår information från arbetsterapeut/fysioterapeut om hur man förhindrar fallolyckor. Kommunens träffpunkter erbjuder även hälsofrämjande aktiviteter till personer som är 65+ minst två gånger i månaden. Rehabiliteringspersonal ansvarar för aktiviteterna och ett tema kan vara hur man förhindrar fallolyckor.

Vill du ladda ner broschyren? Du hittar den via den här länken:

<https://www.socialstyrelsen.se/publikationer/balansera-mera-2025-9-9714/>

Text: Anna-Lena Rönn

Källa: Socialstyrelsen

Silldiplomati gick hem hos SU

Håkan Juholt var sist ut bland vårens föredragshållare och höll ett väldigt uppskattat föredrag om sina år som ambassadör i Island och i Sydafrika. Han var en mycket skicklig föredragshållare och lockade till många skratt och applåder när han visade bilder och berättade om sin vardag. Vi fick bland annat veta att det inte finns någon färdig mall för vad ambassadörer ska göra. Håkan Juholt hittade många kreativa lösningar. Han fixade en uppstoppad fullvuxen älg till Island, startade ett galleri i residenset i Sydafrika, bjöd

ofta på sin egen inlagda sill och bakade med hustruns hjälp massor av kanelbullar i båda länderna, och mycket, mycket annat.

Efteråt överlämnade Kjell Höddelius en rolig AI-genererad bild på temat Silldiplomati, i stället för en traditionell blomma.

Text: Anna-Lena Rönn

Foto: Göran Billeson



Håkan Juholt uppskattade bilden med motiv från hans tid i Island och i Sydafrika.

Årsmötet valde ny ordförande

Senioruniversitetets årsmöten brukar vara lugna tillställningar utan egentliga överraskningar. Årsmötet 2026 blev inget undantag. De viktigaste punkterna var val av ny ordförande, ekonomin och årsavgiften.

Ett 60-tal medlemmar deltog i årsmötet som ägde rum den 25 mars i Vagnhallen. Ebbe Lundgren valdes till ordförande för mötet och Thomas Svensk till sekreterare. Innan mötet fanns dagordning samt verksamhetsberättelse för 2025 på SU:s sajt (och finns fortfarande där).

Roland Hjerppe, avgående ordförande, berättade lite om det gångna året. Han sa bland annat att övergången till det nya systemet *Mina aktiviteter*, MA, som hanterar medlemsregister och aktiviteter, krävt mycket arbete. Det har till exempel varit vissa problem med MA när det gäller bokföring och redovisning.

Vid årsskiftet hade SU 1 207 medlemmar. Det är färre än 2024 då antalet uppgick till 1 295. Innan pandemin slog till var medlemsantalet cirka 1 600. Färre medlemmar påverkar till exempel ekonomin. Efter ett par år med stora underskott på grund av minskat med-

lemsantal och minskade statliga och kommunala bidrag, är ekonomin på rätt väg tack vare besparingar. Underskottet för 2025 blev -11 993 kronor och balanseras till 2026. I år räknar Marianne Bolgert, SU:s ekonomiansvariga, med att ekonomin ska vara i balans. Årsmötet sa ja till styrelsens förslag om oförändrad årsavgift på 250 kronor.

Roland Hjerppe som varit styrelsens ordförande i två år hade aviserat sin avgång. Valberedningens förslag till ny ordförande var Thomas Winberg. Han valdes med akklamation och tackade för förtroendet.

Förutom Thomas Winberg består den nya styrelsen av Britt Öster, Eva Ogensjö, Marianne Bolgert och Stina Söderlund, som alla omvaldes på två år. De övriga ledamöterna är Marjot Rautio, Catharina Björkman Svensson och Monica Bergdahl. De valdes 2025 och kvarstår till årsmö-

tet 2027. Thomas Svensk som också valdes in 2025 hade ett år kvar men avgick. I hans ställe valdes Roland Hjerppe in på fyllnadsval för ett år. Till revisorer valdes Lennart Schilling och Lars Perers. Däremot blev de tre platserna i valberedningen vakanta. Ingen av årsmötesdeltagarna anmälde sig, utan styrelsen fick i uppdrag att lösa saken. Inga motioner hade lämnats in och det fanns inte heller några ärenden som styrelsen hänvisat till årsmötet.

Efter årsmötet fanns en ny punkt på programmet – information från arbetsgrupperna. SU behöver fler medarbetare, det skulle göra det möjligt att erbjuda fler aktiviteter. Eftersom många av medarbetarna är lite till åren, är organisationen sårbar. Det är ännu en anledning till att vi behöver bli fler. Dessvärre är det få medlemmar som vill engagera sig och jobba ideellt. För att öka intresset, berättade varje



SU:s avgående ordförande Roland Hjerppe berättade om verksamheten 2025. Till vänster Ebbe Lundgren som ledde mötet och till höger Thomas Svensk, avgående ledamot.

Thomas Winberg valdes enhälligt till ny ordförande för Linköpings Senioruniversitet.



Innan årsmötet började passade många deltagare på att gå igenom både dagordningen och verksamhetsberättelsen.

arbetsgrupp om sitt arbete och lite om vad som är på gång. De underströk att det är roligt att jobba med och för SU!

Efteråt bjöds alla deltagare på kaffe och smörgås. De senaste åren har SU också bjudit på ett intressant föredrag. Så även i år då naturfotografen Magnus Nyman från Linköping berättade om *Fotoäventyr i det vilda*.

Han fick sin första kamera i fyra-årsåldern och började redan då fotografera djur och natur. Vilda djur är sedan länge ett stort intresse och ett favoritmotiv. Han har arbetat

som professionell fotograf sedan 1993, men spänningen vid varje djurmöte är fortfarande densamma oavsett var djuret finns.

Magnus visade många bilder. En del var tagna i Afrika (han anordnar fotosafarier dit), men de flesta visade svenska och nordiska djur. Vi fick bland annat se björnar, älgar, rävar och olika fåglar. Ibland på mycket nära håll. En naturfotograf måste helt klart ha stort tålamod och gott om tid för att fånga djur på det sättet.

Text: Anna-Lena Rönn

Foto: Göran Billeson

Hej,

Marianne Bolgert, du är SU:s ekonomiansvariga. Enligt balansräkningen har föreningen nästan 600 000 kronor på kontot. Behövs det verkligen så mycket pengar?

– Ja. Det beror på att SU har en säsongsvariation med likviditeten. Under januari–mars får vi in merparten av våra intäkter. Under april–maj har vi löpande kostnader. – För att vi ska kunna betala våra fakturor under hösten och delvis vintern, behöver vi en stor ekonomisk buffert, det vill säga ett stort eget kapital. Detta kapital är inte ett överskott utan en nödvändig reserv för att täcka årets sista månader.

– Genom den starka balansräkningen säkrar vi föreningens överlevnad och behöver inte ta kortfristiga lån under senhösten.

Text: Anna-Lena Rönn



Magnus Nyman har mött massor av stora och små vilda djur. Ibland har han fått vänta länge, andra gånger har djuret dykt upp snabbt.



Marianne Bolgert

Vårens utlandsresa gick västerut

Tidigt på Valborgsmässoaftonen möts vi, 31 sömndruckna seniorer, på Linköpings flygplats. Vi är på väg till Bretagne och några engelska Kanalöar.

I Nantes möter Jörgen Westerhov, vår reseledare upp och tar oss till en restaurang vid Loirefloden. Vi får bland annat njuta av gös fångad i floden, till det dricker vi svalt Loirevin. Bussen tar oss vidare, genom lummig försommargrönka och riklig blomning, till Carnac. Vilken märklig syn, mer än 3 000 stora bautastenar, som står på led och har så gjort i 4 000–5 000 år. Varför vet man inte. Slutmålet för dagen är Quimper, där vi bor i två nätter.

Nästa dag gör vi en bretonsk utflykt västerut till Locronan, en pittoresk stad, vars oförändrade centrum ofta används som filmkulisser. Dess storhetstid var på 1600–1700-talet med bland annat linneväverier och segelmakerier. Den bretonska kusten vid Camaret sur Mer på Crozonhalvön är klippig och karg, men otroligt vacker. Efter Quimper reser vi österut, mot medeltidsstaden Dinan, även den en gammal textilstad. Under resan brakar ett rejält åskväder lös, men turligt nog har regnet upphört när vi ska luncha i Dinan. Turen är fortsatt med oss, för vägg i vägg med

restaurangen finns en butik med ypperliga regnjackor! Efter lite sightseeing bland de gamla sten- och korsvirkeshusen far vi vidare i Asterix-land. Här är alla vägskyltar på två språk, franska och bretonska (släkt med gaeliska/keltiska). Vårt mål är Mont Saint Michel, klosterklippön. Vid flod är ön helt omgärdad av vatten, men vid ebb är det märkligt att se människor som bokstavligen går på havsbotten, nästan så långt ut ögat kan se!

Strax västerut ligger Bretagnes ostronhuvudstad Cancale. Här är havsviken rik på plankton, därav rikligt med ostron. Vi är flera som njuter av denna läckerhet, med gott vin till. Lite mer västerut ligger Saint Malo, där färjan avgår till Jersey. Nu lämnar vi EU, våra pass samlas in för att kontrolleras, och bagaget checkas in.

Fem nätter ska vi bo i Saint Helier på Jersey. Hotellet ligger vid havet där tidvattnet är fascinerande med upp till 12 meters nivåskillnad på vissa ställen. Inte långt därifrån finns Lido, med sin havspool. Vi är några som går dit för att åt-

minstone ha doppat oss i Engelska kanalen. Det är svalt, salt och uppfriskande.

Första dagen guidas vi i buss runt på den grönskande, blommande ön. Bara längst västerut är det kargt hedlandskap med klippig kust, även det berusande vackert. Vi besöker ett underjordiskt tyskt militärsjukhus, omgjort till museum. Under i stort sett fem år av andra världskriget var dessa kanalöar ockuperade av nazisterna; på ön fanns en tysk soldat per fyra invånare. Inget regelrätt krig utspelades här, ändå led befolkningen svårt. Och trots att man svurit trohet till engelska kronan, meddelades att Kanalöarna inte skulle försvaras av Storbritannien.

Till Guernsey tog vi snabbfärja den andra dagen. Även här är det otroligt lummigt; tack vare närheten till Golfströmmen blir det aldrig frost. Här får öns barn gå i seglarskola från sex års ålder. När de är tillräckligt kunniga om hur vindar och vågor påverkar båten, får de ge sig ut på havet utanför pirerna. Alla ungdomar får även gå i surfskola.

Tredje dagen behövs våra regnkläder när vi ska åka öppna båtar till Sark. Det går fort, det skumpar och slår, och regnet kommer. Vi är välbehållna men nedkylda när vi kommer fram. De enda motordrivna fordon som är tillåtna på ön är traktorer, så både ambulans och brandkår är just det – traktor och vagn! Hästar med vagnar väntar i byn för en rundtur på ön. Den är liten, knappt 5,5 kvadratkilometer, men idyllisk, tyst och vänlig med lummig grönska och mycket blommor.

Sista dagen på Jersey roar vi oss själva. Vi besöker bland annat saluhall och fiskmarknad, parker, botanisk trädgård och Elisabeth Castle, dit man kan promenera vid lågvatten eller åka amfibiebuss vid högvatten.

Både Jersey och Guernsey (med Sark) har eget styre, fritt från



Foto: Bodil Skogberg

De tusentals stora bautastenarna i Carnac är en märklig syn.



Foto: Bertil Tunel

Mont Saint Michel är ett givet utflyktsmål oavsett om det är ebb eller flod.

Storbritannien; närmast feodalt, med för oss märkliga regler.

Vid avfärden, när alla intagit sina platser, får Jörgen ett meddelande: Färjan är inställd, nästa tur går 4-5 timmar senare. Vi deponerar våra väskor på terminalen och går in till stan för att fördriva tiden. Tack och lov är det soligt och fint väder. Jörgen försöker ändra sista middagen med gänget till ett senare

klockslag, men det går icke. Restaurangen i Saint Malo, där vi ska övernatta, är fullbokad. Det är ju minnesdag sedan kriget slutade, 8 maj!

Lite senare lyckas han dock få skjuta upp middagen en timme så att vi kan vila lite. Vi hinner även gå upp på den gamla stadsmuren och blicka ut mot solnedgången över havet. Tjusigt. Tyvärr finns det

inte tid att se mycket av staden, men Jörgen berättar att engelsmännen bombade innerstaden för att driva ut tyskarna i slutet av 1944. Några år efter krigsslutet började återuppbyggnaden, i ursprunglig stil, vilket tog sin tid. Men i dag ser staden i stort sett ut som den gjorde innan kriget.

Sista dagen reser vi till Rennes, där Dreyfusrättegången hölls i slutet av 1800-talet. Vi besöker även här saluhallarna och lördagsmarknaden, och vandrar runt på gator kantade av

korsvirkeshus. Tidig eftermiddag bussas vi till stadens lilla flygplats och hemresan påbörjas.

Vilken intressant och trevlig resa vi har haft! Mycket tack vare Jörgens stora kunnande, dels om historia, politik, geografi och kuriosa, dels hans stora lokalkännedom där han hittar trevliga hotell och lokala restauranger. Men inte minst tack vare alla medresenärer.

Tack allesammans.

Text: Barbro Santa Eufemia



Foto: Bertil Tunel

I dag åker få svenskar häst och vagn till vardags. På Sark är det ett självklart transportmedel.

Obekväma sanningar

Landisarna smälter och medeltemperaturen stiger för varje år som går. Och det känns som om engagemanget för klimatfrågan, som var så stort för några år sedan, svalnar, allt medan värmen ökar.

Erika Bjerström gästade Senioruniversitetet under våren. Hon inledde med att säga att hon knappast skulle få oss på gott humör. Engagerat och tankeväckande före-

läste hon om vad som håller på att hända med klimatet och vad som redan har hänt.

Erika Bjerström är väl insatt i ämnet. Hon är journalist och redan i slutet av 1980-talet jobbade hon som miljöreporter på Dagens Nyheter. Efter det har hon arbetat 27 år på SVT, dels som utrikeskorrespondent, men också under många år som miljöreporter.

Att klimatfrågan är kontroversiell och väcker starka känslor fick Erika Bjerström erfara under sin tid som global klimatkorrespondent. Hon blev utsatt för dödshot och stod på nazisternas dödslista.

- **Jag hade** allt emot mig, konstaterade Erika Bjerström. Jag är kvinna och jag jobbade för public service.

Hon vaknade upp till mejl där det stod: »Kan du inte göra oss en tjänst och ta livet av dig?« Familjen behövde ha livvaktsskydd. De kunde inte gå in i sitt eget hem utan att någon utomstående först hade kontrollerat att allt var som det skulle.

Erika Bjerström upplevde

att hon fick dåligt stöd från SVT. Hon representerade det fria ordet, men uppmanades att försvara sig själv. Hon slutade på SVT. Nu arbetar hon som frilans.

-Redaktionerna har drabbats av klimatröttthet. Folk säger upp sig på grund av hot. De lyder i förväg.

Erika Bjerström säger att det är skillnaden mellan väder och klimat, men betonar att varje tiondels grad som temperaturen stiger med får konsekvenser. Hon ser framför sig att det som väntar är strid om dricksvatten och odlingsmark. -Vad händer med demokratin? Kommer den att gå under och nationalistiska idéer ta över? frågar hon.

Men när det känns som mest hopplöst, berättar hon om positiva saker som händer i världen, bland annat om Marocko, som satsar på att bygga solkraftverk.

-**Det är inte för sent!** avslutar hon föredraget, som hon illustrerat med ett bildspel som ytterligare fick oss att inse vad som kan hända om vi inte agerar. Engagemanget är inget som Erika Bjerström lämnat bakom sig och hon fick nog oss alla att tänka efter.

Text: Ginger Falck

Foto: Kjell Höddelius



Erika Bjerström har skrivit flera böcker. Här signerar hon sin senaste bok »Demokratin dör i hettan«. Intresset var stort. Boken recenserar på annan plats i Medlemsbladet.

Visst är du vår nya cirkelledare?

Nu söker vi ledare till cirklar i

- **Botanik**
- **Historia, nutidshistoria**
- **Vardagsekonomi**
- **MediYoga**
- **Eget valt ämne**

Du behöver inte vara ämnesexpert för att bli cirkelledare, men du ska ha tillräckligt god kunskap och dessutom vara intresserad av att leda och inspirera deltagare. Cirklarna ska helst hållas minst tre gånger per termin.

Cirkelledarna får ersättning och alla nya cirkelledare får gå igenom en introduktionsutbildning.

Vill du veta mer?

Välkommen att kontakta Britt Öster

Mobil 070-202 41 26

Snabbkurser gör dig säkrare på nätet

Vill du gå en kurs i datasäkerhet på nätet?

Vill du det, då är snabbkurserna på sajten internetkunskap.se något för dig. Det finns många att välja på, de är gratis och alltid tillgängliga.

Bakom kurserna står Internetstiftelsen som vill se ett internet som bidrar positivt för människan och samhället. Stiftelsen ansvarar för internets svenska toppdomän .se och sköter drift och administration av toppdomänen .nu. Intäkterna från affärsverksamheten finansierar en rad satsningar som ska göra det möjligt för alla att använda internet på bästa sätt. En av satsningarna heter *Internetkunskap*. Den fokuserar just på folkbildning och kunskap till vuxna genom snabbkurser på 4–8 minuter. Kurserna är riktade till oss vanliga människor. Tanken är att vi ska bli medvetna internetanvändare genom att bland annat känna igen bedragare och granska information

Flera kurser handlar om den viktiga källkritiken. Till exempel varför man ska vara källkritisk mot Chat GPT och andra generativa AI-verktyg. Och hur man undersöker bilder med bildsökning. Många kurser handlar om säkerhet på nätet, bland annat hur du skyddar din e-legitimation och dina lösenord. En kurs lär ut hur du skyddar dig mot bluffsamtal. En annan tipsar om hur du avslöjar falska profiler på sociala medier och undviker att bli lurad av dem. Du kan också lära dig att undvika nätfiske och att dubbelkolla information. Här finns mängder av lärorika och nyttiga tips!

Men sajten har mycket mer än snabbkurser. Där finns flera artiklar om AI och om hur tekniken används i olika delar av samhället. De är uppdelade i olika avsnitt, ett handlar om hur AI kan ta nätbedrägerier till en ny nivå. Du hittar också videor om AI. Dels några längre som ger grundläggande kunskaper, dels några kortare där olika experter svara på specifika frågor.

Dessutom finns det poddar. En heter *Dumma frågor om internet*. Den är väl värd att lyssna på!

Många bryr sig om vad som händer med deras sociala medier efter döden. Men få har skrivit ned sina önskemål för eftervärlden. Det visar Internetstiftelsens undersökning

Sociala medier efter döden. I en artikel får du veta varför det kan vara bra att tänka på ditt digitala arv – och hur du går till väga.

Text: Anna-Lena Rönn

Källor: Internetstiftelsen och Internetkunskap



Foto: Kristina Alexanderson, Internetstiftelsen

Lär dig mer om internetsäkerhet hemma vid datorn.

FAKTA

Internetstiftelsen är en oberoende affärsdriven och allmännyttig stiftelse som samarbetar med många delar av samhället. I styrelsen finns representanter för både användare och experter inom internetområdet. Styrelsen består av ledamöter utsedda av bland annat Svenska Bankföreningen, Svensk Handel, Svenskt Näringsliv och Sveriges Konsumenter.

Säkerhet är en av kärnverksamheterna. Stiftelsen ansvarar för

den svenska toppdomänen .se och driften av .nu och ser till att det svenska internet fungerar på ett stabilt och säkert sätt.

Den deltar i arbetet mot olika former av brott på nätet. Det kan handla om att hjälpa människor som råkat ut för domänskojare, bedrägeriförsök med hjälp av bank-id eller via mejl. Stiftelsen samarbetar med Polisen och Brottsförebyggande rådet och delar kunskap med dem.

Tips på sommarläsning



Aleksej Navalnyj

Patriot

Det här är en välskrivna, upprörande, skrämmande och väldigt sorglig bok. Vi vet ju hur den slutar – Aleksej Navalnyj giftmördades 16 februari 2024. Boken gavs ut postumt.

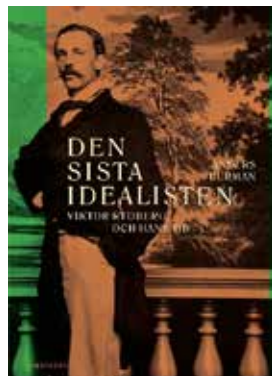
I boken berättar Navalnyj om sin uppväxt och ungdom, men också om tillkortakommanden. Han utbildade sig till jurist och tog även en examen i ekonomi. Det politiska engagemanget växte, han blev oppositionsledare och utmanade regimen gång på gång. Han blev en nagel i ögat på president Putin, inte minst efter filmen *Putins palats*. Han fängslades flera gånger men fortsatte sitt arbete. År 2020 förgiftades han med nervgiftet novitjok men överlevde. Efter en lång konvalescens i Tyskland återvände han 2021 till Ryssland och greps på flygplatsen.

I fängelset nekades han läkarvård, utsätts för våld och överfall, sitter långa tider i isoleringscell och får inte träffa familj, medarbetare och vänner. Döms för brott han påstås ha begått i fängelset. Straffet blir längre och längre.

I slutet av boken ändras tonen och blir sorgsen. Han anade nog att han inte skulle överleva.

Bilden av en diktatur utan fria medier och yttrandefrihet och med ett rättsväsende i fritt fall, är skrämmande. Lika skrämmande är att det går så fort att montera ner viktiga samhällsfunktioner. Det är viktigt att tänka på vid höstens riksdagsval.

Text: Anna-Lena Rönn



Anders Burman

Den siste idealisten - Viktor Rydberg och hans tid

Det var mycket Viktor Rydberg i gymnasiesvenskan på 60-talet. *Tomten*, *Singoalla* och *Den siste Athenaren* studerades utan en tanke på Rydbergs mångsidighet; att han inte bara var författare, poet och översättare utan även språkvårdare, journalist, filosof, kulturhistoriker och tecknare.

Jag visste inte heller då att jag långt senare skulle sluka Anders Burmans biografi över Viktor Rydberg. Här följer vi honom i livets alla skiften, från barndomssorger, turbulenta studieår, svindlande förälskelser, konvenssäktenskap samt med- och motgångar i arbetslivet. Inte undra på, att den mannen satte ett sådant djupt avtryck i sin samtid. Akademiledamoten och professorn Viktor Rydberg dog 1895, endast 66 år gammal, efter en lång tids sjukdom. Begravningen hölls i Stockholm, men gravplatsen finns på Östra kyrkogården i Göteborg; ett pampigt monument med de välkända Rydbergsraderna:

*Vad rätt du tänkt, vad du i kärlek vill,
vad skönt du drömt kan ej av tiden härjas.*

*Det är en skörd som undan honom bärgas
Ty den hör evighetens rike till.*

Text: Stina Söderlund



Erika Bjerström

Demokratin dör i hettan

Jag blev både glad och ledsen när jag läste Erika Bjerströms senaste bok *Demokratin dör i hettan*. Glad eftersom jag nyss hört hennes strålande föredrag i SU:s regi och ledsen över skildringens dystra ton. Boken inleds med ett citat från 1919 av Nobelpristagaren Svante Arrhenius: »Likt vanvettiga slösare förstör vi vad vi fått i arv av våra fäder, och våra efterkommande ska ställa oss tillrätta för att vi har förskingrat deras rättmätiga arvedel.« Det han sa blev sannerligen inte populärt!

Erika blir inte populär heller, visar det sig. Som SVT:s första globala Klimatkorrespondent 2019 börjar hon arbeta i medvind. Sedan slår pandemin till och allting blir svårare. Boken skildrar hur allt hon tidigare åstadkommit i sitt yrkesliv nu blåses bort av hatstormar; ingenting duger längre!

Vi får följa Erikas många arbetsresor i världen. Hon älskar sitt jobb men snart börjar drevet gå. Rena lögn sprids i sociala medier och hon beskrivs med invektiv som knappast går att upprepa i tryck. Påkostade kampanjer med starka krafter och pengar bakom.... När angrepp börjar komma även inifrån, från en del chefer och arbetskamrater, orkar hon inte längre. Hon säger upp sig 2024.

Men det finns ljusglimtar: Den här boken har Erika tillägnat sitt första barnbarn Bo, som föddes i juni 2025. Med dig återföddes mitt hopp, skriver hon!

Text: Stina Söderlund

Studiecirkelar hösten 2026

Anordnas i samarbete med Folkuniversitetet

- Första anmälningdag är **måndagen den 3 augusti**
- Sista anmälningdag **måndagen den 17 augusti**
- **OBS! Cirkelarna är endast öppna för våra medlemmar.**
- Anmälan är **obligatorisk** - även om du går en fortsättningskurs.
- Anmälan ska göras på vår webbplats, www.sulink.se
- Anmälningar på annat sätt accepteras inte.
- I menyraden upptill på startsidan väljer du *Aktiviteter och Studiecirkelar*. Följ sedan instruktionerna.
- Vid kurser som löper över flera terminer, har de som följer kursnivåerna löpande förtur.
- När du anmält dig får du ett mejl med en bekräftelse på din anmälan.

Betalning:

Direkt vid anmälan kommer du till en sida hos Walley Bank som hanterar betalningarna för Folkuniversitetets och SU:s räkning. Här kan du välja olika alternativ:

Väljer du *Betala inom 14 dagar* tillkommer ingen avgift. Du får en faktura via mejl direkt när du slutfört din anmälan. Avsändare är Walley Bank och rubriken på mejlet är »Faktura från Stiftelsen Kursverksamheten vid Stockholms universitet« vilket också står på fakturan.

Övriga betalningsalternativ är *Swish, betala om två månader, betala i egen takt, banköverföring och kort*. Gör du direktbetalning med Swish, banköverföring eller kort, tillkommer ingen avgift.

- Notera att du redan vid anmälan förbinder dig att betala för cirkeln. Skulle den bli inställd eller om något annat inträffar innan kursstart (till exempel sjukdom), kommer avgiften att återbetalas via Walley Bank. Vi tillämpar Folkuniversitetets regler för återbetalning.
- Anmälan är bindande efter anmälningstidens utgång.
- Anmälningvillkoren finns på www.folkuniversitetet.se/anmalningsvillkor
- Innan cirkeln startar får du en kallelse med uppgifter om tid och plats.

Språk

Europarådets nivåskala

Beskrivningarna nedan visar kursens målnivå, inte utgångsläget.

Om du är nybörjare ska du läsa på nivå A1. Om du kan det som står under A1, bör du läsa en kurs på nivå A2 och så vidare.

Nivå A1 Jag kan förstå och använda mycket enkla ord och fraser. Jag kan presentera mig själv och ställa enkla frågor. Jag kan kommunicera hjälpligt på ett mycket enkelt sätt.

Nivå A2 Jag kan förstå fraser och vanliga ord som rör personliga förhållanden. Jag kan kommunicera i enkla sammanhang.

Nivå B1 Jag kan förstå huvuddragen i tydligt standardspråk. Jag kan oförberedd ge mig in i samtal om kända vardagliga ämnen. Jag kan länka ihop fraser på ett enkelt sätt för att beskriva erfarenheter och skeenden.

Nivå B2 Jag kan följa huvuddragen i komplexa texter. Jag kan kommunicera flytande så att ett samtal med en infödd löper i stort sett utan problem.

Nivå C1 Jag kan läsa krävande texter och är även medveten om underförstått innehåll. Jag kan uttrycka mig nästan helt obehindrat utan att leta efter ord. Jag kan använda språket effektivt för olika ändamål.

Nivå C2 Jag kan utan problem förstå så gott som allt jag hör eller läser och referera till fakta och argument. Jag kan uttrycka mig spontant och flytande i så gott som alla situationer.

Är du osäker på din språknivå?

Testa dig gratis på:

www.folkuniversitetet.se/spraktest



Engelska B2

SU01

Vi kör en kombo: använder läroboken för ordkunskap, grammatik och kommunikation och tar oss an en engelsk klassiker för läsupplevelse, enkel språkanalys, utökat ordförråd och samtal kring handlingen. Vi läser *The Portrait of Dorian Gray* av Oscar Wilde..

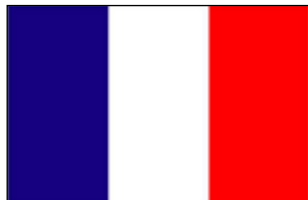
Kursbok: *Stepping Stone 4* av Birgitta Dalin, Jeremy Hanson och Kerstin Tuthill.

Maud Sibö-Johansson

Tid Ons. 10.00–11.30, 10 ggr

Start 9 september

Avgift 800 kr



Franska A2

SU02

En kurs för dig som är nybörjare. Kursen ger övningar i basordförråd, grundläggande grammatik och vardagssamtal.

Kursbok: *Franska 2* av Gunilla Ericsson och Agneta Rehder.

Bruno Rebillon

Tid Tors. 16.00–17.30, 10 ggr

Start 3 september

Avgift 800 kr



Italienska nybörjare

SU03

En kurs för nybörjare. I kursen får deltagarna ett basordförråd med hjälp av övningar, grundläggande grammatik och vardagsfraser.

Bok: *Allora 1*, av Manuela Ruppel Olsson ska tas med från start.

Eva-Lena Bard

Tid Tors. 13.00–14.30, 10 ggr

Start 10 september

Avgift 800 kr

Italienska A1, fortsättning

SU04

En kurs för nybörjare/fortsättning. I kursen får deltagarna ett basordförråd med hjälp av övningar, grundläggande grammatik och vardagsfraser. Förtur för tidigare deltagare.

Bok: *Allora 3*, av Manuela Ruppel Olsson ska tas med från start.

Eva-Lena Bard

Tid Tors. 10.00–11.30, 10 ggr

Start 10 september

Avgift 800 kr

Italienska B1, del 1

SU05

Vi fortsätter att förbättra vår italienska både muntligt och skriftligt. Deltagarna får extra övningar samt informativa texter om kultur, historia med mera. Läraren kompletterar med personliga upplevelser från Italien.

Förtur för tidigare deltagare.

Tiziana Nilsson

Tid Tors. 14.00–15.30, 10 ggr

Start 24 september

Avgift 800 kr

Italienska B1

SU06

Vi fortsätter att förbättra vår italienska både muntligt och skriftligt. Deltagarna får extra övningar samt informativa texter om kultur, historia med mera. Läraren kom-



Foto: Viviane M. från Pixabay

Tower bridge är en sevärdhet i London.

pletterar med personliga upplevelser från Italien. Nya deltagare är välkomna.

Tiziana Nilsson

Tid Tors. 16.00–17.30, 10 ggr

Start 24 september

Avgift 800 kr



Italienska B2, fördjupning

SU07

Vi fortsätter att förbättra vår italienska genom att läsa texter och samtala kring dessa. Skriftliga och muntliga övningar utvecklar våra grammatiska kunskaper ytterligare. Detta varvar vi med nedslag i den italienska vardagen.

Förtur för tidigare deltagare.

Anette Gentile

Tid Ons. 14.00–15.30, 10 ggr

Start 23 september

Avgift 800 kr

Latin, fortsättning 1

SU08

SALVETE! Vi fortsätter i vårt kompendium med grammatik, ordförråd och kända citat.

Vi kommer även att läsa lätt förklarade originaltexter som ger dig en inblick i antikens och medeltidens kultur och lyssna på latinska sånger från olika epoker.

Diego Rossi

Tid Fre. 13.00–14.30, 5 ggr,
var tredje vecka

Start 25 september

Avgift 750 kr

Latin, fortsättning 2 (för de som gått fortsättning 1)

SU09

SALVETE! Vi kommer bland annat att konsolidera kunskaperna i grammatik och läsa latin, till exempel lättlästa berättelser om antikens Rom.

Diego Rossi

Tid Fre. 15.00–16.30, 5 ggr,
var tredje vecka

Start 25 september

Avgift 750 kr

Spanska B2, del 5

SU10 **DIGITALT Live**

Vi fortsätter att lära oss ord, fraser och grammatik. Vi utgår från något mer avancerade texter och kommunicerar på enkel spanska så mycket som möjligt.

Maria Hernández

Tid Tis. 15.00–16.30, 12 ggr

Start 1 september

Avgift 800 kr



Tyska A2–B1

SU11

Har du kanske läst lite tyska och vill fräscha upp dina kunskaper? Då är detta kursen för dig. Tyska och svenska är så nära besläktade att man snabbt lär sig och når en hög grad av förståelse. Med utgångspunkt i kursdeltagarnas önskemål övar vi på kommunikation, läs- och hörförståelse samt grammatik.

Förtur för tidigare deltagare.

Bok: *Ausblicke 2*, av Nilsson, Raab och Braun.

Elizabet Bate Holmberg

Tid Tis. 11.00–12.30,
10 ggr, ej vecka 44

Start 15 september

Avgift 800 kr



Foto: djedj frpån Pixabay

Detalj ur en renässansfresk i Villa Farnesina, Rom.

Målning – Olja och akryl

SU12

Utveckla din kreativitet och din kunskap om måleriets villkor och mångfald.

Alla är välkomna – såväl nybörjare som proffs.

Thomas Gustavsson

Tid Mån. 13.15–15.30, 12 ggr

Start 31 augusti

Avgift 1 200 kr

Målning – Olja och akryl

SU13

Innehåll: Se SU 12

Thomas Gustavsson

Tid Tis. 13.15–15.30, 12 ggr

Start 1 september

Avgift 1 200 kr

Målning – Olja och akryl

SU14

Innehåll: Se SU 12

Thomas Gustavsson

Tid Ons. 13.15–15.30, 12 ggr

Start 2 september

Avgift 1 200 kr

Målning – Olja och akryl

SU15

Innehåll: Se SU 12

Thomas Gustavsson

Tid Tors. 13.15–15.30, 12 ggr

Start 3 september

Avgift 1 200 kr

Teckning **NY!**

SU 16

Att teckna är grunden i allt bildskapande. Under kursen får du träna ditt bildseende, utforska olika tekniker och utveckla din förmåga att skapa de bilder du har inom dig. Med rätt verktyg och kunskap blir skapandet både roligare och mer meningsfullt, oavsett om man är nybörjare eller har viss erfarenhet. Genom praktiska övningar och varierade teckningsredskap får du en fördjupad förståelse för form, linjeföring och proportioner.

Kursen innehåller:

Snabbskisser, studier – teckna av objekt, stilleben, perspektiv, proportioner samt smarta tips och tricks för att förenkla tekniken och utveckla ditt eget uttryck. Gemensamma övningar varvas med individuell handledning. Ta med: rit- eller skissblock i minst A3-format, mjuk blyertspenna (t.ex. 2B, 4B eller 6B), suddgummi och pennväsare. Eventuellt också tusch och pensel samt kol. Kursen hålls på svenska och engelska.

Samineh Asri

Tid Tors. 10.00–12.15, 8 ggr

Start 3 september

Avgift 900 kr

Lekfullt akvarellmåleri, fortsättning

SU17

Välkommen till en akvarellcirkel under ledning av Eva Lena Bard, konstnär och pedagog. Med hjälp av kravlösa och lekfulla övningar släpper vi loss fantasin och utforskar akvarellens möjligheter. Studiecirkeln passar såväl nybörjare som vana målare. Förtur för tidigare deltagare.

Eva-Lena Bard

Tid Fre. 10.00–12.15, 10 ggr

Start 4 september

Avgift 850 kr

Måla akvarell

SU18

Kom och måla, prova på olika möjligheter inom akvarellmåleriet. Vi experimenterar med hjälp av lekfulla övningar och provar på olika tekniker. Vi släpper loss fantasin. Cirkeln passar både vana målare och nybörjare. Förtur tidigare deltagare.

Eva-Lena Bard

Tid Tis. 13.30–15.45, 10 ggr

Start 1 september

Avgift 850 kr

En resa genom konst-historien, 3 terminer

SU19

Cirkeln syftar till att ge deltagarna översiktliga kunskaper inom bildkonst och arkitektur från antiken till i dag. Den ska ge ökad förståelse för hur konsten har påverkats av det omgivande samhället under olika tidsepoker. Olika konstströmningar och uttryckssätt diskuteras. Speciell tonvikt läggs på nordisk konst. Vi tolkar, lär oss förstå budskap och analyserar i stor utsträckning konstens betydelse. Del 3 (3) – cirkeln omfattar konst- och arkitekturutvecklingens strömningar under 1900- och 2000-talet. Stor vikt kommer att läggas på nordisk konst. Att se och förstå de olika uttryckssätten är ett centralt tema i kursen. Vi analyserar och tolkar bildkonsten under denna period.

Kenneth Bjureby

Tid Tors. 10.00–11.30, 12 ggr

Start 10 september

Avgift 800 kr



Foto: Sebastiano Iervolino från Pixabay

Skriv ditt liv, fortsättning

SU20

Välkommen till vår skrivargrupp! Vi fortsätter att skriva en kortare text till varje sammankomst och diskuterar frågor som: Vad är språkligt korrekt? Hur ska jag få min text att väcka intresse? Hur ska jag upprätthålla intresset och hur ska jag avsluta texten? Texterna leder ofta till livliga och intressanta diskussioner om innehåll, språk och form.

Anette Gentile

Tid Tors. 13.30–15.45,
6 ggr, varannan vecka

Start 24 september

Avgift 800 kr

Bokcirkel 1

SU21

Samtal kring böcker berikar oss som läsare och förhöjer läsoplevelsen. I bokcirkeln träffas vi varannan vecka och diskuterar en bok vi har läst. Den litterära menyn består av skönlitteratur från 1900-talet och fram till våra dagar. Vi läser verk av både svenskspråkiga och översatta författare; allt från moderna klassiker och Nobelpristagare till någon uppmärksam debutant. Till första sammankomsten har vi läst *Fars rygg* av Niels Fredrik Dahl.

Pirjo Väänänen

Tid Tors. 10.00–11.30,
4 ggr, varannan vecka

Start 15 oktober

Avgift 500 kr

Bokcirkel 2

SU22

Innehåll se SU21

Pirjo Väänänen

Tid Tors. 13.00–14.30,
4 ggr, varannan vecka

Start 15 oktober

Avgift 500 kr

Ellen Keys idévärld 1

SU23

Kurslitteraturen består av fyra häften om Ellen Keys liv och idéer med efterföljande diskussionsfrågor. Vi läser ett häfte inför varje träff och diskuterar sedan innehållet tillsammans utifrån de frågor som passar gruppen. Häftena ingår i avgiften.

Marie Björklund

Tid Ons. 10.00–11.30,
4 ggr, varannan vecka

Start 16 september

Avgift 650 kr

Litteratursirkel med Elin Wägners böcker

SU24

Vi läser böcker av Elin Wägner och samtalar om dem och den kontext, i vilken de skrevs och gavs ut. Litteraturen ingår inte i kursavgiften.

Böckerna finns att köpa i bokhandeln, låna på bibliotek eller läsa digitalt till exempel i Litteraturbanken. Till första kurstillfället ska vi ha läst *Norrtullsligan*.

Marie Björklund

Tid Ons. 10.00–11.30,
4 ggr, varannan vecka

Start 9 september

Avgift 650 kr



Isaac Grünewald (1889–1946), Porträtt av Elin Wägner 1930. Bonniers Porträttsamling

Motion

Bowling 1

SU25

Träna och tävla i bowling.
Bowlingsskor och klot finns att låna.

Marianne Tjärnlund

Tid Mån. 14.00–15.00, 12 ggr

Start 7 september

Avgift 200 kr

Tillkommer: 30 kr per serie, cirka 3 serier per timme. Detta betalas vid speltillfället.

Bowling 2

SU26

Träna och tävla i bowling.
Bowlingsskor och klot finns att låna.

Anita Karlström

Tid Ons. 9.30–10.30, 12 ggr

Start 9 september

Avgift 200 kr

Tillkommer: 30 kr per serie, cirka 3 serier per timme. Detta betalas vid speltillfället.

Mjuka rörelser NY

SU 27

Känner du dig stel och behöver mjuka upp kroppens leder och muskler? Då kan detta vara något för dig. Rörelserna passar de flesta och är skonsamma. Passen består av mjuka rörelser på din kroppsvillkor. Du kan använda matta, stå eller sitta på stol. Du blir guidad genom kroppen i ett lugnt tempo med rörelser som ökar balans, rörlighet, främjar lymfsystemet och ökar ditt allmänna välmående när vi rör oss tillsammans. Vi avslutar med en kortare avslappning för kroppens återhämtning.

Övningarna är tagna både från yogans och qigongens värld.

Kerstin Stolpe

Tid Mån. 12.00–13.00, 10 ggr

Start 14 september

Avgift 1 000 kr

Kropp & själ NY

SU28

Att lära känna sig själv ger ökad självinsikt om styrkor och svagheter och hjälper till att bygga en god självkänsla. Genom att förstå egna känslor, beteenden och tyda egna signaler kan måendet förbättras. Det blir enklare att göra meningsfulla val och leva ett liv i linje med egna värderingar.

Cirkeln handlar om självkänedom, att bättre förstå sig själv. Den har ett holistiskt synsätt, vilket innebär att se människan som en helhet, även om vi under varje pass fokuserar på någon del.

Vi behandlar tankar och känslor. Båda styr hur vi uppfattar oss själva, hur vi tolkar omvärlden och hur vi reagerar och agerar i olika situationer.

Vi varvar teori och konkreta övningar. Varje pass inleds med en kort stunds medicinsk yoga. Sittande på stol gör vi lugna rörelser som kan anpassas efter förmåga. Medicinsk yoga kombinerar andningsövningar, enkla kroppsrörelser och avslappning.

Lisa Kilman

Tid Ons. 13.00–14.30, 8 ggr

Start 9 september

Avgift 650 kr

Foto: Haim Charbit från Pixabay



Musik

Musiklyssning

SU29

Vi utgår från utbudet av klassisk musik i Linköpings kyrkor och konsertsalar. Genom att du lär känna en del av musiken i förväg, fördjupas din upplevelse av konserterna.

Eva Sahlin

Tid Mån. 13.30–15.00,

8 ggr, varannan vecka

Start 7 september

Avgift 650 kr



Foto: Ana Krach från Pixabay

Natur

Svampar för nybörjare och osäkra

SU30

Vi är inomhus vid det första tillfället och går då igenom lite grundläggande om svampar, framförallt matsvampar och de farligaste giftsvamparna. Sedan blir det tre utflykter i skogen med genomgångar av det som vi hittar.

Magnus Källberg

Tid Tis. 9.00–12.00, 4 ggr

Start 25 augusti

Avgift 700 kr

På upptäcktsfärd i naturen

SU31 grupp 1

Naturvandring i skog och mark i varierande terräng, ibland svårare mellan stubbar och stenar, men oftast på stigar i öppna landskap. Kläder efter väder. Ta med fika.

Start i Vidingsjö motionscentrum.

Janne Moberg

Tid Tis. 9.00–12.00, 6 ggr

Start 15 september

Avgift 700 kr

På upptäcktsfärd i naturen

SU32 grupp 2

Innehåll se SU31

Janne Moberg

Tid Ons. 9.00–12.00, 6 ggr

Start 16 september

Avgift 700 kr

Övrigt

Vårt universum

SU33

Vi läser boken *Vi har ingen aning: En guide till det okända universum* av Jorge Cham och Daniel Whiteson. Vi diskuterar vad naturvetenskapen klarlagt och vad den står frågande inför om kosmos.

Kjell Karlsson

Tid Ons. 10.00–11.30, 7 ggr

Start 9 september

Avgift 650 kr

Vinprovning

SU34

Genom teori och provning fördjupar vi våra kunskaper om de vanligaste druvsorterna avseende vinområden, klimatförhållanden, vinodling, etcetera. Förkunskap i provningsteknik är önskvärd men inte nödvändig. **OBS! Kursen hålls på Engelbrektsgatan 10**

Jens Nyström

Tid Tis. 15.00–17.15,
3 ggr: 8 september,
6 oktober och
10 november

Start 8 september

Avgift 500 kr

Vin betalas separat av deltagarna.

Linköping förr och nu

SU 35

Vi fortsätter med våra lärorika vandringar inom såväl stadens hank och stör som i dess utkanter. Under åtta tillfällen i höst ger vi oss i kast med stadens parker, förstadens konstverk, Stångåns vindlande väg med mera.

Liksom tidigare inleder vi och avslutar vi vår kurs inomhus på Fontänen och får också tillfälle att titta lite extra på Linköping i litteraturen!

Margareta Carling och Stina Söderlund

Tid Tis. 14.00–16.15, 8 ggr

Start 8 september

Avgift 800 kr

AI i vardagen

SU36

AI finns redan runt omkring oss – i mobilen, på nätet, i tv:n och i många tjänster vi använder varje dag. Men vad är egentligen AI? Vad kan det hjälpa till med? Och när ska man vara skeptisk?

Under tre träffar utforskar vi AI i lugnt tempo och med många praktiska exempel. Vi provar hur AI kan hjälpa till att skriva texter, söka information, planera resor och aktiviteter, skapa bilder och förenkla vardagen. Ibland blir resultaten imponerande. Ibland rätt tokiga. Och just där lär man sig ofta mest.

Vi pratar också om risker, felaktigheter och hur man bedömer vad som är trovärdigt i en tid där allt fler texter och bilder skapas av AI. Kursen passar dig som är nyfiken och vill förstå mer av den nya digitala världen – utan krav på tekniska förkunskaper. Vi lär oss tillsammans och testar steg för steg i en avslappnad miljö.

Ta med mobil, surfplatta eller bärbar dator.

Ingen förkunskap behövs – bara nyfikenhet.

Kjell Höddelius

Tid: Tis. 10.00–12.15, 3 ggr

Start: 6 oktober

Avgift: 600 kr



Foto: Didrik von Essen Bild Linköping

Månadsföredrag

Tid: Onsdagar kl. 14.00–cirka 15.15.

Lokal: Wallenbergsalen, Östergötlands museum.

Undantag Bert Sundströms föredrag äger rum i Equmeniakyrkan.

Pris: Medlemmar 50 kronor, övriga 100 kronor.

OBS! Endast betalning med Swish.

Välkommen!

23 september

Det är inte lätt att bli kines

Hanna Sahlberg

Hanna Sahlberg är journalist och en av Sveriges främsta experter på Kina. Som 20-åring reste hon ensam till den sydkinesiska landsbygden för att lära sig språket och bli en del av det växande Kina. Målet var både enkelt och omöjligt: Att bli kines.

Senare blev hon Sveriges Radios Kinakorrespondent i Beijing, dels 2006–2011, dels 2015–2019. Hon bevakade bland annat den ekonomiska boomen i början av 2000-talet och yran kring de olympiska spelen. Under många år följde hon landets politiska utveckling på nära håll, rapporterade om makt, samhälle

och vardagsliv och levde mitt i den kultur hon bevakade. I föreläsningen, liksom i boken *Den osynliga muren: rapport från mitt misslyckade försök att bli kines*, delar hon med sig av den mer personliga sidan av sitt arbete. Med utgångspunkt i egna erfarenheter berättar hon om ambitionen att smälta in, om språket som aldrig riktigt satte sig och om de osynliga gränser som gör det svårt att fullt ut bli en del av det kinesiska samhället, hur länge man än stannar. Det är en berättelse om identitet, tillhörighet och om vad man faktiskt lär sig när man misslyckas –

presenterad med både humor och skärpa av en föreläsare som kombinerar djup kunskap med ett personligt tilltal.

SU-Värd: Eva M Nilsson



Foto: privat

14 oktober

Stulen musik – nazisternas plundringar och musik som motstånd

Anders Rydell

I tre böcker har Anders Rydell skildrat hur nazisterna under andra världskriget plundrade Europas kulturskatter. *Stulen musik* är en berättelse om nazisternas försök att tysta sina offer, men också om musik som motståndshandling. Rydell berättar om förföljelsen av flera kända musiker, en av dem Arthur Rubinstein. Samtidigt beslagtogs nazisterna mängder av instrument, manuskript av mästare som Bach, Mozart och Beethoven. Målet var att utplåna det judiska inflyandet över den europeiska musiken.

Boken avslutar trilogin om nazisternas plundring av kultur under andra världskriget, efter de hyllade

Plundrarna och *Boktjuvarna*. Genom sin trilogi skapar Anders Rydell en fördjupande berättelse om plundringen som en del av Förintelsen och dess långtgående följder. Om hur plundring används för att beröva människor kultur, språk och identitet. Böckerna har översatts till mer än 20 språk. Under hösten 2025 sattes *Stulen musik* upp som en hyllad scenisk konsert på Folkoperan i Stockholm.

Anders Rydell har mottagit en rad utmärkelser, däribland Wallquist-priset, Svenska Akademiens särskilda belöning, Kerstin Ekmans Klockrosen och senast HM Konungens medalj 8:e storleken

för »framstående insatser som författare.«

SU-värd: Eva M Nilsson



Foto: Rickard Eriksson

28 oktober (Obs! Ändrad lokal)

Vart är världen på väg? Mellan Putin och Trump och allt bräckligare demokratier

Bert Sundström

Bert Sundström har varit utrikesreporter och korrespondent för SVT i 35 år. Mellan åren 2002 och februari 2023 var han korrespondent i Moskva. Sedan Ryssland invaderade Ukraina 2014 har han ägnat mycket av sitt arbete åt konflikten mellan de båda länderna.

Nu har osäkerheten i världen ökat än mer på grund av USA:s agerande under president Trump. Sannolikt fortsätter Rysslands krig mot Ukraina, Trumps ombytliga inverkan på det mesta och Xi:s lite mer lågmälda krav att få Taiwan. Och

vad som kommer ut av Israels och USA:s krig mot Iran är osäkert.

Kanske den långsiktiga utvecklingen går bort från demokrati och mot en värld där de starkaste kan bestämma över alla andra. Om det kommer Bert att prata och svara på frågor från publiken.

Räkna med att Bert Sundström kommer att berätta om det rådande världsläget.

Därför är det svårt att redan nu veta exakt vad föredraget kommer att innehålla.

SU-värd: Eva Modén



Foto: privat

11 november

Vad är det egentligen vi ser på himlen? UFO – finns de? Hur ser de i så fall ut?

Clas Svahn

Följ med på en fascinerande resa med Clas Svahn – journalist, författare och en av Sveriges främsta experter på UFO och oförklarliga fenomen.

Det här är något för dig som är nyfiken, lite skeptisk eller bara gillar en riktigt bra historia.

Clas Svahn har ägnat större delen av sitt liv åt att undersöka det som inte riktigt går att förklara. Han är ordförande i *UFO-Sverige* och drivande kraft bakom *Archives for the Unexplained* (AFU) i Norrköping. Det är världens största arkiv för

oförklarliga fenomen och han leder mycket av verksamheten där. Han sitter med andra ord på historier och fakta som både förbryllar och fascinerar.

Under resan får du bland annat veta hur seriös UFO-forskning egentligen går till. Du får också ta del av märkliga observationer från Sverige och övriga världen. Clas Svahn har kallats en av våra främsta folkbildare inom området och syns ofta vid UFO-träffar i Norrköping.

Efter det här kommer du garanterat att titta lite annorlunda på natt-himlen.

SU-värd: Kjell Höddelius



Foto: privat

25 november

Vem var Bruno Liljefors?

Fredrik Sjöberg

Vi ska få lyssna till historier om en jägare, sportfantast och ständigt aktuell målare. En rastlös nomad, alltid beredd att flytta från slott och kojor. Liljefors mötte triumfer och katastrofer, enorma rikedomar och djup nöd. Författaren Fredrik Sjöberg har länge följt spåren efter Bruno Liljefors. Sjöberg nominerades 2025 till Augustpriset för sin stora, vindlande och innehållsrika biografi om Bruno Liljefors.

Fredrik Sjöberg är uppvuxen i Västervik men sedan länge bosatt

på Runmarö i Stockholms skärgård. Vi kommer att få en underhållande föreläsning om världens främste djurmålare. Och vi kommer att få ta del av berättelser om bilder som vi inte trodde fanns.

Fredrik Sjöberg har fått flera priser och hedersutmärkelser, bland dem *De Nios Vinterpris*, *Alf Henrikson-priset* och *Linnépriset*. Han är hedersdoktor vid både Sveriges Lantbruksuniversitet och Lunds universitet.

SU-värd: Eva M Nilsson



Foto: Sofia Rumarsdotter

9 december

Vad är det som händer i hundens hjärna?

Per Jensen

Har du undrat över om din hund minns vad ni gjorde på promenaden förra veckan? Eller hur intelligent den är?

Hunden föds med en mängd egenskaper som den ärvt från sin förfader vargen. En av de starkaste är den nedärvda driften att lära

sig nya saker. Men hur hänger allt ihop, vad pågår egentligen i hundens hjärna? Per Jensen belyser de här och andra frågor utifrån sin nya bok *Hundens inre värld*.

Per Jensen är professor i etologi – djurs beteende – vid Linköpings universitet och har forskat på hundars och andra djurs välfärd, genetik och beteende i mer än 40 år. Lika länge har han själv varit entusiastisk hundägare.

SU-värd: Eva Modén



Foto: Mona Jensen

Per och hans hund Lukas.

Resor

7-10 september

En innehållsrik resa till Dalarna

Det är gott om vackra platser och unika besöksmål i Dalarna. Under vår resa hinner vi bland annat besöka ett par intressanta museer, ett ikoniskt konstnärshem, en gruva och platser med koppling till Gustav Vasa.

På väg till hotellet i Falun gör vi några stopp. Först blir det ett guidat besök på Tullgarns slott nära Trosa och senare lunch i Södertälje. I Hedemora dricker vi eftermiddagskaffe och där ansluter vår Dalaguide Lotta Carlegård. Tillsammans med henne besöker vi Rankhyttan, dit Gustav Vasa kom i oktober 1520. Han flydde till Dalarna för att få dalkarlarna att resa sig mot den danske kungen Kristian II, som regerade även i Sverige. Vi besöker även Ornässtugan som byggdes på 1500-talet. Den är Sveriges mest kända timmerbyggnad. I Ornässtugans museum visas samma utställning som år 1758.



Viktigt!

Du som följer med på resor i SU:s regi behöver eget försäkringsskydd. SU:s försäkring omfattar inte resor. Kolla därför att din hemförsäkring eller din olycksfallsförsäkring gäller.

Dagen avslutas med middag på Grand Hotell i Falun 19.30.

Tisdag 8 september

Efter frukost blir det en timmes stadspromenad med guidning i Falun. Efteråt kan man följa med bussen eller ta en 20 minuterspromenad till Falu gruva. Besöket där tar knappt två timmar. För den som inte vill eller kan gå ner i gruvan, finns Gruvmuseum, besökscentrum med filmvisning och hantverkare på området.

Efter lunch på egen hand, avgår bussen till Svedens gård med Linnés bröllopsstuga och trädgård. Det var där Carl von Linné gifte sig med Sara Elisabeth Morea 1739.

Klockan 15.00 är det dags för guidad visning av Carl Larsson-gården i Sundborn. Vi hinner besöka Stora Hyttnäs som ligger i närheten. Det är ett orört sekelskifteshem med en typisk 1800-tals trädgård i tysk stil och en vacker textilkammare.

Onsdag 9 september

Efter frukost åker vi till Rättvik. Där tar vi en promenad på långbryggan, på randen av meteoritnedslaget som skapade Siljansringen. Innan lunchen på Stiftsgården hinner vi besöka Vasastenen, kyrkstallarna och Rättviks kyrka.

På eftermiddagen tar bussen oss till Vasamonumentet i Mora.

Vi besöker Zornmuseet och ser Vasaloppsmålet. Efteråt åker vi

till Tällberg, där vi äter middag på Villa Långbers. Åter på hotellet kl.21.00.

Torsdag 10 september

Efter frukost är det dags för hemresa. Vi stannar i Nora för ett guidat besök och lunch på Bryggerikrogn. Sedan fortsätter vi hemåt men gör ett fikastopp i Askersund.

Avresa

Måndag 7 september

Åtvidaberg 08.00

Ekoxen 08.40

Cupolen 08.50

Hemresa

Torsdag 10 september

Ankomst

Linköping cirka 17.30

Åtvidaberg cirka 18.00

Pris: 5 950 kr

Enkelrumstillägg: 1 437 kr

I priset ingår: Bussresa, 3 övernattningar i delat dubbelrum, 3 frukostar, 3 luncher och 3 middagar samt utflykter och guidningar enligt programmet.

Anmälningsavgift 200 kr ingår i resans pris.

Antal platser: 45

Anmälan öppnas: Tisdagen 16 juni kl 10.00 på SU:s hemsida

Anmälan stängs: Måndagen 24 augusti

SU-värd: Thomas Winberg

Mobil: 070-550 39 42

1 november

Höstens föreställning i Ydre – Cabaret

Följ med oss på en resa där vi tillsammans får uppleva den klassiska amerikanska musikalerna *Cabaret* som hade urpremiär 1966. Texten är skriven av Joe Masteroff, musiken av John Kander och sångtexterna



av Fred Ebb. Musikalen bygger på boken *Farväl till Berlin* från 1939 av Christoffer Isherwood, och bjuder på både starka känslor och minnesvärd musik.

Handlingen utspelas i det tidiga 1930-talets Berlin. Stadens glittrande, myllrande nöjesliv är dekadent och de festsugna samlas på nattklubben Kit Kat Klub för att dansa, sjunga och drömma – samtidigt som hotet från nazismen växer. Det sipprar även in på Kit Kat Klub. Vem lyckas undkomma – och vem blir kvar?

Huvudpersoner är nattklubbssångerskan Sally Bowles och Konferenciern som styr klubben. Han också är en länk mellan nöjeslivet och den politiska verkligheten.

Musikalen gick på Broadway mellan 1966 och 1969. Den svenskspråkiga urpremiären ägde rum 1968 på Svenska Teatern i Helsingfors. Året därpå hade den svensk premiär på Stadsteatern Norrköping-Linköping. Sedan dess har den satts upp många gånger.

Nu är det dags för Ydre Kulturcentrum, där lokala amatörer står

på scenen. Vid tidigare besök har vi upplevt en engagerad och samspelt amatöresemble som bjuder på både kvalitet och spelglädje. I Cabaret medverkar cirka 45 personer inklusive musiker och ensemblen består av både vuxna och barn. Före föreställningen erbjuds kaffe/te och en ostsmörgås.

Avresa: Ekoxen kl. 13.45
Cupolen kl. 14.00

Föreställningen börjar: kl. 16.00

Föreställningen slutar: kl. 18.30

Beräknad hemkomst:

Cirka kl. 21.00

Pris: 695 kr.

I priset ingår bussresa, teaterbiljett samt kaffe/te och ostsmörgås. (Bussfika)

Anmälan: Öppnar tisdagen den 1 september kl. 10.00. Anmälan görs på SU:s webbplats.

Sista anmälningsdag: Tisdagen den 15 september.

Vänligen uppge påstigningsplats samt ev. allergier.

SU-värd Anita Blom

Tel. 070 620 70 07

18–27 oktober

Vi besöker tre Centraleuropeiska pärlor

Centraleuropas pärlor väntar i höst och vi inleder med Prag. Vi fortsätter med tåg till Budapest och sedan vidare till Wien. Det finns gott om tid att utforska de tre huvudstäderna under såväl guidade rundturer som på egen hand. Välkommen till tre huvudstäder med spännande historia, god mat och praktfulla byggnader.

Söndag 18 oktober

Flygavgång från Linköping kl. 06.05 med KLM via Amsterdam till Prag. Ankomst kl. 10.30 och där möter Jörgen Westerhov med transferbuss som tar oss till centrum av Prag. Vid 12-tiden väntar god lunch på klassiska ölkrogen U Kalicha, känd från berättelsen om den tappre soldaten Svej. Efter lunch och första bågarna av god tjeckisk öl, tar vi oss till hotell Charles Bridge Palace****, som ligger i mitt i gamla stan och

nästan invid Karlsbron. Efter att ha installerat oss för två nätter, ger vi oss ut till fots mot de tidigare judiska kvarteren och besöker den fantastiska judiska begravningsplatsen. På kvällen väntar middag på en annan klassisk Pragkrog.

Hotellinfo: <https://www.charles-bridgepalace.com/>

Måndag 19 oktober

Efter frukost åker vi spårvagn upp till slottsområdet, Hradcany, varifrån

Detta är en förkortad version av programmet.

Hela programmet finns på SU:s hemsida.

vi sedan gör en guidad promenad ner till stadsdelen Lillsidan, över Karlsbron och till Gamla stans torg där vi avslutar med gemensam lunch. Sedan är eftermiddag och kväll till egen disposition i ljuvliga Prag. Varför inte testa ett ölbad?

Kolla här: <https://www.beerspa.com/eS/>

På kvällen kan de som vill uppleva en föreställning med Prags berömda »Svarta teater«. Den börjar kl. 20.00



Karlsbron i Prag.

och varar 1,5 timme. Pantomim och musik, så inga språkliga hinder.

Tisdag 20 oktober

Efter frukost checkar vi ut och har transport till Prags centralstation, Praha hlavni. Där tar vi snälltåget RJ277 Metropolitan kl. 09.37. Vi reser i 1 klass och passerar under resan de tjeckiska städerna Pardubice och Brno, innan vi kommer till Slovakien. Huvudstaden Bratislava ligger längs vägen. Sedan väntar Ungern och färd längs Donau till Budapest, dit vi kommer cirka 16.30. Tåget har restaurangvagn och man kan äta lunch ombord. I Budapest väntar transport till vårt centralt belägna hotell för fyra nätter, Grand Hotel Savoy****. Litet senare ger vi oss iväg på promenad till en närbelägen angenäm restaurang med god mat och traditionell musikunderhållning.

Hotellinfo: <https://www.est-hotels.com/grand-hotel-savoy/overview/>

Onsdag 21 oktober

Efter frukost väntar en buss på att ta oss på en rundtur till stadens olika delar. Alltifrån slottsområdet i Buda och de praktfulla boulevarderna på Pest-sidan till den spektakulära statyparken där monument från kommunistdiktaturen sparats och radas upp. Vi hinner även njuta av utsikten från Gellertkullen, innan en liten promenad tar oss till en angenäm lunchkrog med ypperlig ungersk lunch. Resterande del av eftermiddagen samt kvällen är fri. Möjligen arrangerar vi konsertbesök för de som är intresserade. Mer

information kommer när höstens konsertprogram är klara.

Torsdag 22 oktober

Vid 10-tiden ger vi oss iväg med buss till ungerska pusztan, en bit söder om Budapest. Här ligger Kiskunság nationalpark som är ett område där ett stycke av det ursprungliga pusztalandskapet bevarats. Här upplever vi den klassiska uppvisningen där csikos, »ungerska cowboys«, visar sina färdigheter på hästryggen samt avnjuter en traditionell ungersk gulaschlunch. Återkomst till Budapest vid 17-tiden. Resten av dagen och kvällen till egen disposition.

Fredag 23 oktober

Dag för egentid i Budapest. Varför inte besöka något av stadens badhus, till exempel Szechenyi i stadsparken, bekant för att man kan spela schack medan man badar.

Badet har många inomhus- och utomhuspooler. Den som vill bada ska ta med egen handduk, badmössa och badtofflor. Jörgen kan tipsa om fler bad.

Det är inga problem att fylla sin dag i Budapest med härliga aktiviteter, allt från de utsökta kaféerna till shoppinggatan Vaci utca och den magnifika saluhallen.

Lördag 24 oktober

Dags att packa ihop och gruppera om till Wien, dit reser vi med intercitytåg i 1 klass. Transfer till stationen Keleti palyaudvar och avgång kl. 10.30. Resan tar 3,5 timme så ankomst Wien kl. 14.00. Restaurangvagn för lunch på egen hand finns ombord. Efter ankomst väntar vår buss på att ta oss till några av sevärdheterna utanför den inre stadskärnan. Vårt Hotel Regina**** ligger alldeles vid Votivkirche och Schottentor på Wiens bekanta Ringstrasse. Färden går längs »Ringens« och innan incheckning för tre nätter, hinner vi med ett stopp vid det lustiga »Hundertwasserhaus«. Lite senare tar vi spårvagnen, precis utanför hotellet, till Grinzing för en fröjdefull Heurigerafton med mat, vin och stämningsfull »Schrammelmusik«.

Hotellinfo: <https://www.hotelregina.at/en/>

Söndag 25 oktober

Under förmiddagen gör vi guidad promenad genom Wiens innerstad med besök i Stephansdomen, ser kejsrerliga palatsen i Hofburg,



Ungerns parlamentsbyggnad är en av Europas äldsta parlamentsbyggnader och en av Budapests sevärdheter.

Spanska ridskolan och annat sevärt innan lunch på en traditionell »Wiener Beisl«. Därefter väntar en speciell rundtur i *Tredje mannens* fotspår. Den legendariska filmen spelades in på plats i Wien 1949 och vi får se inspelningsplatser. Vi får till och med besöka de väldiga kloakerna där filmens dramatiska final utspelades. Resterande eftermiddag och kväll är fri. Vi håller koll på konsertmöjligheter när programmen fastställts.

Måndag 26 oktober

En dag för egna aktiviteter då man kan besöka den stora parken Pratern med det berömda pariserhjulet, slottet Schönbrunn eller något av de storslagna museerna varav flera är öppna på måndagar. Eller bara strosa runt i staden. Jörgen ger såklart tips om sådant som kan vara av intresse. På kvällen samlas vi för en avskedsmiddag på en härlig wiensk restaurang.

Tisdag 27 oktober

Egentid fram till flygplatstransferns avgång från hotellet kl. 14.30. KLM lyfter från Wien kl. 17.05 och efter sedvanligt byte i Amsterdam ankomst Linköping kl. 22.45.

Pris per person: 25 600 kr.

Enkelrumstillägg för nio nätter: 5 625 kr.

Observera: Priset är baserat på euro-kurs 10,80–11,20 kr.

I priset ingår:

- Flyg i ekonomiklass Linköping–Prag, Wien–Linköping, inklusive ett incheckat bagage.
- Flygskatter.
- Nio övernattningar i delat dubbelrum med frukost enligt program
- Fem luncher och fyra middagar
- Transporter med tåg, spårvagn och buss enligt program
- Entréer enligt program
- Lokala skatter och avgifter
- Reseledare Jörgen Westerhov, LG Travel, samt lokala guider

Tillkommer: Måltidsdrycker.

SU-värd:

Barbro Santa Eufemia, 070-598 39 14.



Foto: Manfred Reinert från Pixabay

Hundertwasser haus i Wien.

Anmälan öppnar: 22 juni 2026 kl. 10.00 och görs via e-post till jw@lgtravel.se.

Sista anmälningsdag: 12 juli 2026.

Antal platser: 35.

Följande ska anges i anmälan:

- Namn (exakt enligt passet)
- Adress
- Telefonnummer
- E-postadress
- Ev. önskan om enkelrum
- Ev. önskan om specialkost.
- Ange ev. allergier.

Anmälningsavgiften, 3 000 kronor faktureras av LG Travel. Anmälan bekräftas då denna är betald. Tänk på att ha rätt avbeställningsskydd hos ditt försäkringsbolag och bank (om du betalar med bankkort). Ta med hemförsäkringens servicekort, det europeiska sjukförsäkringskortet från Försäkringskassan och giltigt pass.

19 februari 2027

Teaterresa till Falkenberg

Våra teaterresor till Falkenberg är mycket populära. Därför anordnar vi även 2027 en resa till Falkenbergsrevyn. En stor 30-årsjubileumsföreställning utlovas! Vi avreser fredag 19 februari. Efter föreställning och övernattnings på Grand Hotell i Falkenberg, styr vi kosan hemåt dagen därpå. Längs vägen gör vi ett stopp för någon intressant sevärdhet.

I skrivande stund, i slutet av maj, är inte alla detaljer klara. Därför kommer en inbjudan längre fram via mejl och SU:s webb. Håll utkik!

Blandade toner på höstens musikcaféer

Musikcaféerna är på lördagar kl. 14.00–cirka 15.00.

Alla äger rum i Vagnhallen på Fontänen.

Pris: Medlemmar 150 kronor, övriga 200 kronor.

OBS! Endast betalning med Swish.

Välkommen!

12 september

Swing it jazz

Östgötabandet

Östgötabandet tar sin jazzklubb till dig! Vi bjuder på en härlig blandning av klassiska jazzlåtar så väl som kompositioner av Östgötabandets egna medlemmar. Upplev magin med live jazz när den är som bäst.

Östgötabandet är en jazzseptett som består av två träblåsare, trumpet, trombon, piano, bas och trummor.

Bandet består av: Lars Hedlund trombon, Niklas Hakegård kla-

rinett, Eb-klarinet och piano, Hans Åkesson klarinet och saxofon, Henrik Westerberg klarinet, basklarinet och saxofon, Pelle Anelid trumpet, Mats Bergström kontrabas och Olle Bohm slagverk.
SU-värd: Ginger Falck



Foto: Niklas Fasth

14 november

Irländsk musik på "öschötska"

Öschöta Irish

Här får vi lyssna till Östergötlands tre främsta musikanter inom irländsk musik samlade i en trio!

Medlemmarna Öschöta Irish har spelat irländsk musik i olika sammanhang i många år, och sedan 2024 i denna trio.

Trion består av Henrik Norbeck, flöjt, tin whistle (en slags flöjt av metall eller plast), sång, liltning (sångaren sjunger rytmiska stavelser, nonsensord eller vokaler istället för en text) och bodhrán-trumma, Jonas Jansson, gitarr och mandola (ett stränginstrument) och John Samuelsson, fiol och snatterpinnar.

Musikerna har sina rötter i den östgötska myllan, men de musikaliska rötterna finns mestadels på Irland. De bjuder på ett varierat program, från medryckande sprittande danslåtar till vemodiga visor. Traditionella låtar och några egna kompositioner; allt i lekfulla egna arrangemang.

SU-värd: Gro Süssly



Foto: Kristina Samuelsson

5 december

Julstämning i advent

Linn och Adam

Som avslutning på höstens musikcaféer bjuder duon »Linn och Adam« oss på ett knippe julsånger. Men också en hel del annat ur deras rika repertoar, som sträcker sig från 1929 till 2025. Det blir ett blandat utbud av kända melodier. Sannolikt en del av Elvis Presleys låtar. Men Linn och Adam sjunger det mesta, från schlager till shownummer och finstämda visor. Vill du höra hur de låter så hittar du dem på YouTube.

Linn och Adam, med efternamnet Svensson, är syskon och kommer ursprungligen från Valdemarsvik.

Båda har musik som sin huvudsyssla och är flitigt anlidade att spela på olika scener och tillställningar.

Linn har sjungit i 30 år, förutom scenartist är hon bland annat sångcoach och körledare. Adam är inte bara sångare, han är även professionell dansare. Han har kunnat ses i olika teveprogram, som till exempel melodifestivalen i SVT och »Masked singers« i TV 4.

Tillsammans bildar syskonen den skönsjungande showduon »Linn och Adam«.

SU-värd: Ginger Falck

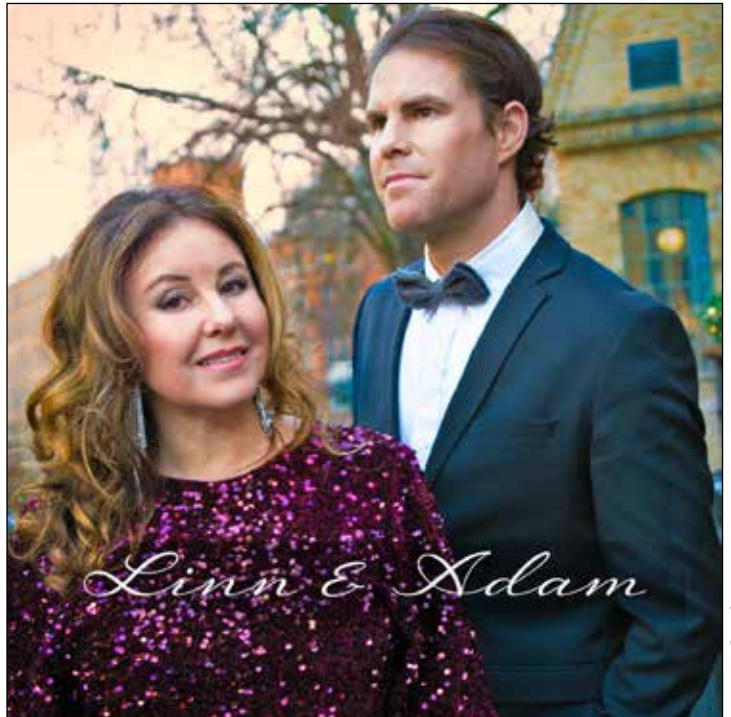


Foto: Rebecka Martinson

Konstvisningar & konstvandringar

Tid: Fredagar kl.13.30.

Våra aktiviteter äger rum på de platser som anges nedan.

Fri entré. Välkommen!

SU-värdar: Monica Bergdahl, Marianne Frisk, Helena Johansson och Gro Süssly.

18 september

Offentlig utsmyckning i övre Vasastaden

Linda Staaf, intendent för offentlig konst i Linköping, tar oss med på en konstvandring med start vid Tage Danielssons plats. Vi kommer att stanna vid några av kommunens senaste offentliga konstverk såsom *Björnen minns* av Bianca Maria Khon Barmen. Bronsskulpturen står i Apelgången park. Vi går vidare till skulpturen *Skuggan* i grå betong av Fredrik Strid. I Vasa Arena finns skulpturen *Upstuds* av Peter Johansson, som är en lek med runda former i olika färger. Vandringsen avslutas vid Timmermans plats och är cirka 1,5 km lång.

Anmälan senast den 14 september, max antal deltagare 25.



I Vasa Arena finns skulpturen *Upstuds* av Peter Johansson.

16 oktober

Passagen

I stora salen visas konst av: **Johanna Hoffsten**, dotter till det kända konstnärsparet Joanne och Lars Hoffsten, studerar vid konsthögskolan i Oslo. Där vann hon i december 2025 pris som *Årets konstnär*. Hennes konst består bland annat av måleri, skulptur och stop-motion-filmer.

Randi Leirnes målar ett slags »proletärpoesi« med motiv från industrier och bakgårdar, men även fin naturlyrik. Hon är Linköpingsbo med norskt påbrå.



Målning av Johanna Hoffsten.



Målning av Randi Leirnes.

Martijn van den Bosch är en svensk-nederländsk designer och konstnär bosatt i Linköping. Martijn arbetar tredimensionellt med färg, form och material. Han blandar gärna traditionellt hantverk med moderna tillverkningsprocesser som 3d-printing, laser- och vattenskarvning.

I ett annat rum finns en separatutställning med verk av **Annika Svahnberg**. Sedan 40 år tillbaka målar Annika självporträtt. Det yttre smälter samman med hennes personliga inre upplevelser. Synintryck, tankar, ljuset och färgerna är riktninggivande för verkens tillblivelse. Hon är utbildad på Lunnevals folkhögskola och på Gerlesborgsskolan i Stockholm. Petter Österlund kommer att guida oss genom de olika konstnärernas verk.



Apollo Månlandningssoffbord av Martijn van den Bosch



Självporträtt av Annika Svahnberg

20 november

Babettes Kafferi & Bageri

Gary Svensson, biträdande professor i konstvetenskap vid Linköpings universitet, visar konst som föreningen *Nytt konstmuseum för samtida konst* förvärvat.

Vi ser verk av **Maria Friberg** som är utbildad vid Konsthögskolan i Stockholm och främst arbetar med fotografi och video. Hon undersöker gärna manligheten med mild feministisk blick, liksom naturbilder med existentiell koppling.

Maria Nordin är uppvuxen i Linköping och verksam i Stockholm. Hon målar stora flödande akvareller, gärna av kroppar, gärna tema objekt och objektifiering. Lager på lager färg, där resultatet blir ett måleri som i sin skörhet rör sig mellan precision och slump.

Mest känd är **Lena Cronqvist**. Hennes formspråk har varit banbrytande, dels motivmässigt, dels ifrågasättande av borgerlig familjelucka och barndomens oskuldsfulla värld. Här visas oljemålningen *Flickor, katt och docka*.

Det finns även ett grafisk blad av **Jockum Nordström**, hans namn är också välbekant internationellt. Hans teckningar och collage har en drömlig, naiv karaktär med både allvar och lekfullhet.

Julia Adelgren har studerat konst i Bergen och Düsseldorf och bor numera i Köpenhamn. Hennes olja på duk, *Hesperus*, är en del i en serie målningar som leder oss till grekisk mytologi, ett landskap med sagoskimmer dit vi kanske längtar. Ofta arbetar hon flera år med samma motiv, målar och målar över. Målningarna tycks vibrera.

Anna Bjerger är utbildad i England och arbetar med foton som utgångspunkt. De översätts till måleri. Tekniken hon använder är grova penseldrag med tjocka färger, ofta på aluminium.

Samling vid Babettes, bakre ingången. Anmälan senast den 13 november, max deltagare 40

11 december

Altartavlan i Domkyrkan



Lars-Ove Östensson kommer att visa och berätta om Henrik Sörenssons altartavla som målades 1934–1936 och nu fyller 90 år. Den väckte blandade känslor när den installerades, men är nu älskad av flertalet. Sörensen tillhör det moderna måleriets centralgestalter i Norge och var både bildkonstnär, tecknare och grafiker. Samling i kyrkan.



Still Lives av Maria Friberg



Maria Nordin



Hesperus, olja på duk av Julia Adelgren



Promenad, Anna Bjerger



Lena Cronqvist: oljemålningen *Flickor, katt och docka*.

Forntida hälsningar via etern

Minns ni telegrammen? Alltså eterburna hälsningar i förhistorisk tid, det vill säga före internet. Det fanns två huvudtyper. Dels arbetsdokument, snabba meddelanden till och från företag och – inte minst – fartyg. Dels personliga – gratulationer, hälsningar och liknande. Och så fanns Lyxtelegram.

Min käre make, som har ett förflutet som telegrafist, gemenligen kallat gnist, såväl i handelsflottan som i marinen, har så klart erfarenhet av denna kommunikationsform. Som gnist fick han också skicka iväg andras telegram av privat natur, det krävdes ju kunskap i telegrafi, ni vet de där korta och långa pipen från en så kallad morsenyckel...

Att skicka telegram från ett fartyg var dock dyrt. Man betalade per ord, så det gällde att fatta sig kort. Därför hade någon på Kungliga Telegrafverket uppfunnit ABC-telegrammen med ett antal kodade mer eller mindre poetiska standardtexter indelade i:

A = Hälsningar,
B = Lyckönskningar och
C = Helgtelegram.

Sålunda kunde matrosen Kalle gå till gnisten och säga: Skicka A154 till mor. Varpå gnisten knackade iväg A154 Kalle. Telegrafstationerna i land hade

facit och skrev ut följande som överlämnades med bud(!) till den ömma modern: *Son som bort på haven for, Sänder hälsningar till mor, Kalle.*

Ett annat exempel: B239: *Till dagens glada jubilar, Min hyllning ilar fram, Högt över havets vågor, Per trådlöst telegram.*

Beroende på förmåga hos mottagande telegrafstation skrevs telegrammen ut med snygg uppställning och radbrytningar. Dock lär det ha hänt att en liten station på »bystan« inte hade facit utan skrev ut exakt som det stod, vilket lär ha vållat en del huvudbry. Sen fanns en annan typ av förkortningar i Internationella Signalboken. De var till för rena arbetsdokument – kommunikation mellan fartyg, mellan fartyg och rederi, etcetera. De bestod av bokstavs- eller sifferkombinationer.

Lyxtelegrammen då? Visst minns ni dem? Blanketter med ett vackert dekorerat huvud, vilka man kunde beställa utskrift av sina telegram på. Varje år gav Televerket ut en tryckt telefonkatalog, en för varje riktnummerområde. Och i denna fanns bilder på Lyxtelegrammen.

När jag var liten var jag alltid så nyfiken på om det kommit någon ny blankett i årets katalog. Jag tyckte de var så fina och kunde



Foto: Britt-Marie Norelius

sitta och beundra dem länge och drömma om att själv få ett sådant.

När vi gifte oss, 1966, var det en självklarhet att folk skickade lyxtelegram med gratulationer. Seden var att någon nära släkting eller vän läste upp dessa vid lämpligt tillfälle under bröllopsmiddagen. Även till dessa fanns ett antal förslag på verser:

Lycka till och väl det gånge, Bruden med sin livstidsfånge. Med flera högtstående alster.

Vår vän Sven, som var till sjöss och inte kunde närvara, skickade följande: *Lycka och glädje till livets slut, Önskas er av vännen Knut, Vännen Sven.*

John hade sedan länge gått iland, men jobbade på ett rederi.

Därifrån kom ett lyxtelegram – men med koder från signalboken. Min bror Bengt, som läste upp telegrammen, såg vilsen ut. Det stod: *EVNIB 73*. John visste att 73 = Lycka till, men kunde så klart inte direkt komma ihåg vad det andra stod för. På väg hem nästa dag, efter bröllopsnatten på Kramer, stannade vi till vid Johns jobb, gick in och slog upp *EVNIB* i signalboken:

Håll utkik efter signaler under natten!

Text: Marianne Persson

Före detta Linköpingsbo som varit styrelseledamot i SU och medlem i redaktionen.