



# Medlemsbladet

UPPSALA SENIORUNIVERSITET

ÅRGÅNG 30 NR 3 AUG 2008



**Spännande  
resor sid 3**

*Innehåller höstens program*

## Medlemsbladet

Medlemsinformation för Uppsala Senioruniversitetet. Utkommer med fem nr per år.  
Ansvarig utgivare: Maj Aldskogius  
Redaktörer: Alf Karlström, Barbro Posse, Agneta Sundelöf, Margareta Westin  
Tryckeri: Idétruck, Uppsala  
ISSN: 1651-0445

## Uppsala Senioruniversitet

Org nr 81 76 02-4969  
Ordförande: Maj Aldskogius

Expedition: Portalgatan 2A  
Postadress: Box 386, 751 06 Uppsala  
Öppettider: mån–fre kl 10.00–12.00  
Telefon: 018-24 35 01  
E-post: usu@folkuniversitetet.se  
Webbplats: www.usu.se

|                              |                  |
|------------------------------|------------------|
| Sekretariat:                 | (bostadstelefon) |
| Ingrid Melin, sammankallande | 54 17 80         |
| Gudrun Bäckström             | 36 65 21         |
| Gördis Hymér                 | 30 05 70         |
| Margareta Knutson            | 26 10 16         |
| Elsa-Britta Larsson          | 32 02 68         |
| Ingeborg Sjöström-Rédei      | 14 21 85         |
| Caare Smith                  | 32 41 48         |
| Elsa Söderqvist              | 14 05 68         |
| Mia Virving                  | 38 52 01         |
| Liselotte Zarins             | 25 86 56         |

**USU:s årsavgift.** För att delta i USU:s aktiviteter måste Du ha betalat årsavgiften 200 kronor. Den betalas en gång per år helst under oktober–november och gäller följande kalenderår.

### Plusgiro

För årsavgift: 19 74 24-5  
För cirklar och föreläsningar: 39 70 67-0  
För resor och studiebesök: 498 69 81-1

**Meddela adressändring.** Det är viktigt att USU:s expedition har rätt adress till sina medlemmar så att informationen går fram. Glöm därför inte att meddela ändringar av e-post, annan adress och telefonnummer till expeditionen.



**www.usu.se**

Omslagsbild: USU på teaterbesök.  
Foto: Alf Karlström

## Så här ska vi göra nu

Vi blir allt fler medlemmar i USU och det är också fler av oss som är aktiva. Det innebär ju tyvärr också att vissa attraktiva serier, cirklar och resor snabbt blir fulltecknade. Största sannolikheten att komma med på det man skulle vilja delta i har man om man anmäler sig tidigt. Betala därför serier och kurser så snart som möjligt efter det att programmet kommit ut den 5 augusti. Från den 15 augusti lägger sekretariatet varje vardag ut på vår webbplats hur många som dittills anmält sig till olika serier och cirklar. För resor gäller olika första anmälningdatum och man får då börja ringa kl. 07.00 och anmäla sitt intresse till vår telefonsvarare. Vår bussresa till Skagen med Teddy Brunius var t.ex. fullbokad redan kl 07.12. Men man ska inte tro att man är smart om man anmäler sig innan terminsprogrammet kommit ut eller t.ex. kl. 06.55 till en resa, för då sätts man långt bak i kön.

Uppsala Senioruniversitet är en självständig organisation. Cirklar och serier måste dock för att berättiga till statsbidrag vara formellt anordnade av ett studieförbund. Därför har vi ett samarbete med Folkuniversitetet som står som formell anordnare. På så sätt får vi statsbidrag för vår verksamhet. Reglerna för statsbidrag ändrades år 2007.

En studiecirkel får numera bara ha elva deltagare plus ledaren. Skälet till det är främst pedagogiskt. Om gruppen är för stor hinner inte alla komma till tals. Om studiecirkeln ändå är större, vilket våra cirklar är i flera fall, så är det formellt inte en studiecirkel, trots att vi kallar det för det, utan räknas som ”annan folkbildningsverksamhet”, vilket ger hälften så mycket per timme i statsbidrag. Å andra sidan får vi in flera deltagaravgifter vilket kompenserar sänkningen av statsbidraget. USU har av kostnadsskäl beslutat att en studiecirkel ska ha minst fem deltagare, men kan i särskilda fall frångå denna regel. En studiecirkel ska bl.a. kännetecknas av att den är öppen för alla. Som de flesta av er redan vet så beviljar vi inte förturer till dem som deltagit i cirkeln föregående termin. Vi tror att nya deltagare utifrån tillför nytt blod vilket är en fördel för diskussionerna.

USU:s styrelse har numera också högre krav på sig rörande uppföljning och utvärdering. Våra serie- och cirkelledare samt USU:s styrelse har nyligen diskuterat olika former för detta vid ett vårkollegium. Alla serie- och cirkelledare har inbjudits att starta en försöksverksamhet under hösten. Man behöver inte följa någon mall eller använda något särskilt formulär, men man ska ge en skriftlig rapport av vald metod och resultatet av utvärderingen. USU vill också försöka använda vår webbplats på ett effektivare sätt. Vi har därför uppmuntrat serie- och cirkelledare att lägga ut information där. Kanske kan det gälla ”läxa” till nästa cirkelträff eller lästips överhuvud taget. Vi ska också försöka förse alla serie- och cirkelledare med e-postadresser till dem i gruppen som har en sådan. Det kan underlätta kommunikationen om t.ex. ett möte måste ställas in eller flyttas. Vi har också diskuterat om vi ska öppna ett forum, (chat), på vår webbplats där man kan komma med synpunkter på vår verksamhet. Tills vidare får ni tala med ledarna vid studietillfällena eller ringa till sekretariatet. Vår stab av frivilliga för vidare alla synpunkter de får in till dem det berör.

**MAJ ALDSKOGIUS, ORDFÖRANDE**

**USU:s medlemsmatrikel** går att få utan kostnad via e-post.  
Kontakta sekretariatet per telefon eller e-post.

**Nästa nummer av tidningen utkommer den 23 september**  
**Manusstopp 3 september**



# Resor och studiebesök

## Torsdag 4 september

### Berlin – kontrasternas stad. Heldagskonferens i Missionskyrkan

Lokal: Missionskyrkan, Tovensalen  
Som föreberedelse för USU:s resa till Berlin 12–16 september 2008 anordnas en heldagskonferens med föreläsningar och tillfälle till frågor och ev. diskussion. Alla intresserade är välkomna, även de som inte deltar i USU:s Berlinresa.

#### Program:

- 10.00 Helmut Müssener, professor emeritus i tyska: Berlin – från fiskarby till världsmetropol  
Geografi – historia – politik och samhälle.
- 12.00 Sopplunch i Missionskyrkan
- 13.00 Helmut Müssener, forts.
- 14.30 Eftermiddagskaffe
- 15.00 Teddy Brunius, professor emeritus i konsthistoria: Tysk konst

Konferensavgift inkl. lunch och eftermiddagskaffe, 300 kr, insättes på USU:s plusgirokonto 39 70 67-0 senast den 25 augusti 2008. Skriv Berlin-konferens 080904.  
*Ansvariga:* Maj Aldskogius och Brittmari Ekholm

## Onsdag 10 september

### Bergianska Trädgården

Bergianska Trädgården i Frescati intill Brunnsviken i norra Stockholm, som innehåller över 9 000 växtarter, grundades 1885. De viktigaste delarna är örtkvarteren, den botaniska parken, Victoriahuset, Edvard Anderssons växthus samt frukt- och bäroddlingarna. Vi får en guidad visning av trädgården och Victoriahuset, som är känt för sina jättenäckrosor och andra tropiska vattenväxter. Visningen tar omkring en timme varefter vi intar lunch

i Gamla Orangeriet. Före visningen går vi omkring på egen hand ca en timme och bekantar oss med trädgården. Då finns också möjlighet att besöka butiken med försäljning av kort, vackra tryck av äldre och nutida illustratörer.

#### Tider:

- 08.30 Avfärd från S:t Eriks torg
- 10.00 ca Ankomst Bergianska Trädgården. Tid att bese trädgården och butiken
- 11.00 Visning av trädgården
- 12.00 Lunch i Gamla Orangeriet
- 13.00 Hemfärd
- 14.00 ca Åter i Uppsala

*Pris:* 260 kr för bussresa, inträde, visning och lunch

*Första anmälningdag:* torsdag 14 aug., anmälan är bindande  
*Ansvarig:* Brittmari Ekholm

## Söndag 28 september

### Glada änkan

#### Folkoperan

Suzanne Osten ansvarar för regin av Franz Lehárs operett. Operetten, en konventionell romantisk komedi, utspelar sig på och kring det fiktiva central- eller sydosteuropiska furstendömet Pontevedros ambassad i Paris, där ambassadör baron Zeta just fått det delikata uppdraget att se till att den stenrika och nyblivna änkan Hanna Glawari gifter om sig med en pontevedrin och inte med en fransman. Skulle hennes förmögenhet lämna landet så skulle nämligen Pontevedro kastas in i en finansiell kris, vilket för ädlingarna på ambassaden skulle innebära att deras glada dagar i Paris vore räknade.

#### Tider:

- 14.00 Avfärd från S:t Eriks torg
- 16.00 Föreställningen börjar  
Speltid 2 tim. 20 min. inkl. paus

18.30 Hemfärd  
19.30 ca Åter i Uppsala  
*Pris:* 450 kr för biljett på parkett inkl. bussresa. (ord biljettpris 420 kr)  
*Första anmälningdag:* Tisdag 26 aug., anmälan är bindande.  
*Ansvarig:* Gördis Hymér

## Söndag 12 oktober

### Glada änkan

#### Folkoperan

Suzanne Osten ansvarar för regin av Franz Lehárs operett. Handling: se resan den 28 sep.

#### Tider:

- 14.00 Avfärd från S:t Eriks torg
- 16.00 Föreställningen börjar  
Speltid 2 tim. 20 min. inkl. paus
- 18.30 Hemfärd
- 19.30 ca Åter i Uppsala  
*Pris:* 450 kr för biljett på parkett inkl. bussresa (ord biljettpris 420 kr)  
*Första anmälningdag:* Måndag 1 sep., anmälan är bindande.  
*Ansvarig:* Margareta Knutson

## Onsdag 22 oktober

### Du är värd en fest

Resa till Grythyttan  
Resan är i första hand avsedd för dem, som deltar i föreläsningsserien ”Ät, drick och var glad – hur går det då?”

#### Tider:

- 07.30 Avfärd från S:t Eriks torg  
I bussen informerar Birgitta Ulmander om Måltidens hus och vi stannar någonstans för kaffe (ingår ej)
- 11.00 Rundvandring i Måltidens hus (Birgitta Ulmander)  
Barbro Standley informerar om kokboksbiblioteket och museet  
Tobias Nygren kåserar om sensorik och provning
- 13.00 Lunch i Måltidens hus
- 14.00 Visning av Formens hus

16.00 Hemresa  
19.00–20.00 Åter i Uppsala

*Pris:* 350 kr inkl. resa, rundvandring, information och lunch i Måltidens hus samt visning av Formens hus  
Deltagare i föreläsningsserien kan under tiden 18 september till 3 oktober anmäla sig till sekretariatet 24 35 01. Övriga intresserade kan boka eventuellt kvarvarande platser tidigast 4 okt. Anmälan är bindande.  
*Ansvarig:* Gunilla Wünsche

## Söndag 26 oktober

### Arsenik och Gamla Spetsar

Stockholms Stadsteater  
I regi av Eva Dahlman briljerar Meta Velandér och Yvonne Lombard som mordiska fastrar.

Resan den 21 sep. såldes slut direkt, därför sattes en extraresa in. Ett fåtal platser finns kvar.

#### Tider:

11.30 Avfärd från S:t Eriks torg  
13.30 Föreställningen börjar, speltid 2 tim. 20 min. inkl paus  
16.00 Hemfärd  
17.00 ca Åter i Uppsala  
*Pris:* 340 kr för biljett på parkett samt bussresa.

Anmälan till sekretariatet från och med 11 aug. kl 10.00–12.00.  
*Ansvarig:* Gördis Hymér

## Lördag 15 november 2008

### Konserthuset Louis de Geer i Norrköping

#### Tider:

08.00 Avresa från S:t Eriks torg  
12.00 Lunch i konserthuset  
13.00 Visning av konserthuset och  
14.00 Norrköpings industrilandskap (promenad på staden)  
15.00 Konsert. Preliminärt program:  
Tjajkovskij: Svit ur Törnrosa,  
Martinu: Oboekonsert (kinesisk solist)

Rachmaninov: Symfoni nr 2  
17.30 Middag på närbelägen restaurang i Norrköping

18.30 Hemresa

22.30 ca Åter i Uppsala

*Pris:* 750 kr inkl. bussresa, konsertbiljett, guidning, lunch och middag.  
Anmälan till sekretariatet fr.o.m. tisdagen den 9 sep. kl 07.00.  
*Ansvariga:* Maj Aldskogius och Ingrid Melin

## 5–12 december

Kulturresa till Egypten. Se Medlemsbladet Nr 1 2008. Det finns ett fåtal platser kvar.

### ANMÄLAN

Första anmälningsdagen kan du anmäla dig på **telefonsvararen tel. 24 35 01** fr.o.m. kl. 7.00 (precis).

Du kan anmäla max. fyra medlemmar med namn och tel.nr.

Du meddelas inom sju dagar i de fall du inte får plats.

**Betala om plats erhållits till plusgirokonto 498 69 81-1 så fort som möjligt.**

Deltagande i arrangemangen förutsätter att årsavgiften är betald.

### Koördning för anmälan

Till arrangemang som kräver bussresa finns endast 50 platser. När efterfrågan är stor kan vi inte tillmötesgå alla, men vi registrerar alla anmälningar med dag och klockslag och får på så vis en rättvis turordning.

Vi beklagar de gånger biljetterna inte räcker till och dubblar arrangemangen när så är möjligt.

Oförutsedda händelser som kan påverka resor meddelas på måndagar i Uppsala Nya Tidning under Föreningsnytt. Samma information lämnas på vår webbplats **www.usu.se**.

## Lång dags färd mot "Rosenkavaljeren" på Operan

Tack alla ni operavänner som visade stort tålmod och förståelse för Lång dags färd mot Rosenkavaljeren!

En oförglömlig dag och kväll skulle det bli. Ett 40-tal USU-are på väg till Operan. Glatt humör i Bergsbrunnabussen med Leif som chaufför. Vi startar som vanligt i god tid. Klockan 17 från S:t Eriks torg. Föreställningen börjar först 19. Inga problem med tiden, tror vi.

Men, strax innan Stockholm står trafiken plötsligt helt stilla. Trafikolycka längre fram på motorvägen. Besked från Trafikupplysningen att det kommer att ta lång tid innan trafiken kommer igång.

Jag ringer till Operan som lovar att skjuta fram föreställningen en halvtimme – för vår skull. Jättehyggligt!

Efter två timmars väntan på motorvägen kommer vi fram – en timme för sent. Vi missar första akten men jag berättar dess innehåll för en mycket förstående och tålmodig grupp. Vi har nu lite bakgrund inför resten av Rosenkavaljeren som vi avnjuter från parkett.

Leif har kört resor till olika evenemang i Stockholm under 22 år. Detta är första gången som han inte har kommit i tid.

**GÖRDIS HYMÉR**  
*Reseledare*

## Vad förväntar sig r

Vid vårterminen slut anmäler sig fortfarande nya medlemmar.

Under maj månad tillkom Helena och Jan Kihlgren. De bor i Sigtuna men att få fara till Uppsala för en tisdagsföreläsning upplever Helena som rena lyxen. Som nybliven pensionär har hon plötsligt tid att ägna sig åt helt nya efterlängtade ting, som att låta lärda män och kvinnor förmedla berikande kunskaper. Det är inte lätt att hitta något som sker dagtid och ger meningsfull hjärngymnastik. Helena ser fram emot att lyssna till föredrag om bland annat filosofi och livsåskådning, och hon kan mycket väl

# En arbetsgrupp i aktion

TEXT: AGNETA SUNDELÖF  
FOTO: ALF KARLSTRÖM

Sedan 1979 har det i Senioruniversitetets regi hållits 402 tisdagsföreläsningar. Hur är det möjligt, hur gör gruppen som administrerar detta, hur väljer de, hur genomför de? Medlemsbladet beslöt undersöka saken och bad ordförande Johnny Andersson, Margareta Granberg och Sven Lundström berätta.

Kring ett litet runt bord i kafferummet på Portalgatan avslöjade de att det inte var någon konst alls, det var bara roligt och stimulerande. Och roligt att berätta om. Men det visade sig förstås inte vara riktigt sant, i verkligheten kostar det en hel del möda i tankeverksamhet och engagemang.

Gruppens sammansättning är det första villkoret för att slutresultatet skall bli gott.

Tillsammans spänner ledamöterna över ett mycket brett kunskapsområde, som de kan utöka genom goda kontakter och vida nätverk. Viktigast är att alla i arbetsgruppen är kreativa och fulla av förslag, och så upplever de med fog sig själva. Föreningens medlemmar lämnar också förslag, små lappar eller spontana önskingar. Idéerna är alltid fler än vad schemat tillåter.

## nya medlemmar?

tänka sig en studiecirkel i något språk.

Leif Bångs hustru Marianne har varit med i Senioruniversitetet sen i höstas, men när Arsenik och gamla spetsar annonserades som teaterresa anmälde sig också Leif som medlem. De ville gärna se den föreställningen tillsammans och nu hoppas de på fler sådana resor. Utlandsresor hägrar också, fler till Kina eventuellt och varför inte till Sydafrika. Att anmäla sig var kanske inte så genomtänkt just då, men när han nu är med, tänker Leif leta efter en lämplig cirkel, data t.ex.

**AGNETA SUNDELÖF**



*Sven Lundström, Margareta Granberg och Johnny Andersson*

Endast ett fel med gruppssammansättningen erkänner de – bara en av fem är kvinna!

Inför själva genomförandet gäller regeln att den som väckt eller förmedlat ett förslag också blir den som får göra förarbetet – kontakta den blivande föreläsaren, läsa in sig lite på ämnet, påminna föreläsaren och presentera den i programmet och för lyssnarna.

Naturligtvis speglar föreläsningarna gruppens egna intressen, men de upplever sig öppna för alla typer av innehåll. Eller nästan alla – föreläsningar om sport är sällsynta! Den enda tydliga begränsningen är att föreläsningsserierna i till exempel konst och musik redan fyller en stor del av behovet på dessa områden.

Trots att arvudet är relativt lågt krävs det inte mycken övertalning för att få föreläsare att ställa upp. Ibland upplevs det lite som en ära att bli tillfrågad. Det finns också de som ber att få berätta om sina senaste rön och intressen.

Kraven på en föreläsning är förstås att den skall förmedla intressant kunskap. Den ska tränga lagom djupt in i den vetenskapliga analysen och framför allt lära oss inse och förstå tillämpningen.

– Generalister är faktiskt bra, säger Johnny.

Dagsaktuella ämnen, särskilt de som handlar om Uppsala med omnejd, väcker ofta extra intresse.

Gruppen är mycket medveten när det gäller genustänkande vid val av föreläsare, gärna hälften kvinnor.

Utbudet av föreläsningar är enormt i Uppsala och ändå sviker inte USU:s medlemmar. Arbetsgruppen gör inget stort nummer av att närmare 80 procent av lyssnarna är kvinnor eller att alla är äldre. Kunskapstörsten är allmän och responsen från medlemmarna är uppmuntrande stor.

Bytet av lokal, till sal X i universitetshuset, upplevs som ett stort plus. Den ligger centralt, har utmärkt utrustning och ger dessutom berättigad glans åt verksamheten.

Höstens program är färdigt redan i slutet av maj. Det blir den vanliga blandningen av naturvetenskap, samhälle, historia och dagsaktuellt – nytt och gammalt, känt och okänt. Man tänker pröva lite nya grepp för att bredda variationen och öka livfullheten. Under våren testades att ha två föreläsare i en diskussionsföreläsning. I höst prövar man att kombinera studiebesök och föreläsning på annan ort.

Sven uppfann ett nytt ord under det här samtalet. Portalföreläsning. Det användes lämpligen för att beskriva en föreläsning som inspirerar till och inleder en ny serie i ett nytt ämne. Hösten kommer alltså att avslutas med en sådan föreläsning. En portalföreläsning i historia.



## Klimatfrågan och våra bostäder

Energiexpert Per Abenius, som under många år har arbetat med energifrågor och tycker att klimatförändringarna är oroande, ansvarar i höst för Senioruniversitetets seminarieserie på temat Klimatfrågan och våra bostäder.

– Den här gången kommer det att bli mer av praktiska energispartips och rekommendationer. Vad kan till exempel var och en av oss göra för att bidra till en bättre utveckling.

Seminarieserien inleds med en historisk återblick och då bland annat med vad uppsalasonen Svante Arrhenius, som fick nobelpriset i kemi för en helt annan sak, hade för tankar och idéer.

– Han var för övrigt den som först i världen både beskrev koldioxidens

roll och gjorde beräkningar om vad som skulle hända med temperaturen i luften om all jordens lager av fossila bränslen eldades upp.

Under de resterande seminarierna blir det en hel del praktisk rådgivning där bland annat Jan Lemming, energirådgivare i Uppsala kommun, ger råd och tips.

Senare kommer arkitekt Helena Westholm att berätta om bland annat de så kallade passiv-husen i Göteborg där man inte tillför någon extern energi för uppvärmningen utan använder den värme som alstras av människorna själva, eldrivna apparater i bostäderna och en solpanel.

I slutet av seminarieserien handlar det om hur man upprättar en egen



Foto: Alf Karlström

energideklaration, ett område som för övrigt Per Abenius själv arbetar med.

– Här rör det sig om handfasta råd om vilka åtgärder man som villaägare kan vidta för att bidra till att göra något positivt åt klimatförändringarna.

**ALF KARLSTRÖM**

## Ät drick och var glad – hur går det då?

För ett par år sedan fick Gunilla Wünsche, f.d. informationschef vid Uppsala universitet, idén till en serie om mat och kontaktade Per Mattsson, f.d. byråchef vid Livsmedelsverket. Han i sin tur tog kontakt med Eva-May Ohlander, tidigare nutritionist vid Livsmedelsverket, och genom det samarbetet kom föreläsningsserien om mat till stånd och de tre är programansvariga.

Jag har träffat Eva-May och Per för att ställa några frågor om serien.

**Senioruniversitetet hade redan för några år sedan en serie om mat. Är det här en fortsättning?**

– Det kan man väl är inte direkt säga. Dessutom har den en annan inriktning. Titeln har stötts och blötts



Foto: Alf Karlström

fram och tillbaka innan vi enats om vad vi tycker vara en passande titel. Vad beträffar innehållet så blev det kanske inte så mycket dryck men desto mer mat. Mat ligger på något sätt i tiden. Att vara kock är ”inne”. I TV avlöser matlagningsprogrammen varandra, tidningarna innehåller matrecept, kokböcker ges ut som aldrig förr och annonserna för hälsokost är otaliga.

**Har det varit svårt att hitta föreläsare?**

– Inte alls. Uppsala är en ”matstad”. Här ligger ju SLU, SVA och Livsmedelsverket. Vi har utnyttjat vårt kontaktnät och alla tillfrågade har mer än villigt ställt upp.

– Aspekterna på mat är många. Vi kommer att få höra om matvanor, kost och ohälsa, mat som botemedel, dieter, trender i maten, bakterier, tillsatser i maten och mycket mer. Listan kan göras lång. Vi kan utlova intressanta föreläsningar och hoppas på deltagare villiga att diskutera högst aktuella ämnen. Dessutom gör vi en resa till Grythyttan och Måltidens hus.

**MARGARETA WESTIN**

# En resa till Skagen

Till Skagen på Jyllands nordkust kom i slutet av 1800-talet en grupp konstnärer från hela Norden. Det var det sträva landskapet i kombination med sommarljuset som lockade.

I år uppmärksammas hundraårsjubileet av Skagens museum. Därför visas konstverk inlånade från flera länders samlingar. Där finns alla Skagenmålarna representerade med några av sina mest välkända verk, Sören Krøyer, Michael och Anna Ancher, Holger Drachmann, Viggo Johansen och Fritz Thaulow, Oda och Christian Krogh, Oscar Björk, Johan Krouthén. Och inte minst Marie Krøyer, välkänd för uppsalabor.

I maj ordnade USU två resor till Skagen. Vi som deltog i den första resan gynnades av soligt väder och prunkande vårgörnska. Det vresiga landskapet var till sin fördel. Man förstår vad som lockade Skagenmålarna att slå sig ned

och verka i denna isolerade landsända. Det säregna kustlandskapet på Nordjylland fascinerar ännu idag. Isoleringen är bruten och turister kommer i tusentals. Tillgängligheten har ökat och man rör sig bekvämt i landskapet. Ändå blir man ständigt påmind om naturens hårda villkor. Vinden blåser och sanden yr, klitterna befinner sig i ständig rörelse, landskapet förändras. Detta kunde vi iaktta vid Råbjerg mile och den Tillsandade kirke, mest påtagligt dock ute på Grenen. Denna märkliga formation på Jyllands nordspets, där Kattegatt och Skagerack löper samman, bildar tidvis en fullt skönjbar gräns ute till havs.

**Den som reser med Senioruniversitetet ökar sitt kunnande och breddar sin bekantskapskrets.**

Vit sand och bländande solglitter. Här upplevs det nordiska ljuset intensivt.

I detta havets och sandens rike ligger överallt små idylliska städer och byar, men här finns också imponerande gods med slottslänkande herrgårdar. Vi besökte Voergård slott, idag bebott av

både människor och påfågel. Slottet hyser såväl eget spöke som en imponerande konstsamling.

Upplevelserna gav upphov till många diskussioner under bussresor och gemensamma måltider. Man umgås och lär känna varann. Teddy Brunius, konstprofessor och välkänd för alla Uppsala-seniorer var resans konstguide. Han har i många år undervisat vid Köpenhamns universitet och är väl införstådd med danska förhållanden. Han underhöll oss med stimulerande kommentarer till det mesta vi hörde och såg.

**SVEN LUNDSTRÖM  
ULLA WESTERMARK**



Foto: Maud Törnå

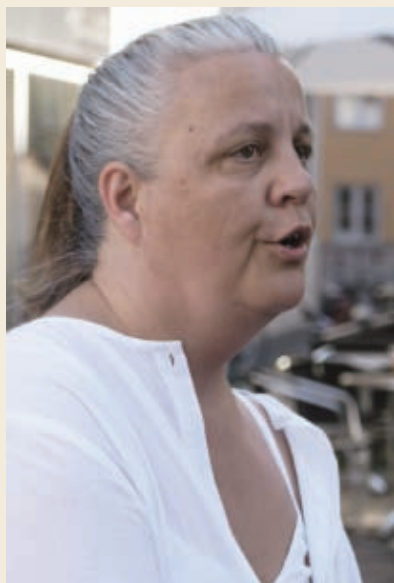


Foto: Alf Karlström

Gina van Dam

## Sången i kroppen

– I den här studiecirkeln vill jag skapa sångglädje som gör att man mår bra till både kropp och själ, säger Gina van Dam som kommer att leda en av de nya cirklarna i Senioruniversitetets regi, Sången i kroppen.

Gina har varit verksam som körledare i över 30 år och har bland annat jobbat fram ett koncept där alla får vara med och sjunga, vare sig man tror att man kan eller inte.

– Alla kan sjunga, och det blir ännu roligare att göra det tillsammans. Då händer någonting magiskt.

Gina leder bland annat kommunkören Carizzma och Folkuniversitetets kör Munviga samt Körskolans Våga Sjunga.

– Målet är att skapa sångglädje tillsammans, vilket är starkt beroende-framkallande och hur nyttigt som helst samt ger lindring där många mediciner går bet, säger Gina och fortsätter:

– Det kan många glada sångare vittna om. Forskning visar också att körsången stärker immunförsvaret och ger mer harmoniska människor. Ge sången en chans!

**ALF KARLSTRÖM**



*Från skrifvarstugan*

## *Ögonblick*

Att få äga morgonen  
varm och lyssnande  
allt utan krav  
som solsken  
och vita gardiner.

## *Sammar*

Insvept i stillhetens schal  
följer jag med ögonen  
friheten i tornsvalornas flykt,  
och ett kort ögonblick  
önskar jag ingenting mer av livet.

\* \* \*

Morgondimman lättar över älvens stränder  
genom daggigt gräs går jag ner till vattnet  
när kylig morgon byts i solvarm dag.  
En ensam koltrast sätter sig en stund att vila  
på strandbjörkens lutande stam,  
och jag blir sorgsen, och glad, och sorgsen.

\* \* \*

*Marie-Louise Vogel*