



HESTHOLMABLADET

nr 4 december 2019

BLADET FYLLER 20 ÅR

Alla läsare önskas en SKÖN JUL och ett vackert 2020 !

Här kommer årets och decenniets sista Hestholmabladd. Det är förvånansvärt vad mycket det händer i Hästholmen och dess förorter. Tack vare teknik och en flitig styrelse har vi fått bio även i Hästholmen. Att en kommun av Ödeshögs storlek nu kan ha två biografier när andra inte har någon, det är fantastiskt. Den som vill åka buss mellan biograforterna får samtidigt litet extra tid på sin bioort. Det kom önskemål om att de nya tiderna för buss mellan Hästholmen och Ödeshög ska komma med i tidningen. Du hittar dem på sidan 2. I övrigt kan du ägna år 2020 åt gympa, teater, föreläsning, bokbinderkurs eller kroki. Eller bara njuta av att bo i Hästholmen.

Redaktionen genom Katarina



Jenny är väl värd sin utmärkelse

- Ja, Tjugby är ju en förort till Hästholmen, det vet ju alla! skrattar Jenny Aakula när jag frågar henne om att få göra en artikel om henne i Hestholmabladet.

Ute är det höstigt regnrusk när vi träffas några dagar senare, men Jenny möter upp med sitt värmande soliga leende. Hon visar stolt upp sitt diplom och sitt emblem som hon fått vid den stora Gåsbalen i Uppsala, där hon nyligen valts till hedersledamot för Östgöta Nation. Jenny fick utmärkelsen för sin kamp för att förbättra förlossningsvården. Det var unga studenter som nominerade henne vilket gör henne extra glad, eftersom hon känner att det ger hopp för framtiden.

Hon höll vid utdelningen ett tal framför de tjugigt dukade borden, och rörde flera i salongen till tårar. Jag fick lyssna till talet i efterhand och förstår varför Jenny berör så starkt, jag blev också tårögd. Jenny har personlig erfarenhet av allvarliga förlossningsskador och har genom att starta nätverket Våga Vägra Förlossningsskador kommit i kontakt med så många "skadesystrar" som blivit felbehandlade av vården och så många berättelser, som alla är olika men ändå lika.

De första åren stred hon för kvinnans födslovård som en kvinnofråga, på senare tid har hon insett vikten av att inkludera mannen genom hela processen. Att få en fungerande förlossning, med efterföljande vård är så viktigt för hela familjen. För samlivet, relationen och måendet, men också för något så livsavgörande som att rädda många från självmords- och skilsmässotankar. Smärta splittrar familjer och söndrar liv.

Jenny har också jobbat direkt mot läkare och beslutsfattare, när läkare tycker att de bör forska på kvinnor som är omskurna, trots att det är omöjligt att använda den kunskapen till att återställa "friska" underliv efter en svår sprickskada efter förlossning, säger Jenny till dem att det är precis tvärtom!

-Forska på den friska vaginan! Lär er hur kvinnans bäckenbottenanatomier ser ut. Först då kan ni lära er att laga rätt på alla kvinnor. Jenny är inte rädd för att ta fight, hon är däremot rädd för att vi inte kommit längre i denna moderna tid 2019, vad gällande kompetensbrist, okunskap och skambeläggande attityder.

Titeln Hedersmedlem är livslång, och hon är som medlem automatiskt bjuden på alla kommande fester och tillställningar som Östgöta Nation bjuder in till. Som kuriosa kan nämnas att självaste Tage Danielsson var medlem av detta fina sällskap, så ni förstår vilken dignitet detta utnämning innebär för Jenny! Vi är allt också lite stolta här i Hästholmen att Jenny bor i en förort till oss! Camilla



Ellen Keys miljöhjältar



På Ellen Keys förskola har vi under terminen startat upp ett projekt om hållbar utveckling. I vår läroplan för förskolan står det att: *"En positiv framtidstro ska prägla utbildningen och att barnen ska ges möjlighet att tillägna sig ett ekologiskt och varsamt förhållningssätt till sin omgivande miljö och till natur och samhälle. Barnen ska utveckla kunskaper om hur olika val som människor gör kan bidra till en hållbar utveckling."*

Vi har utgått ifrån barnens intresse för hjältar när vi introducerat projektet och tar hjälp utav Megaapan som ger barnen olika uppdrag. Det kan handla om rörelse, gröna påsen, återvinning med mera. Det första uppdraget som barnen fick var att se en film kring nedskräpning och dess negativa påverkan för djur och natur.



Barnen har varit runt på olika platser i Hästholmen och plockat skräp som de sedan sorterat. Det var mest plast konstaterade barnen men även metall, glas och papper. Förskolan vill göra ett avtryck och synas i samhället så skyltar ska sättas upp för att göra folk uppmärksamma på att man inte ska lämna skräp utan ta det med sig till närmaste papperskorg eller återvinningsstation.

Barnen vill ha nya uppdrag, så håll utkik så kanske ni får se några "miljöhjältar" i samhället. Om vi alla hjälps åt kommer både människor, djur och natur att få det bättre.

Med vänlig hälsning

Personal och barn på Ellen Keys förskola genom Eleonor

Tralala

3

Gästspel av Teatergruppen Studio Classon Teater
Till Bygdegården kom det cirka 50 personer och bänkade sig för att se en föreställning med det intresseväckande namnet "Tralala - om helvetet vi kallar livet". Titeln signalerar både humor och allvar, vilket det också var.

Humorn började redan när Camilla Linusson presenterade dem, Ola Hedén och Lars Classon den senare av skådespelarna är nämligen brylling med Camilla, det kom hon på då Krister i revyparet "Stefan och Krister" är pappa till Lars Classon och Camilla hade koll på att hennes far är sysling med Krister. Hänger ni med? Om inte så var det lika krångligt och dråpligt där på scenen. Energin var på topp alltså redan från start och så började den finurliga berättelsen om två män instängda på en biograf. Varför, uppdragas i slutet när de båda människors livshistorier vävs samman.



Lars Classon och Ola Hedén i pjäsen Tralala.

Personerna i pjäsen var väldigt olika i sitt sätt att kommunicera, så många samtal blev mycket komiska även då det var allvarliga ämnen. Det var en upplyftande berättelse och mycket handlade om att lära känna sig själv, vara tacksam för det man har samt försonas med sitt livsöde. Livet är inte ett helvete om man inte tycker det, uttrycker en av karaktärerna helt enkelt. Att vara instängd i en biograf kan ju till exempel innebära att man får tid till att samtala och umgås lite med någon en kväll.

Majsa

!!
**När du vill hyra bygdegården ring
Gunnel Kellander 070 322 30 24**

Arkeologer hyvlar i Hästholmen



Östergötlands Museum firar detta år Arkeologidagen den 25 augusti vid utgrävningarna i Hästholmen. Allmänheten är inbjuden och barn är extra välkomna. Det blir en god uppslutning vid de uppgrävda spåren vid gamla banvallen. Forskaren och arkeologen Per Nilsson berättar allmänt om arkeologens vardag och hur en utgrävning går till. På plats får vi med egna ögon se spår av förhistorisk aktivitet, en kolfläck som vittnar om en gammal eldstad från bondestenåldern 3500 f.Kr. Tidens vingslag slår förbi. Det pratas om "osthyvelsmetoden", arkeologarbetet går inte längre till som förr när man grävde lite, lite i taget. Nu schaktar grävskopan bort ett lager jord i taget.

-Vi är besvärliga arbetsgivare, skrattar Per. Grävmaskinister är inställda på att jobb ska grävas fort, schaktas bort fort, fyllas igen fort. Men hos oss får de jobba "in slow motion".

Prover kommer att skickas på C14-analys, men några större fynd för att stoppa planerade husbyggen tror inte Per att det kommer att bli. Några rälsspikar och en del av gamla tågrälsen har också grävts upp och kommer att skickas till arkivering på museet. Varje tid bär sin historia.

Bygden tillhör de rikaste fyndområdena i hela Östergötland, kanske till och med i hela Sverige, berättar arkeologerna och visar yxfynd från både Heda, Rök, Stora Åby och Ödeshög. Det känns märkligt att få känna på dessa riktigt gamla föremål från närområdet. Det berättas också om närliggande tidigare funna arkeologiska "skatter", Stenkammargraven i närheten av Sverkerkappellet, Alvastra Pålbyggnad med sina makabra fynd av mänskliga offer, lösryckta avkottade ben och skalperade skallar. En mörk, men spännande historia!

Vid barnstationen får barnen gräva efter skatter i små lådor. Det är fullt av nyfikna barn vid alla lådor. Algot Pihl visar stolt upp sina fynd, han har hittat några tänder som ser ut som människotänder fast större, en vacker vit sten och en keramikskärva. Arkeologen berättar att det är får- eller griständer och att stenen är en slipad kvarts som använts som kniv, båda troligen från stenåldern. Krukbiten är nyare, från medeltiden.

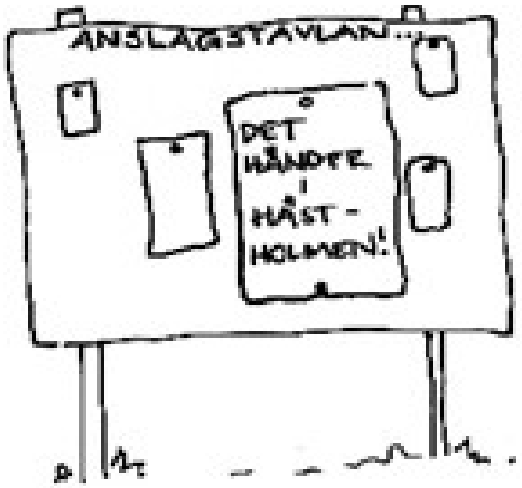
Efter mörkrets inbrott är det dags för visning av hällristningarna i släpljus. Även på kvällsaktiviteten dyker många upp. Vid hällristningarna får vi en mycket intressant timmeslång föreläsning av Per Nilsson om hällristningar, om bronsåldern i allmänhet och om fynd som finns runt om i Hästholmen och övriga Östergötland. Vi får lära oss om älvkvarnar, bemanningsstreck och brudskepp.

I ficklampors släpljus får hällristningarna ett helt annat djup och vi upptäcker med hjälp av sidoljuset flera ristningar som inte är ifyllda med rött. De syns inte alls lika tydligt i dagsljus.

Camilla



Hällristningarna i Hästholmen är näst störst i Östergötland



December 2019

Juldagen 25 december kl 07
Julotta i Västra Tollstad kyrka

Lördagen den 28 december kl 16
JULLOVSFILM i bygdegården! *"UglyDolls"* 84 min

Ett animerat äventyr där de positiva och bekymmersfria UglyDolls ställs inför frågan vad det innebär att vara annorlunda. Där en önskan om att bli älskad i slutändan leder till insikten att vem du verkligen är faktiskt är det som betyder mest.

Biljettpris 60 kr, inklusive popcorn och festis.
Från 7 år. Barn under 7 år endast i vuxens sällskap.

!!

Titta efter NYA HÄNDELSER på bygdegårdens anslagstavla vid Mackaplan

Januari 2020

Tisdagen den 7 januari kl 18.30
Filmklubb Hästholmen i bygdegården visar
“En oväntad vänskap”

Filmen handlar om Driss, en ung kille från förorten som precis kommit ut från fängelset och anställs som personlig assistent till den förmögne men ensamme aristokraten Philippe som blivit förlamad efter en skärmflygolycka (2011) 113 min ©Scanbox
Efter filmen fikar vi och umgås.

Onsdagen den 8 januari kl 18
En ny termin startar i Bokbinderi i bygdegården med Birgitta Karlsson. Nya deltagare hälsas välkomna.

Måndagen den 13 januari kl 17
Tjejpgympan med Maud Conradsson i idrottshallen på Västra Tollstad skola kör igång igen efter juluppehållet! Tjejer i alla åldrar är hjärtligt välkomna!
Terminsavgift 500 kr (10 tillfällen)
Anmälan till Maud: 070-527 00 99

Måndagen den 13 januari kl 19-20
Vårterminens Aerobics med Jessica Roth i idrottshallen på Västra Tollstad skola startar. Träningspass varje måndag. Föranmälan till Jessica via messenger.

Onsdagen den 15 januari kl 13
Sopplunch i bygdegården.
50 kr, inklusive kaffe och kaka. Lotteri.

Lördagen den 18 januari kl 14
Kroki i bygdegården. Denna gång står Inga modell. Ta med eget block och penna. Anmälan till Majsa: 073-150 21 03. Kostnad 80 kr, inklusive fika.

Torsdagen den 23 januari kl 16-20
Kommunens drop-in-möte – se sedan 2!

Fredagen den 24 januari kl 19
MEDLEMSFEST för alla bygdegårdens årsmedlemmar 2020. Gå med som medlem i bygdegården, så att du inte missar denna festliga tillställning. Håll utkik efter info på bygdegårdens fb-sida och på anslagstavlor.

!!

Bygdegårdens hemsida

är uppgraderad och nystädad.

Vill du dit skriver du in "Hästholmens Bygdegård" i sökfältet i Google. Då får du möjlighet att gå direkt in på vår hemsida eller via Facebook.

Bygdegården är numera ansluten till
Swish nr 123 515 25 66

Bankgirot är fortfarande 331-3558. Kalle

Hampans fördelar - en finfin föreläsning



David Appelgren driver Ombergs Ekogård som bland annat odlar hampa och quinoa. David är ordförande för Svenska Hampaförbundet och grundare av Matfusket, facebooksidan som växt till att bli så stor att den gjort faktisk påverkan på vårt matSverige. Han föreläser för fulla hus runt om i vårt land. David är också en del av vår egen bygdegårdstyrelse, och äntligen fick han tid att förära oss på hemmaplan med sin viktiga föreläsning och bjöd dessutom generöst på gratis entré. Tyvärr verkade inte hemmaplanspubliken tycka att ämnet var lika intressant som övriga Sverige. Besökarna var många vilket var mycket glädjande, men publiken från närområdet (då pratar vi hela Ödeshög) kunde räknas in på mina egna fingrar. Människor åkte från Gränna, Motala, Mantorp och till och med från Örebro för att lyssna och få kunskap, men inte från de närmaste grannhusen.

Föreläsningen var nästan tre timmar lång, men inte för ett ögonblick långtråkig. Vi mättades med ny kunskap om mirakelplantan hampa, om historik från Sverige och hela världen, om skillnader mellan olika cannabissorter, om olika cannaboiders påverkan på vår kropp och hälsa, om läkemedelsindustrins och oljeindustrins manipulation, om positiv påverkan på vår miljö, om möjligheter att ersätta många av våra miljöpåverkande produkter med hampa.

Jag önskar att alla hade fått lyssna till denna givande och upplysande information! Det är första gången jag personligen lyssnar till David Appelgren och jag förstår verkligen att han drar storpublik som en magnet.

För att ge alla som missade en ny chans att lyssna till kunskapen David har att förmedla kommer vi att bjuda in till ytterligare en föreläsning under våren, då vi också kommer att bjuda in kommunens politiker, socialtjänst, polis, lantbrukare och alla andra intresserade!
Camilla

Gå med i Bygdegårdens nystartade filmklubb

Under 2020 kommer vi att visa film i bygdegården första tisdagen i varje månad kl 18.30. Redan i december tjuvstartade vi med "Rocketman", filmen om Elton John. Det kom 22 filmsugna personer. I "kiosken" såldes godis, chips och dricka, men några efterfrågade popcorn, så till nästa film utlovas popcorn!

Filmklubben riktar sig till vuxna och ungdomar, vi har genom Swedish Film AB ett licensavtal som gör att vi kan visa film från sexton stora filmbolag, vilket ger ett relativt rikt utbud. Vi kommer att visa en del nyare film, men även varva med bra film som har några år på nacken. Det går bra att lämna önskemål om kommande filmval! Det är endast slutna visningar, så för att kunna se på filmerna behöver du gå med som medlem i klubben. Efter filmen bjuder vi på fika för de som vill stanna kvar och umgås lite.



För att bli medlem, sätt in 120 kr/person på bygdegårdens swish: 1235152566 eller bankgiro: 331-3558, märk betalningen "filmklubb 2020". Bekräfta sedan till Camilla: 070-388 73 62 att du betalt så blir du tilldelad ett medlemsnummer. Skicka också din mejladress, så att vi kan skicka ut information om kommande filmer. Lätt som en plätt!
Camilla

~~~~~

## Bygdegården samarbetar med



Hestholmabladet ges ut av Hästholmens Bygdegård & Byalag och trycks hos ABF  
Bladets adress: Hestholmabladet c/o Ljungholm, Tägnegatan 6, 599 93 Hästholmen



## Alvastra och Ödeshög blir ett

År 1969 slås de två landskommunerna Alvastra och Ödeshög samman. Ödeshög bidrar med namnet medan Alvastra ställer sitt vapen till förfogande. Motivet anknyter till cistercienserklostret i Alvastra och är hämtat från ett sigill för dess abbot från 1300 talets förra hälft. I rött fält en abbotstav, en uppgående måne och en sexuddig stjärna, allt i guld.

I landskommunen Alvastra ingår då bland annat Hästholmen, Heda och Trehörna. I Hästholmens bygdegård firas den 50 år gamla sammanslagningen med Ödeshögs landskommun i dagarna tre med föreläsning, sopplunch och film.

På måndagskvällen fylls bygdegården av 68 historieintresserade, som vill lyssna när Hedabon Markus Lindberg berättar om det medeltida Hästholmen - handelsplatsen, borgen, kapellet och en tysk riddare. Hästholmen är en spännande ort med en rik historia, hållristningar och förhistoriska namn som Tegneby, Uckleby och Tollstad, säger Markus. Han talar om Johan Erlandssons testamente till Alvastra år 1327, om kyrkan över vars rester Anna Wissman har sitt växthus och om hövitsmannen Gerhard Snakenborg och hans borg på Husbacken.

På onsdagen är det sopplunch med italiensk gulaschsoppa. Några av deltagarna i dagens måltid var med år 1969 men man kan inte säga att händelsen har satt så starka spår. Ingen av dem var politiskt aktiv eller på annat sätt direkt involverad. Bibbi Andersson har dock med sig en bok med inklistrade tidningsartiklar från sammanslagningen. Där finns bland annat en bild av två av den tidens starka män – Sven Gideskog och Carl-Erik Hertz.



Tisdagskvällens föredrag i Riddarsalen med Trehörnabon Kalle Bäck ger material. Kalle var med om själva sammanslagningen och berättar varför Ödeshög blir centralort. Orsaken är enligt Kalle en kvinna som av en bondby, ett annex till Stora Åby, skapar embryot till en tätort. Hon heter Johanna Pettersson, oftast handelsman Johanna. Att det inte blir Trehörna beror enligt Kalle på att man där har tackat nej till stambanan och att det inte blir Hästholmen är Gustav Vasas fel.

Torsdag kväll visas naturfilmen Bäckan av Johan Karlsson, som också är närvarande och berättar om filmen och dess tillkomst. Den är filmad på Omberg, vid Tåkern, på slätten, i Stora Åby och Heda. Filmen är beräknad att ta tre år att göra. Den tar sju år, berättar Johan. Han har 700 timmar att klippa ner till en timme.

Mycket ljud är pålagt. Grannens häst äter äpple, det är inte älgen i filmen som hörs. Undantaget är bävern som har riktigt ljud, Johan har satt dit en egen mikrofon. Det är ingen speakertext och ingen musik i filmen. Bilderna berättar. Efter Bäckan var Johan ganska mätt men nu börjar han filma igen. Katarina

## Rödingarna letar öringar



Fritidshemmet Rödingen har en fin tradition att varje år i november gå på Öringsafari vid Ålebäcken. Till dessa utflykter passar vi också alltid på att bjuda in nästkommande års fritidsbarn.

En strålande höstdag packades varm choklad, smörgås, ficklampor och reflexvästar.

När barnen kom åkandes med skolbussen, stod vi "fröknar" och väntade vid Sverkerkapellet. Först lekte vi vid stenstranden några timmar, samlade skräp (Miljöhjältarna alltid redo!), åkte kana och klättrade i slänterna, njöt av sol, vind och vatten och åt mellis vid Sverkerkapellet. När det började skymma smög vi ner till Ålebäcken och lyste med våra ficklampor. Vi hittade nog ett tiotal glada fiskar! Och en död, det var ju sorgligt, men vi fick samtidigt chans att studera öringen lite närmare. Vi fick också se öringar hoppa ute i sjön strax utanför inloppet till bäcken!

Detta är verkligen en underbar tradition för Rödingens fritidsbarn och fröknar! (Och mormödrar, morfäder, farmödrar, farfäder, föräldrar och syskon som efterhand sluter upp i mörkret utmed bäcken!) Camilla

## Gympan välkomnar tjejer i alla åldrar



*Från vänster: Ingrid Rosén, Ingegerd Ax, Lisbeth Blomberg, Ulla Hermansson, Yvonne Pihl, Maud Conradsson och Gunnel Kellander*

**Varje måndag** väller de in genom grindarna till Västra Tollstad skola, de gympasugna tjejerna med det breda åldersspannet 30 - 78 år. Maud Conradsson leder passet sedan många år tillbaka. Denna termin har det varit 14 tjejer i gruppen, närvaron är hög – vid varje tillfälle kommer 10 - 11 stycken.

Upplägget är som sådant: först uppvärmning, sedan cirkelträning med inriktning mot styrka, efter det ett intervallpass "Tabata", sedan stretch och avslutningsvis en yogastund med Gunnel Kellander. Gympan anpassas för varje individ.

- Har någon ont någonstans, arbetar jag fram ett eget program till den personen, säger Maud. Det ska göra ont efteråt av träningsvärk, men inte av någon annan smärta.

- Det är fantastiskt kul! Maud är en underbar ledare! berömmar Lisbeth Blomberg, en av gympanas veteraner som har varit med ända sedan den startade.

Gunnel Kellander och Yvonne Pihl instämmer i superlativen. Det verkar vara en väldigt glad, uppsluppen och välkomnande stämning. Detta tillfälle, som är sista passet för säsongen, kommer att avslutas med glöggmys.

- Höstterminen avslutar vi med glögg och vårterminen med att gå ut och äta mat, säger Maud. Vi varvar jobb med nöje!

Maud välkomnar gärna nya medlemmar inför nästa termin. För mer info se i anslagstavlan Det händer i Hästholmen. Camilla

## Trollkungens svans - Populärt event på höstlovet

Lukten av nypoppade popcorn möter mig vid ingången till Bygdegården och biokänslan infinner sig direkt. På schemat står Trollkungens svans där Trym, Jutul och Freia ger sig ut på en äventyrlig resa i en magisk trollvärld för att rädda kung Grom som förvandlats till sten och återta den svans han har förlorat.

Klockan börjar närma sig 16.00 och tillflödet av barn stannar aldrig upp. Innan filmen börjar ringlar sig kön till popcorn och festis. Eftersom deltagandet är långt över förväntan tar popcornen slut, men det löser sig snabbt av ett popcornbud som springer hem efter fler majs-korn.

När det äntligen börjar sitta drygt 90 förväntansfulla barn och vuxna, laddade för en spännande trollfilm. Lovisa



Pizza, Falafel, Lunchmeny

Nyhet:  
Krispig kyckling

Öppet varje dag kl 11-21

Tel 0144-33060

[onlinepizza.se](http://onlinepizza.se)

Sverkerstigen 3

God jul och gott nytt år  
önskar vi er alla



## FÖRLÄNG SOMMAREN MED EN INGLASNING

Minimax tillverkar måttanpassade inglasningar för altaner och balkonger. En måttanpassad inglasning ger alltid bästa passform och resultat.

Vi erbjuder kundunika lösningar, kulörer och glas.

Våra inglasningar är helt underhållsfria och vi lämnar givetvis garanti på både material och montage.

Kontakta oss för diskussion om dina drömmar !

**MINIMAX**  
INGLASNINGAR

070-591 88 25 – [info@minimaxinglasningar.se](mailto:info@minimaxinglasningar.se)  
Hamngatan 31, Hästholmen

Dags att förnya  
Medlemskapet för 2020!



100 kr / vuxen, 150 kr / familj

Bankgiro: 331-3558

Swish: 123 515 25 66

Märk betalningarna med  
din mailadress  
så hör vi av oss!  
Tack på förhand!



S/S Per Brahe, del 2  
av Lotta Mejsholm  
kommer i nästa nummer  
av Hestholmabladet

# OMBERGS TURISTHOTELL

BERGET ★ SKOGEN ★ SLÄTTEN ★ VÄTTERN

Tack för ännu ett år i denna  
fantastiska bygd.

**Till er alla från oss alla,  
en riktigt GOD JUL.**

PS. Ombergs Turisthotell vilar  
23 december - 7 januari. DS.

Telefon: 0144-330 02

[www.ombergsturisthotell.com](http://www.ombergsturisthotell.com)



God Jul och Gott Nytt År  
från Sjöstorps Fotbollsgolf  
och Bowling

Bowlingen öppnar igen  
efter nyår!



Välkomna till äggboden i Alvastra,  
vi har öppet kl 8-20 varje dag.

Ekologiskt naturbeteskött  
från gården finns att köpa i  
Annelies Delikatesser och  
Underkläder i Ödeshög.

Vi vill önska alla  
en riktigt God Jul!

Åsa och Thomas med personal