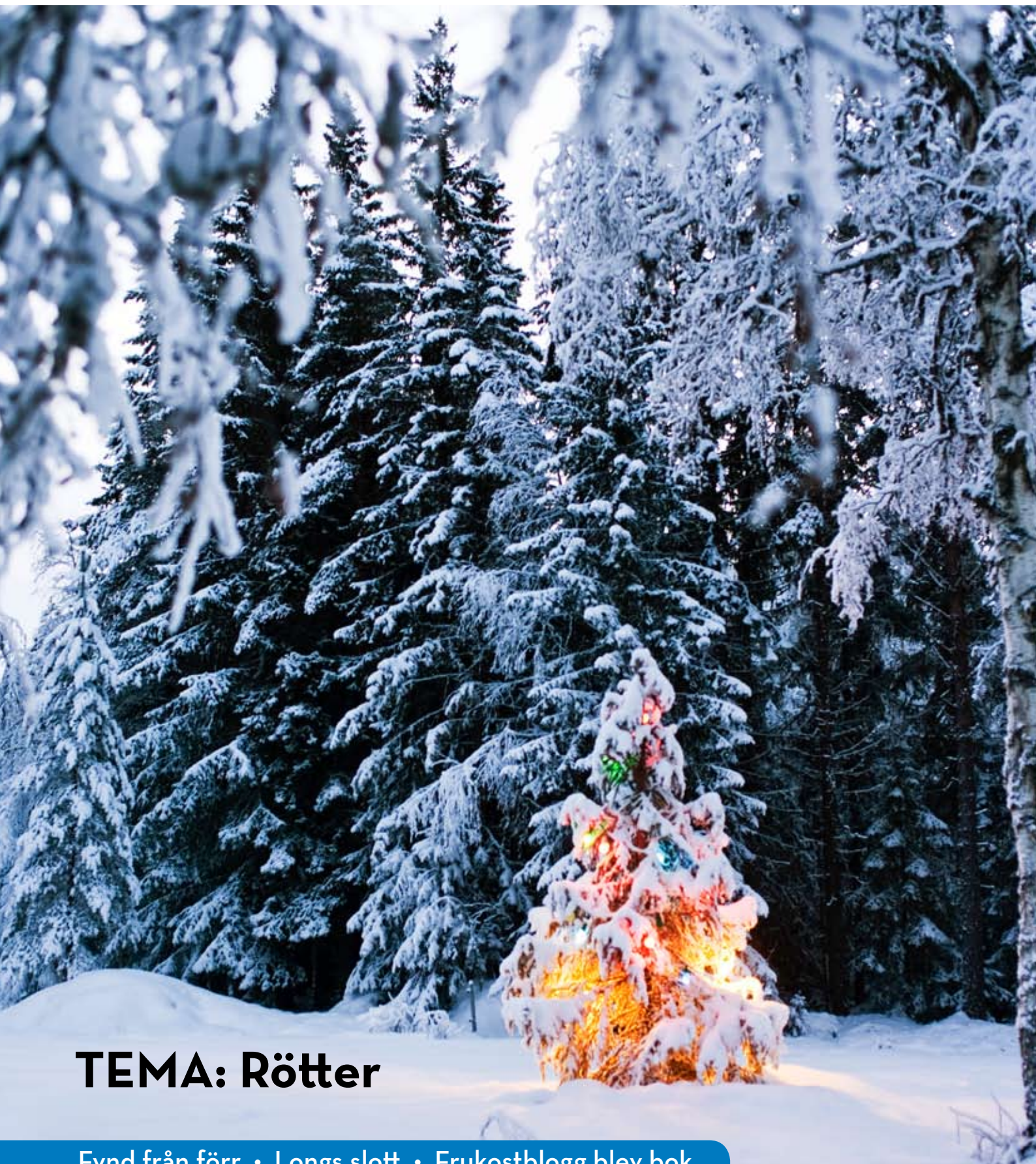


VÅRT GRUMS

Informationstidning från Grums kommun till invånare och företag. December 2011.



TEMA: Rötter

Fynd från förr • Longs slott • Frukostblogg blev bok

Grums centrum 1910, 1915 och 1925



Grönbergsskolan



Sveagatan 1930



Grumsbussen

Foton: Grums hembygdsarkiv

VÅRT GRUMS

en informationstidning som
delas ut till invånare och
företag i Grums kommun

Utgivning: Fyra nr/år

Utges av: Grums kommun

Besöksadress: Sveagatan 77, Grums

Postadress: Grums kommun,
664 80 Grums

Telefon: 0555-420 00 (växel)

Fax: 0555-421 09

E-post: kommunstyrelse@grums.se

Webbplats: www.grums.se

Ansvarig utgivare: Annika Lomarker

Redaktion:
Helena Bergström och Maria Röhr

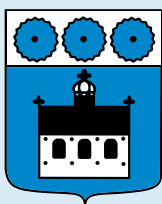
Grafisk produktion:
Helena Bergström

Upplaga: 5 100 ex.

Tryckeri: Tryckeri Knappen, Karlstad
ISO 14001-certifierat tryckeri

Distribution: Posten

Foto omslag: Lars Forsstedt



GRUMS KOMMUN

Dags att rota till det lite

Det är lite inne nu, det där med rötter. Släktforskningsgrupperna står som spön i backen, i TV-tablåerna kryllar det av "Vem tror du att du är?"-program (både svenska och amerikanska) och nu har det även blivit dokusåpa på temat. Med amerikaner som söker sina rötter i "the old country", eller fattiga emigrantsverige som vi kanske skulle kalla det.

Just kunskapen om den delen av vår svenska historia skulle nog en och annan behöva studera lite mera noggrant. Speciellt som Värmland var ett av de landskap som hade den högsta procentuella utflyttningen under denna tid. Och då främst till USA. Själv råkade jag, mest av en slump, hamna på emigrantmuseet i residentshuset i Karlstad och det kan varmt rekommenderas. Lite stämning åt Titanic-filmen-hållet för er som går igång på sådant.

Rätt många av oss har säkerligen en berättelse om "släkten i Amerika". För mig är min farmor den spännande berättelsen. Resan gick från nordvärmland till USA, strax efter just Titanics förlisning. Ödet i det stora landet i väster och sedermera hemkomsten till Sverige med slutstation i Grums. Bara tanken på att man kunde varit amerikan om saker gått lite annorlunda är ju tillräckligt för att hålla en vaken på natten. Spännande. Utöver det så finns berättelsen om de två släktingarna som kom bort under guldjakt i Nordamerika. Vann de jackpot och fann den stora ådern? Blev de ihjälslagna över något skapligt guldfynd? Vem vet? Det lär man aldrig få veta. Men en roman eller två borde det kunna bli när man går i pension någon gång.

De flesta av oss tänker nog på dessa släktingar som starka och modiga människor, som vågade ge sig iväg över halva jordklotet för att finna försörjning och en framtid i ett främmande land. Helt utan språkkunskaper och utan ett öre på fickan. Stolthet, helt enkelt.

Lite märkligt att så många av oss år 2011 ser på samma personligheter och får ur oss kommentarer i stil med:

"De kommer bara hit för att ta våra jobb och leva på bidrag!
Samtidigt. Det vet jag."

Sug på den ni...

Torbjörn Bood (S)
Kommunstyrelsens ordförande



Värmarnas land: Värmlands vagga

I civilisationens början valde inbyggare att bosätta sig vid älven i Borgvik och Edsholm vid Slottsbroundet blev senare ett fäste varifrån hela Värmland styrdes.



Borgviksälven kallades förr i tiden Värma.

Värmarna i Borgvik

På sten- och bronsåldern passerade fiskare och jägare Grumsfjorden och Svartsundet för att nå Borgviksjön och laxfisket i Borgviksforsen och vidare upp på Värmeln. Borgviksälven kallades i forna tider för Värma på grund av att det alltid var öppet vatten kring forsarna i den. Ordet värma bygger på det urnordiska werm-som är släkt med det nutida ordet varm.

Det finns enligt språkforskarna många bevis som talar för att landskapsnamnet Värmland kommer från det gamla namnet Värma på Borgviksälven. Wirnil (gammalt namn för Värmeln) betyder hörande till Werma (gammalt namn för Värma). Sjön hör till älven vilket var det vanliga i språkbruket. Värma är besläktat med Värmar,

inbyggare. Värma land betyder alltså Värmars land. Värmland hette ursprungligen Värmland, som så småningom blev Värmland. Dessa argument anses mycket vederhäftiga bland ortsnamnforskarna, där Lennart Moberg var en stor guru.

Värmland styrdes från Edsholm

På en medeltida karta över Värmland finns endast tre platser utmärkta: Edsholm vid inloppet till Grumsfjorden och Borgvikssjön, Tingvalla och Värmlandsberg. Edsholms slott och försvarsanläggning låg på en ö i Slottsbroundet och uppfördes troligen av riddaren och sedemera marsken Erik Kettilsson (Puke) som var anhängare av folkungarna.

Han förvärvade gården Strand 1378 och hade sannolikt då redan byggt Edsholms slott. Slottet hade sin glansperiod från slutet av 1300-talet till år 1434 då Värmland styrdes av olika fogdar på Edsholm. Strax före Engelbrekts uppror år 1434 intogs Edsholm av Värmlands bönder under ledning av Peder Ulfsson Roos. Slottet brändes, lades i spillror och fogden flydde. Efter detta flyttades fogden till Karlstad.

Rikligt med sägner

Det har florerat rikligt med sägner kring Edsholms slott. Det har hävdats att ett slott funnits vid den trånga passagen redan på 700-talet, som ett fäste mot sjöröveri.

Kullen där slottet ska ha varit beläget kallas drottning Åsas kulle efter en drottning Åsa som enligt gammal folktro var dotter till Olov Trätälja. Drottning Åsa ska ha tagit en avgift från de sjöfarande i Slottsbroundet där de lätt kunde hejdas. Detta gjorde henne rik men samtidigt avskydd.

Oppositionen mot drottning Åsa växte sig stark i Borgvik och två hövdingar gick samman för att anfälla henne i Slottsbroundet med flera skepp. Då hon upptäckte detta drabbades hon av panik och gav order om att alla hennes skatter skulle lastas i ett skepp

Modell av Edsholms borg som är en del av Värmlands Museums fasta utställning ”Jag, Herulen”.



som sedan seglades ut i Åsfjorden. När läget blev ohållbart sänktes skeppet, med hjälp av sten, på 40 meters djup. Skatterna, drottning Åsa och hennes manskap följde med ner i djupet.

En annan, snarlik, sägen handlar om tiden efter 1434 då slottet förstördes. En angränsande byggnad som klarade sig tros senare ha bebotts av en girig gammal kvinna, fru Rangela. Hon ska ha härskat och tagit upp tull av förbipasserande.

En natt försökte två jättar ta sig in på slottsområdet med ett käril som de ville koka henne i. Hon flydde då med båt mot Västergötland men båten förläste och Rangela drunknade vid mynningen till Åsfjorden. När folket som bodde i närheten fick reda på att hon drunknat brände de ner hennes boningshus. Selma Lagerlöf har gett sin skildring av fru Rangela i den vackra Lucialegenden.

Namnet Grums

Första gången Grums nämns i kyrkliga urkunder är år 1331 i ett gåvobrev till påven i Avignon. Brevet utfärdades i Läckö för kyrkan i Skara och är bevittnat av bland andra en Johannes från Gromshaeret. I brevet nämns Gremheret (Grums härad), Ed och Skraftstadha (Skrustad) bland bidragsgivarna.

Det fornsvenska ordet grom betyder slam eller gytta och användes förmodligen först för att beskriva Grumsfjorden där vattnet hölls i rörelse och därför var grumligt. Sett till sammanhanget skulle man alltså kunna tolka namnet Grums som att något händer, det står inte still och saker kommer upp till ytan. ●

Sven Kullander

Sidorna 4-5 är utdrag ur boken Värmarnas land (2005)

FYND FRÅN SVUNNA TIDER

Storsälen

I slutet av 1800-talet hittade man vid grävningen av en kanal mellan Lillsjön och Lill-Emsen skelettresterna efter en storsäl. Storsälar lever numera i Norra ishavet nära iskan- ten. Med hjälp av kol-14-metoden kom man 1975 fram till att denna säl levde för cirka 11 000 år sedan. Det är det nordligaste marina fynd som gjorts av arktisk säl eller val.

Mynt

En pojke som grävde efter mask i Flokerud någon gång på 1800-talet hittade tre silvermynt från vikingatid under en stor sten. Ett var skandinaviskt och troligen från 820-talet; de två andra var av arabiskt ursprung.



Halsringar

1938 upptäckte man tre halsringar i guld i samband med plöjning i Tollesrud, Värmskog. De vägde tillsammans 841 gram och är Värmlands största guldfynd från järnåldern, daterade till cirka 500 år efter Kristus. Ringarna kan ha förts hem av nordbor som stridit mot romarna tillsammans med germanska folk. De finns nu på Historiska museet i Stockholm.

Stenyxor m.m.

I centrala Borgvik har man påträffat föremål från yngre stenåldern och bronsåldern. Bland dessa kan nämnas en flintsåg, en flintkniv, en flintskära samt åtta stenyxor.

Kuvertgraven

Vid Sveaparken i centrala Grums finns Värmlands enda kuvertgrav. Stensättningen är en grav från förromersk järnålder. Den innehåller 130 brandgravar och kan ha varit ett gemensamt gravfält för 2-4 gårdar. Vid utgrävningarna har man funnit lerkärl, skäror, en krumkniv, järnålar, en spjutspets av skiffer och en pilspets av flinta.



Foto: Øyvind Lund

LONGS SLOTT

kortvarig kunglig fågning

Mellan 1855 och 1944 ståtade Longs slott vid Longsjön utanför Grums med torn, spiror och slottspark. Prakt, festligheter och kungliga besök var inte något obekant, men det förekom också ekonomiska svårigheter som så småningom blev slutet för slottet.

Enligt sägen fanns det redan på 1300-talet ett gods i Grums med benämningen Long. Namnet skulle komma från släkten Lange, som bodde på godset före digerdöden 1350. Därefter avlöste ägarna varandra. En av dem, brukspatronen Lindroth (1704-1772), ägde även gruvor och flera järnbruk. Han uppförde en villa och en storslagen park vid Long. Den senare anlades med hjälp av Orm som stod nära Carl von Linné.

Släkten Löwenhielm

I slutet av 1700-talet flyttade kaptan Carl Gustaf Löwenhielm in på Long. Hans son generallöjtnant greve C.G. Löwenhielm arrenderade Long under en tid tillsammans med sin första fru Jacqueline Gyldenstolpe. Han blev senare vräkt av sin far och flyttade till Konstantinopel och därefter Wien där han verkade som diplomat.

Under denna tid skilde han sig och träffade grevinnan Natalia von Buxhoevden som var hovdam hos kejsarinnan Alexandra Feodorovna av Ryssland. De gifte sig 1840, ett år efter faderns död, och bosatte sig på Long där de fick fem barn (varav två dog bara några dagar gamla).



Longs slott under mitten av 1850-talet.

Villan blir ett slott

I mitten av 1850-talet byggde C.G. om villan till ett träslott i nygotisk stil. Det stod klart 1855 med 48 rum, bland annat två bibliotek med marmorkaminer och ekmöbler. Vardagsrummet hade utsikt mot Longsjön. Byggnaden ramades in av fyra stycken 22 meter höga torn med spiror i toppen. Ovanför entrén sattes en skylt med följande text (fast skriven på latin) upp: "Denna vrå av världen ler mot mig mer än alla andra". Slottet fick slottsprivilegier av Oscar I som även planterade en ek på gårdsplanen.

En av döttrarna, Nathalia Löwenhielm, gifte sig efter föräldrarnas död med generalmajor Johan Henrik Rosensvärd som 1870 blev landshövding i Värmland. De bodde på Long och fick fyra barn. Nathalia blev änka 1890 och drev verksamheten vidare tillsammans med sin enda son Karl Johan som hade agronomexamen.

Kungliga besök

Slottet besöktes genom åren av såväl Oscar I som Karl XV och Oscar II. Den sistnämnde gjorde flera besök 1905 när drottning Sofia vistades på Long i sex veckor, i samband med unionsupplösningen mellan Sverige och Norge.

Men det var inte bara festligheter som skedde på Long vid denna tid. Någon gång i början av 1900-talet hittades ett människofoster i slottsparken. Det visade sig att en piga på gården hade blivit gravid under "olyckliga omständigheter" och känt sig tvungen att göra sig av med det.

Slutet för slottet

1911 försattes Long i konkurs och familjen Rosensvärd fick se många av sina dyrbarheter, torp och mark auktioneras ut. Grevinnan Nathalia bodde kvar ända fram till sin död 1933. Även sonen avled samma år och året därpå köptes Long av Karlstad stad på auktion.

Karlstad använde gården som förläggning för arbetslösa män tills det såldes vidare 1938. Under det pågående andra världskriget, 1944, var slottet så nedgånget att den nya ägaren beslutade att riva det och sälja virket som ved. Longs slott var därmed ett minne blott och blev ett säteri. ●

Källa: Torp och gårdar mellan Lill-Emsen och Longsjön i Grums socken, del II (2004).



Färre obehöriga elever

Grums är tillsammans med Hagfors den kommun i länet som förbättrat sig mest när det gäller andelen elever med gymnasiebehörighet. Det visar Skolverkets statistik.

Förra året var antalet obehöriga grumselever 21,7 procent och i år är siffran 11,8 procent. Närmast en halvering av antalet obehöriga med andra ord, och detta trots skärpta intagningskrav. I Värmland som län är i genomsnitt 80 procent av eleverna behöriga till gymnasiet.

Foto: Bildarkivet.se

Swedbank var värd för andra frukostmötet

Cirka 35 företagare, politiker och tjänstemän var samlade hos Swedbank den 10 november för att lyssna på flera intressanta miniföreläsningar.

Helena Strandberg berättade om projektet Lärning 2.0. Ambitionen med projektet är att under de närmaste två åren erbjuda 700 ungdomar lärlingsutbildning hos värmländska arbetsgivare.

EvaLena Heinered och Susanne Nyberg Sundqvist pratade om att vara ambassadörer för kvinnors företagande. Jan Sundman som var värd för frukostmötet informerade om vad som är på gång hos Swedbank.

Nästa år kommer kommunen även att arrangera två lunchmöten tillsammans med Grumsföretagarna och affärsnätverket Julianorna under våren.

Fler behövs till POSOM-gruppen

POSOM är en förkortning av "psykiskt och socialt omhändertagande" och gruppen aktiveras vid stora olyckor och katastrofer, när vardagsresurserna är otillräckliga för händelsen. Verksamheten bedrivs i samarbete med Karlstad. Gruppen består av ett antal

stödpersoner och en ledningsgrupp. Nu behöver de bli fler.

Är du intresserad av att delta i POSOM-gruppen och beredd att genomgå en urvalsprocess med bl. a en intervju? Då kan du kontakta deras kontaktperson i Grums, Margaretha Rudner, på tel. 0555-422 61.

GOD JUL & GOTT NYTT ÅR



önskar Grums kommun

VÄRMLANDS BÄSTA SKOLMAT?!

I Skolmatens vänners undersökning om vad skolmaten kostar visar det sig att Grums kommun lägger mest pengar på skolmaten bland Värmlands kommuner.

Har vi då bäst mat kan man fråga sig? I priset för en skollunch ingår många olika delar förutom livsmedel. Det är kostnader för personal, lokaler, transporter, utrustning, arbetskläder, kemtekniskt material, avgifter till miljö- och hälsoskydd med mera. Det är svårt att veta om andra kommuner räknar med samma saker i sitt portionspris. Vad priset för portionen blir beror också på antalet kök, hur långa transporterna är och personaltätheten i verksamheten.

Lag styr upphandling

I vår kommun lagas maten till skola och barnomsorg (förutom till Borgviks förskola) i Jättestensköket. Inköp av livsmedel görs utifrån vårt livsmedelsavtal, där det för närvarande finns avtal med Servera, Dafgård, Lindströms bröd, Lindgrens frukt och grönt, Grön ko och Höije vedugnsbageri. Lagen om offentlig upphandling styr oss när vi upphandlar livsmedel och därför kan vi inte

köpa hur som helst. Men vi har försökt att få med några lokala producenter.

Bra alternativ

Vår målsättning är att laga så mycket som möjligt av maten från grunden. Vissa rätter som köttbullar, färsbiffar och stekt fisk är i dagsläget svårt att göra, men vi försöker hitta bra alternativ - som exempelvis köttfärs i form eller ugnstekta fisk - att ersätta dessa med.

Salladsbufféer görs i ordning på respektive skola/förskola. Dessutom kokas potatis, ris och pasta på plats i mottagningsköken för att uppnå bästa kvalitet. När maten transporteras ut till enheterna kör man fyra turer för att varmhållningstiden ska vara så kort som möjligt.

Synpunkter från matråd

Matsedeln ses över inför varje termin och matråd som består av elever och personal får lämna synpunkter på den. Vi har påbörjat ett arbete med att göra den mer klimatsmart, exempelvis att säsonganpassa grönsaker och rotfrukter, minska risanvändande och servera mer vegetariska rätter.



Foto: Heléne Grynfarb, Kentaroo Tryman.



I dag finns ofta möjlighet till alternativrätt på Jättestensskolan. Detta är något vi arbetar med och förhoppningen är att alla skolor ska få möjlighet till alternativrätt inom kort. ●

Eva Hamnebo, kostchef

Nu kan du fråga din energirådgivare direkt på nätet

Gå in på www.erad.se och klicka på "Fråga energirådgivaren". Skriv din fråga och få svar via mejl eller skriv in telefonnummer så kan vi ringa upp när det passar just dig. Telefonrådgivning har vi som vanligt tisdagar och onsdagar kl. 10.00-16.00 på telefon 0554-194 37.



Kulturpris till Oscar Magnusson för Sliperiet i Borgvik

Oscar Magnusson har belönats med NWT:s kulturpris 2011 för att han förvandlat Sliperiet i Borgvik till ett centrum för konst och musik. Prissumman på 25 000 kronor och ett diplom delades ut i november i samband med den värmländska bokmässan.

NY KARTTJÄNST PÅ GRUMS.SE

Nu finns en efterlängtat och helt ny publik karttjänst på kommunens webbplats grums.se. Med den kan du se var diverse kommunal service finns och mäta hur lång din joggingrunda verkligen är.

En ny webbaserad karttjänst har utvecklats under 2011 av kommunen i samarbete med Sweco Position. Du hittar den på grums.se via den blå menyn högst upp på startsidan, längst till höger. Viktiga intressepunkter i kommunen för turism, skola, äldreboenden finns med redan från start. Vi planerar även att redovisa lediga tomter och planområdesgränser.

Syftet är att göra det enkelt för dig som medborgare och företagare att med en snabb, informativ och överblickbar karta finna den information du behöver.

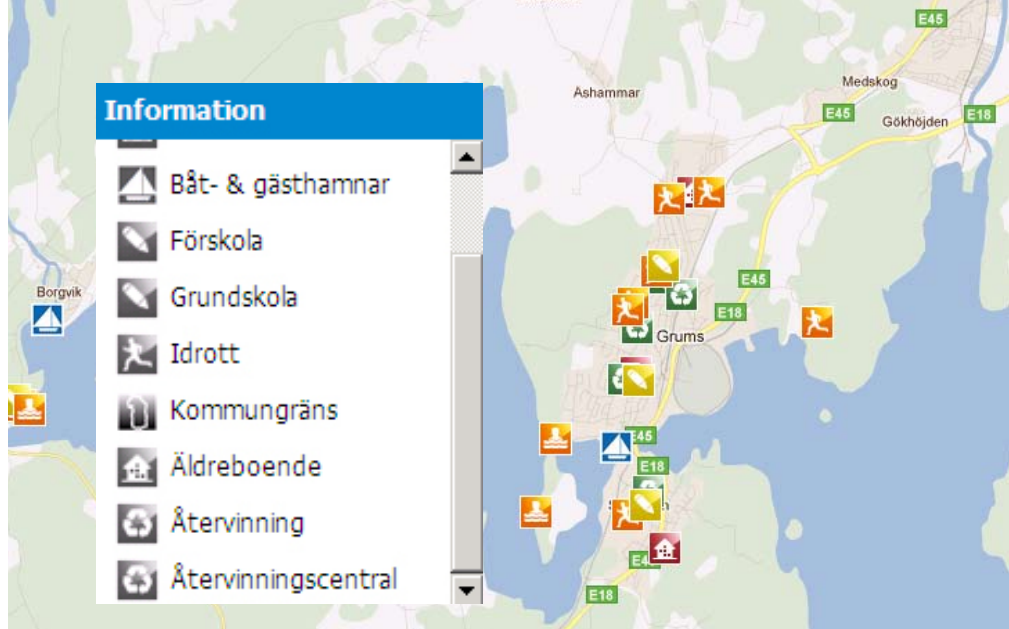
Exempel på informationsskikt till kartan, som kommunen arbetar dagligen, med är skolor, lekparkar, naturområden, återvinningsstationer och idrottsanläggningar.

Detaljplaner, lediga tomter, översiktsplan och annan ny infrastruktur är också viktig information som ska vara enkel att komma åt. Dessa exempel utgör ett axplock av alla de informationsskikt som finns inom kommunens verksamheter.

Så här fungerar kartan

Navigera och zooma

Du kan röra dig relativt fritt i kartan, både i sid- och höjdlid. Ett alternativ är att använda pilar och zoomreglage i kartfönstrets högra



nederkant. Du kan också "flytta" kartan med hjälp av musen (klicka och dra), men också zooma in och ut kartan med hjälp av musen. Detta via dubbelklick, mushjulet/scroll eller genom att hålla ner shifttangente och "rita" ett område som du vill zooma in till.

Söka

Du kan söka adresser i kartan genom att skriva början på gata. Sökningen startar automatiskt efter fyra tecken. Om ditt sökord består av tre eller färre tecken kan sökning aktiveras genom enter-tryck.

Exempel på sökord: Sökordet "Svea" ger till exempel träff på samtliga adresser på Sveagatan. Den adressplats du väljer i träfflistan blir sedan inzoomad och markerad med en kartnål i kartan.

Välj infoskikt - få en överblick

I karttjänsten hittar du olika informationsskikt, till exempel badplatser, förskolor, återvinningscentraler och idrottsanläggningar. Skikten tänds/släcks när du klickar på rubrikerna i menyn. Flera skikt kan vara aktiverade samtidigt.

Innehållet i ett aktiverat skikt visas i kartfönstret och du kan välja att få mer information om en specifik punkt genom att klicka på ikonerna.

Verktyg: mät avstånd och ytor

I karttjänsten finns en verktygs-menyer som hjälper dig att mäta avstånd och ytor. Här kan du till exempel på ett enkelt sätt ta reda på hur lång din joggingrunda verkligen är. Du kan mäta längd, yta (omkrets och area), ändra mätlinje och radera mätning. ●



FRÅN BLOGG TILL BOK

Victoria Andersson är uppvuxen i Grums, men är nu bosatt i Karlstad där hon går sista året på Karlstad idrottsgymnasiums ekonomiprogram. Som så många andra arton-åringar håller hon på för fullt med att ta körkort, fast hon gör också något som inte är lika vanligt: hon driver ett UF-företag (Ung Företagsamhet). Allt började med bloggen Frukostera där hon skriver om sina frukostar, och därifrån gick det till företagande och en egen bok.

När och varför startade du bloggen?

- Jag startade bloggen en tråkig kväll då jag inte hade något att göra. Jag ville komma på något nytt att blogga om, för jag hade redan en blogg som handlade om mitt liv, och började fundera på vad egentligen folk vill läsa om. Kanske är det inte alla som är intresserade av att jag åkte till Bergvik med en kompis idag? Tidigare under dagen hade jag tagit väldigt fina bilder på min helgfrukost och lagt upp på min dåvarande blogg, och det därför jag fick idén. En frukostblogg! Jag älskar ju frukost och att fota god mat, så det blir perfekt.

Så jag skapade en ny blogg, bredvid min gamla, som fick heta "Frukostera - en blogg om frukost helt enkelt!". Det var en vild chansning. Responsen blev enorm. Folk skrev om bloggen på sina bloggar, och på så sätt spreds den vidare och blev omtalad. Mitt stora "genombrott" blev när jag kom på förstasidan på Blogg.se för första gången - då steg statistiken



och hölls sedan stadig på cirka 300 unika besökare om dagen. Men varför jag startade bloggen? Jo, för att jag vill inspirera andra till att äta en god frukost, och samtidigt få fram att frukost är så mycket mer än en torr macka med skinka och ost.

Hur många besökare har den i dag?

- Nu är den uppe i cirka 1 000 unika besökare om dagen.

Vad läser du själv för bloggar?

- Mestadels matbloggar och hälsobloggar, men också en del modebloggar. Jag gillar även fotobloggar och älskar att hitta en riktigt bra blogg med vackra bilder - då kan jag sitta länge och bara få massor med inspiration.

Varför bloggar du om just frukost?

- För att det är ett roligt ämne som inte så många andra bloggar om. Jag kände i min förra blogg att jag lämnade ut lite för mycket av mig själv som person ibland. Jag skrev om mina dagar, åsikter och innersta tankar, tog kort i huset på mina vänner, familj, på släktkalas, fester osv. som jag sedan lade ut för allmänheten. Jag kände

att det blev för mycket till slut, men att jag ändå ville blogga om något. Jag ville även att min blogg skulle vara meningsfull för alla och inte bara för mig och mina nära och kära. Sen tycker jag att folk i allmänhet är ganska dåliga på att variera sin frukost. Med min blogg vill jag inspirera folk till att variera sig mer.

Berätta om din bok.

- Det är en riktigt fin bok som jag gjort helt och hållet själv. Allt från utformning, design och fotografering till recept och layout. Tanken med boken är att göra läsaren hungrig så att han/hon aldrig mer vill hoppa över frukosten. Den innehåller massor av påläggskombinationer som många kanske inte har tänkt på innan, pannkakor/plättar, gröt i alla dess former, davosgröt, stekt gröt, risifruitti, äggrätter, kesellblandningar och lättbakade bröd. Allt för att inspirera alla till att unna sig en god frukost! Ett plus i kanten är att alla recept i boken tar mellan 5-10 min att göra.

Har du någon favoritfrukost?

- Ja, jag har många favoritfrukostar. När jag har bråttom så är davosgröt det allra smidigaste och

godaste. Den görs av 1 dl havregryn och 2 dl yoghurt som fått svälla i kylskåpet över natten. Jag brukar blanda ner hallon, blåbär och rivet äpple eller mosad banan. Sen på morgonen är det bara att ta fram tallriken och slänga på lite nötter, sylt, en klick kesella eller vad man nu vill ha. Rena rama racerfrukosten som dessutom är väldigt god! Hemgjord risifruitti är också en riktig höjare och likaså microäggröra. När jag har lite mera tid så är havrescones och annat hembakt bröd en favorit.

Hur tycker du att det är att driva ett UF-företag?

- Det är jätteroligt. Man får verkligen en inblick i hur det är att driva ett företag. Det är även kul med alla tävlingar och mässor/event som kommer under året. Jag tror att de flesta som drivit ett UF-företag kommer att starta sitt eget företag någon gång i sitt liv.

Har du något tips till andra unga som vill starta företag?

- Tro på din idé och brinn för det du gör! Då kan man inte misslyckas, för med rätt inställning och attityd så är allt möjligt. Jag jobbar ständigt med nya projekt och kommer hela tiden på nya, ibland önskar jag att dygnet hade dubbelt så många timmar.

Vad har du för framtidsplaner?

- Jag har egentligen inga speciella planer för framtiden. Däremot har jag saker som jag skulle vilja göra - jag vill resa lite, kanske plugga, kanske flytta någon annanstans eller varför inte starta ett mysigt café? Framtiden kan faktiskt vara imorgon också. •

Några av Victorias frukostar

1. Vaniljyoghurt med honung/-kanelstekt äpple och havre toppad med hackad mandel.

2. Hemgjord risifruitti toppad med jordgubbar och hasselnötter + mackor med äggsmör och riven ost.
Hemgjord risifruitti: Rör ihop två delar yoghurt med en del kokt ris av valfri sort. *Äggsmör:* Mosa ihop 2 hårdkokta äggulor med 1 msk smör.

3. Kaneldavonsgröt toppad med nektarin och valnötter och till det oboykaffe. *Davonsgröt:* 1 dl havregryn och 2 dl yoghurt som fått svälla i kylskåpet över natten. Blanda i kanel efter smak. *Oboykaffe:* Blanda 50/50 kaffe och mjölk i en mugg och tillsätt oboypulver efter tycke och smak.

Fler frukostar kan du se på frukostera.blogg.se



Affärsnätverket Julianorna fick pengar till marknadsföring

Det ett år gamla Affärsnätverket Julianorna i Grums fick nyligen tillskott i kassan genom ett stipendium på 30 000 kronor från Alfastiftelsen. Pengarna ska finansiera marknadsföring för det fortsatta arbetet att synliggöra och stärka kvinnors företagande i Grums och närliggande orter.

- Vi är oerhört glada för det bidrag vi får från Alfastiftelsen genom Swedbank, säger Julianornas kassör Susanne Nyberg Sundqvist. Pengarna bidrar till att vi kan fortsätta vårt långsiktiga arbete med att bli starkare som nätverk. Vi har verkligen satt ner foten redan från start, men behöver extra medel för att kunna skapa webbplats, broschyrer, visitkort och annat profilmaterial. Bland våra trettio medlemmar och femtiotalet intresserade finns både företagare, kvinnor i ledande ställning och kvinnor som planerar att starta företag och det är viktigt att vi kan fortsätta vårt arbete.

- Vi tror på föreningen och ser att deras arbete gjort skillnad under det år de har varit aktiva, säger Jan Sundman på Swedbank i Grums. Ett företag har alltid två sidor, företaget och företagaren, där båda sidor kan utvecklas i samspel med banken och vara en

positiv kraft i lokalsamhället. Att stödja det lokala nätverket Julianorna känns extra roligt då både Swedbank och Julianorna verkar på samma marknad.

Meningen är att bidraget som delas ut från Swedbank och Alfastiftelsen till Affärsnätverket Julianorna inte bara ska lyfta föreningen. Det kommer också att ge genomslag i hela kommunen, och även i Vålberg.

- I höst har vi startat ett samarbete mellan Julianorna, Grums kommun och Grumsföretagarna där vi kommer att skapa mötesplatser, utbildningar, frukostmöten för alla företagare i kommunen, inte bara medlemmar, berättar Susanne Nyberg Sundqvist.

Grums kommun med sina 32,7 procent ligger i topp både i Värmland och i Sverige när det gäller andelen kvinnor som driver företag. De pengar Affärsnätverket Julianorna får är viktiga pengar för att marknadsföra föreningen och skapa en attitydförändring så att fler får veta att Grums är en brukskommun som bytt skepnad och idag är en företagarkommun. •



Jan Sundman, Swedbank, och Susanne Nyberg Sundqvist, Julianorna.

JJ
AFFÄRSNÄTVERKET
JULIANORNA

Vi lottar ut Victoria Anderssons bok!

Var med och tävla om ett exemplar av Victorias fina frukostbok. Skicka namn, adress och beskrivning av din bästa frukost till Grums kommun, Informationsfunktionen, 664 80 Grums eller mejla det till kommunstyrelse@grums.se för att vara med. Märk kuvertet eller mejlet med "Frukostera utlottning". Senast den 16 januari 2012 vill vi ha det. Vinnaren publiceras på grums.se och i GV-Nytt.



Livsmedelsverkets RÅD OM FISK

Fisk och skaldjur är rikt på vitaminer, mineraler och omega 3-fett. Därför är det bra att äta fisk och skaldjur ofta, gärna 2-3 gånger i veckan. Det är också bra att välja olika sorters fisk, och viktigt att veta vilken fisk som innehåller höga halter av miljöföroreningar.

Miljöföroreningar i fisk

En del fisksorter kan innehålla för mycket miljöföroreningar, som dioxiner, PCB:er och kvicksilver. Det är sorter som de flesta äter sällan, men som kan vara vanliga vid fritidsfiske. Man kan minska risken att få i sig skadliga ämnen genom att äta olika sorters fisk, och inte bara några få sorter. Vissa grupper är mer känsliga för miljöföroreningar – det gäller barn och kvinnor i barnafödande ålder. Därför finns särskilda råd för dem.

Dioxin och PCB finns främst i fet fisk som strömming, vildfångad lax (inte odlad) och öring från Östersjön, Vänern och Vättern, sik från Vänern och röding från Vättern. Den lax som säljs i affär är oftast odlad eller fångad i Atlanten eller Stilla havet.

Livsmedelsverkets undersökning av sik fiskad i Vänern visar att fisken innehåller så höga halter dioxin att den inte kan säljas till konsumenter enligt nuvarande lagstiftning. Det betyder att fisken kan beläggas med saluförbud, vilket innebär att sik och sikrom från Vänern försvinner från butikshyllor och restauranger.

Kvicksilver kan finnas i abborre, gädda, gös och lake och i stora rovfiskar som färsk tonfisk, svärdfisk, stor hälleflundra, haj och rocka. Tonfisk på burk tillhör en annan art än den som säljs färsk och innehåller inte höga halter av kvicksilver.

Barn, kvinnor i barnafödande ålder, gravida och ammande

För både barn och vuxna är det bra att äta fisk 2-3 gånger i veckan, och att välja olika sorter. Däremot rekommenderas barn, både flickor och pojkar, kvinnor i barnafödande ålder, gravida och ammande att inte äta fisk som kan innehålla höga halter dioxin och PCB oftare än 2-3 gånger per år.

Dioxin och PCB lagras i fettväven under flera år. Därför är det bra att utsättas för så lite dioxin och PCB som möjligt under uppväxten. När man är gravid eller ammar förs ämnena över till barnet via moderkakan och bröstmjölken, och kan påverka barnets utveckling.

Kvinnor som är eller försöker bli gravida eller som ammar bör även vara försiktiga med fisk som kan innehålla kvicksilver. Kvicksilver lagras i kroppen under några månaders tid och förs över till barnet via moderkakan och bröstmjölken. Därför bör man inte äta fisk som kan innehålla kvicksilver oftare än 2-3 gånger per år under tiden man försöker bli gravid, liksom under graviditet och amning.



Foto: Calle Bredberg

Det gäller abborre, gädda, gös och lake och stora rovfiskar som färsk tonfisk, svärdfisk, stor hälleflundra, haj och rocka.

Om du fiskar själv eller ofta äter egenfångad fisk

Abborre, gädda, gös och lake kan innehålla höga halter kvicksilver, men halten varierar mycket beroende på var fisken är fångad. Länsstyrelsen och kommunen har uppgifter om kvicksilverhalten i olika sjöar. Om du äter dessa fiskar oftare än en gång per vecka kan du få i dig kvicksilvermängder som på sikt kan skada din hälsa.

Strömming, vildfångad lax och öring från Östersjön, Vänern och Vättern, sik från Vänern och röding från Vättern kan alltså innehålla höga halter dioxin och PCB. Vuxna som äter dessa fiskar oftare än en gång per vecka kan få i sig för mycket dioxin och PCB som på sikt kan skada hälsan.

Det som sagt bra att variera med andra sorters fisk. ●

Gruppen för dig som vill söka dina rötter

Grums släktforskarförening Probanden bildades 1984 och hade cirka 60 medlemmar vid årsskiftet 2010/2011 då man blev en grupp under Värmlands släktforskarförening. Några av medlemmarna är yngre men de flesta är 55+. Gruppen ser gärna att man får fler och yngre medlemmar som intresserar sig för sina rötter. Det tycks dock som om det allmänna intresset för släktforskning har ökat i samband med tv-serien "Vem tror du att du är?".

Släktforskarhjälp

Varannan torsdag kl. 15.00-18.00 har man "släktforskarjour" på biblioteket i Grums och då är alla välkomna dit för att få tips och hjälp. På biblioteket finns datorer med databaser som Svar, Genline och Arkiv Digital.

De innehåller avfotograferade kyrkböcker, husförhör, födelse-

och dopböcker, vigselböcker och bouppteckningar. Dessutom har man tillgång till CD-skivorna "Sveriges döda 1901-2009" och "Sveriges befolkning" för olika decennier från 1880 och framåt.

- Det är ett otroligt källmaterial vi har, säger Elvy Hansson. Det är kostnadsfritt och man måste inte vara medlem för att använda det. Man bokar bara en plats vid datorn på biblioteket för att få tillgång till databaserna.

- För att komma igång behövs bara lite grunduppgifter att gå på, som namn, födelsedatum och helst även födelseplats, tillägger Eva Norström.

Svårtydd text

Det går att forska så långt tillbaka som till 1600-talet, ibland längre. När det gäller adel, präster och storbönder kan man komma

mycket långt tillbaka. Saker som försvårar är svårtydd text skriven i tysk stil och det kan hända att uppgifter saknas till exempel för att en kyrka har brunnit.

Gruppen har månadsmöten med olika aktiviteter, ibland med föreläsare utifrån, och deltar i Släktforskningens dag på biblioteket. Under våren ska en föreläsning, handla om att forska i fastigheter, det kan vara intressant om man exempelvis bor på en äldre gård att veta vilka som levt sina liv där tidigare. En annan föreläsning kommer att handla om hur man söker efter bouppteckningar och vad man finner i dem. ●

Kontaktperson:

Elvy Hansson
eb.hansson@telia.com
Tel. 0555-612 82



Eva Norström (vä) och Elvy Hansson tittar i databasen Genline. I bakgrunden ses ett släkträd som Eva gjorde inför en släkträff.

Vecka 1

Jullov

Vecka 2

Måndag: Jullov

Tisdag: Skeppartorsk, remoulad-sås, potatis

Onsdag: Pannkakor, sylt

Torsdag: Falukorv, makaroner

Fredag: Köttfärs i ugn, potatis, sås

Vecka 3

Måndag: Kyckling- och risgratäng

Tisdag: Kokt fisk, sås, potatis

Onsdag: Rotfruktssoppa, bröd

Torsdag: Köttfärssås, spaghetti

Fredag: Kasslerlåda, potatismos

Vecka 4

Måndag: Korv Stroganoff, ris

Tisdag: Fiskgratäng med purjolök och citron, potatis

Onsdag: Varm pastasallad med skinka

Torsdag: Grekisk färssbiff, potatismos

Fredag: Pitabröd med fyllning

Vecka 5

Måndag: Blodpudding/potatisbullar, lingonsylt

Tisdag: Kotletrad, sås, potatis

Onsdag: Kyckling, currysås, ris

Torsdag: Fisk á la Kil, kall sås, potatismos

Fredag: Köttfärssoppa, bröd

Vecka 6

Måndag: Pasta, skinksås

Tisdag: Dillstuvade fiskbullar, potatis

Onsdag: Chili con carne, ris

Torsdag: Lov

Fredag: Köttgryta Surprise, potatis

Vecka 7

Måndag: Grillkorv, potatismos

Tisdag: Stekt fisk Louisiana, sås, potatis

Onsdag: Linsoppa, bröd

Torsdag: Biff Stroganoff, ris

Fredag: Tacobuffé

Vecka 8

Måndag: Kebab, sås, ris

Tisdag: Schnitzel, sås, potatis

Onsdag: Köttbullepytt, rödbetor

Torsdag: Mariettes fiskgratäng, potatismos

Fredag: Falukorv, makaroner

Vecka 9

Sportlov

Vecka 10

Önskevecka

Med reservation för ev. ändringar



EVENEMANG



EVENEMANG



EVENEMANG



DECEMBER

03 - 18 Grums konstförening

Louise Olsson, glaskonstnär.

Tor-fre 16.00-20.00, lör-sön 12.00-16.00.

Vernissage 3/12 12.00-16.00.

17 Traditionell julkonsert på Accentus vis

Eds kyrka kl. 17.00. Kören Accentus.

Sångsolist: Ingmar Månsson Fiol: Alf Olsson.

18 Julkonsert

Grums kyrkokör, Eternella och Gruvöns musikkår.

Solister. Grums kyrka kl. 15.00 och 18.00.

21 Korsordscafé på biblioteket

Lös dina korsord tillsammans med andra.

Vi bjuder på fika. Grums bibliotek kl. 14.00-15.00.

28 Korsordscafé på biblioteket

31 Nyårskonsert

Sångsolist: Ingemar Månsson Grums kyrka kl. 16.00.

JANUARI

04 Korsordscafé på biblioteket

11 Korsordscafé på biblioteket

18 Korsordscafé på biblioteket

25 Korsordscafé på biblioteket

25 Ödet viljan och döden

Ett fascinerande perspektiv på tillvaron. Föredrag av Keeron Ögren filosof, etnolog och författare. Grums bibliotek kl. 19.00. Pris: 20 kr.

29 Du är inte ensam

Granny Kuppträder i Solbergskyrkan kl. 16.00.

Servering.

FEBRUARI

22 Kärlek och fruktbarhet

Vi ser på vår tids relationshysteri i ljuset av gamla tankesätt. Föredrag av Keeron Ögren filosof, etnolog och författare. Grums bibliotek kl. 19.00. Pris: 20 kr.

| | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|-------------------------|---|---------------------------|-----------|-------------------------|----------------------------|------------------------------|----------------------------|--------------|-----------------------|-----------|-----------------------------|--------------|
| | HÄR SPELAR BLÅTOMT-ARNA | ↓ | | GARVAD | SLALOM-BACKE | SPANKU-LERA | DRIV-ANDE JAKT-HUND | ↓ | FIRAS 11 MAJ | MAGNUS ERIC-SSON | ↓ | LOKAL JAZZSANGERSKA KAKADUA | |
| | I OLIKA RÖST-LÄGEN | | | | | | | | | | | PLAN PÅ ÖVRE PLAN | |
| | FÄGEL-FAMILJ | | | | | | | | JAGET | | | | |
| | → | | | | | | | | ↓ | SOM ETT KANSKE VINKEN | | ↳ | |
| | VÅDER-STRECK | | | RIKT-NING | | | EN HALV AUTOGRAF @ I LON-DON | | | | | | KÄLLES GEMÅL |
| | SKALDA | | | | | | | FRI-BRY-TARE HASSE I RUTAN | | | | | KARTBOK |
| ORT I SÖDER | | | AV-SLÖ-JADE FN UTOM-LANDS | | | | | | | | | | |
| OBE-TYDLIG | ↓ | | VÅSEN | ↓ | FINN-BASTU | | | SKÅR UT MÖRDEGS-LEKTION | | | | | |
| SJÖ I VÄRM-SKOG | | | | | | | KVINNO-NAMN | RAMEL ÄR SOFF-POTATIS | | | | I RING GÄLLANDE VARU-MÄRKE | |
| SVÄV-ANDE | ↳ | | | | | REKLAMÄRE | | | | | | DRYCKES-KÄRLET | |
| ↳ | | ↓ | ULLA ALM-GREN | | SVASSA RUNT STOR FLOD | | | | IN-MUND-IGA | | | | |
| FÄR DE SOM STÅR ÖVERST | | | | | | | | | | TEXTMED-DELANDE | | | |
| | PRIS | | | | | | | | | | | | |
| VILDA VÄSTERN BAR | | | | | | KRÄNGEL | | | SKRUVAR | | ↓ | AMERIKA | |
| FÖRE-TAGAR-NÄTVERK FÖR KVINNOR | | | KAJARM | ↳ | | SORT | | | SKRIK | | | KRAFT | |
| ↳ | | ↓ | MITT I ALKA OCH ÖPPNAT | → | SOM RIKT-NING HALV ELVA | KAN HON HETA I LONDON 2012 | ↓ | ORÖRT GRÖN-OMRÅDE | | ↳ | | | |
| | | | | | | | ↓ | AR-BETA MED ÅRORNA | | | UPP-RÖRDA | | |
| DANS-BANA | | | | | | | | | | | | ↳ | |

Konstruktör: Oxudde Media

Lös orden i de blå rutorna. Vi lottar ut ett exemplar av Sven Kullanders bok "Värmarnas land" bland de som skickar in korrekt lösning.

För att delta, skicka svaret till Grums kommun, Informationsfunktionen, 664 80 GRUMS eller e-posta till kommunstyrelse@grums.se och märk kuvertet eller mejlet med "Korsord Vårt Grums".

Lösning: _____

Namn: _____

Gatuadress: _____

Postadress: _____

Svaret vill vi ha senast den 16 januari 2012. Vinnaren publiceras på grums.se och i GV-Nytt.