

Nä Erums

Robin Sohlberg
trivs på hemmaplan:
*"Vill aldrig glömma
var det började"*



Tillitsbyrån ger framtidstro



Höstens svampfavoriter



Korvkurs på Nyängen

PROVA-PÅ-KUPONG
15% RABATT

VILDMARKEN
SKYTTE- & EVENTCENTER

Gäller en (1) valfri hundmatssäck från Carrier på Vildmarken Skytte- & Eventcenter, Åshäcksvägen 3, Grums. Giltig t.o.m. 31 oktober 2025. Kan ej kombineras med andra kuponger eller erbjudanden.



BORGVIKS GÅRD

UPPLEV JULENS MAGI

PÅ MATBRUKET BORGVIKS GÅRD

26 NOV-19 DEC

UPPLEV JULENS MAGI PÅ MATBRUKET BORGVIKS
GÅRD I DEN MEST FÖRTROLLANDE LANTLIGA
KULISSEN VÄNTAR EN JULMENY OM SJU
SERVERINGAR PÅ DIG OCH DITT SÄLLSKAP.

Oavsett om du planerar ett intimt familjefirande, en hjärtlig
företagsjulfest eller en minnesvärd träff med vänner, har vi strävat
efter att skapa den perfekta inramningen för din julglädje.

För större sällskap är det möjligt att boka alla dagar i veckan mellan
26 november och 19 december. Hör av er till oss via info@matbruket.se
eller telefon på 0731- 54 54 90.

LÄS MER PÅ VÅR HEMSIDA WWW.BORGVIKSGARD.SE • HERRGÅRDSVÄGEN, BORGVIK

Söker du bostad
eller lokal? Vi hjälper
dig att hitta rätt!

Kontakta oss via:

☎ 0555-422 80

✉ grumshyresbostader@grums.se

🌐 www.grumshyresbostaderab.se



Följ nybyggnationen
på Järpegatan!

Läs byggbloggen på vår hemsida och se hur det nya
särskilda boendet växer fram på Järpegatan.



grumshyresbostaderab.se/nybyggnation



Illustrationsbild: Tengbom

Spara tusentals
kronor med din nya
luftvärmepump!

Välkommen hem till
ELON Richardsons!

Carl-Johan Hassel



Passa på!
Rotavdraget ger
dig 50% på
installationen

SVEA

Just nu!
**24 mån
räntefritt**

Exempel på effektiv ränta vid köp på 12 000 kr, löptid 24 månader.
0 % ränta, uppläggningsavgift 579 kr, administrationsavgift 45 kr,
effektiv ränta 14,16 %, månadskostnad 545 kr, totalt att betala
13 659 kr. För fullständiga villkor besök: svea.com/kontovillkor

FÖRSÄLNING • INSTALLATION • SERVICE

CANVAC
Luftvärmepump
Q Heat 5220 -E1

17 990:-

795:- i 24 mån*

- ☑ Värmer, koler och renar inomhusluften
 - ☑ Intelligent eye justerar temperatur, intensitet och riktning på luftflödet
 - ☑ Fjärrstyrning via mobilapp
- Art nr 122575



REK. YTA 35-170 M²

WIFI
5 ÅRS GARANTI
5,3/9,2
SCOP/SEER
7,0/4,2 kW
Max värme-/
kylkapacitet
21-43 dBa
Ljudnivå inne

**2000:-
CASHBACK**

A+++

A+++

CANVAC
Avfuktare CAF2201V

3 290:-

182:- i 24 mån*

- ☑ Rekommenderad yta: 37-52 m²
 - ☑ Avfuktningskapacitet: 20 liter/dygn
 - ☑ Helautomatisk
- Art nr 117014



Smidig
och lätt att
flytta!

eLON
RICHARDSONS

Grums 0555-121 31
Karlstad 054-18 06 00
Arvika 0570-153 00
Säffle 0533-171 10
elonrichardsons.se

Framtidstro i Grums

Med Nära Grums vill vi synliggöra lokala initiativ, eldsjälar, företagare, sport, kultur, föreningsliv och allt annat som bidrar till ett levande samhälle. Vi vill helt enkelt lyfta det lokala – stort som smått – och vi vill göra det i samarbete med er där ute i stugorna.

I kölvattnet av mindre smickrande rankinglistor och TV-reportage så startades pilotprojektet Tillitsbyrå i Grums. Fem år har gått och slutrapporten visar att förutsättningarna och måendet numera är på en helt annan plats, en betydligt bättre sådan. I det här numret träffade vi processledaren David Freundt som berättade mer om det spännande men ack så komplexa projektet som redan rönt intresse hos andra kommuner.

Strax innan sin medverkan på Borgviks Hamnfest så kom även artisten Robin Sohlberg förbi studion för att prata om Idol-bubblan, skapandeprocessen, vikten att behålla den familjära känslan. Under besöket var han dessutom bjussig nog att framföra sin första egenskrivna komposition, Rattlesnake.

Dessutom innehåller numret samhällsinformation och nyheter. I det här numret kan ni bland annat läsa om höstens sagostunder och högläsning som väntar på Grums bibliotek. Hösten till ära så blir det även svamptips – och en intervju gällande en ny Hålsokurs!

Som vanligt bjuder vi även på goda recept, kalender, korsord och fler möten med duktiga människor som bidrar till en levande region.

Vad passar bättre än en mustig gryta nu när hösten kryper sig på? I Viltköket har Therese Tillman tagit sig an klassikern boeuf bourguignon, men här med kronhjort i huvudrollen. Dessutom blir det som vanligt, evenemangskalender, korsord och fler möten med duktiga människor som bidrar till en levande region.

Trevlig läsning önskar vi på redaktionen!



Magnus S.
Chefredaktör

magnus@naragrums.se
0761-845 075



Staffan J.
Projektledning

staffan@naragrums.se
0738-350 768



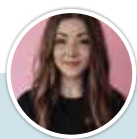
Kim R. S.
Layout

kim@naragrums.se
070-777 74 90



Sophie T.
Annonsering

sophie@naragrums.se
0730-880 145



Therese T.
Mat & recept

therese@naragrums.se
010-459 90 13

Även på nätet!
naragrums.se



Din nya lokaltidning!

Nära Grums är en ny månadstidning som samlar det bästa från Grums, Vålberg och orterna runt omkring.

Vi lyfter fram lokala initiativ, företag, kultur, föreningsliv och människor som bidrar till att vår kommun är en plats att vara stolt över. Med tips, reportage, intervjuer och nyttig information vill vi skapa en tidning som engagerar – en tidning man faktiskt läser. Nära Grums kommer ut en gång i månaden, delas ut gratis till hushåll i närområdet och finns även att hämta på strategiska platser i kommunen.



I brevlådan i Grums med omnejd

Du behöver inte leta efter Nära Grums – vi kommer direkt hem till dig. Tidningen delas ut gratis till hushåll i Grums, Borgvik, Värmskog, Segmon och andra delar av kommunen, men även delar av Karlstad däribland Vålberg, Edsvala och Segerstad. Oavsett om du bor i villa, radhus, lägenhet eller på en gård ute på landet, vill vi att du ska känna igen dig i innehållet. Även företag och organisationer får tidningen.

Här får du ett varierat och levande innehåll – reportage, notiser, bilder och tips – med fokus på vår plats, våra människor och våra möjligheter. Vi tror att lokal journalistik gör skillnad, och att en tryckt tidning fortfarande har en självklar plats i våra hem.

Varför *Nära Grums*?

I Nära Grums vill vi lyfta fram det som gör vår bygd levande; människorna, företagen, föreningarna och allt det som händer här i närheten. Smått och stort, väntat och oväntat.

Vi heter Nära Grums eftersom vi fokuserar på just det – det som är nära. Nära geografiskt, men också nära i känsla. Tidningen är fristående och oberoende, men görs i samarbete med dem som känner bygden bäst: de som bor och verkar här.

Nära Grums

Vildmarken Nyängen AB / Nära Grums Telefon: 010-459 90 11
E-post: redaktion@naragrums.se Besöksadress: Åsbäcksvägen 3, Grums
Ansvarig utgivare: Staffan Johansson
Tryckt av: Exakta Print AB. Distributionspartner: NWT Direkt

VI KAN MÅLNING!

Vi hjälper er med allt inom måleri.
Kontakta oss för kostnadsfri offert!

Grums Måleri

DAVID
070-419 42 92

JESSICA
070-811 87 43

www.grumsmaleri.se

21 SEPTEMBER
Gudstjänst
KROKSERUDS MISSIONSHUS
Gudstjänst kl. 18.00. Medverkar gör Henrik Olsson.

23 SEPTEMBER
Caféträff
SOLBERGSGÅRDEN
Kl. 10.00. Vikenpojkarna spelar och sjunger gamla godingar.

23 SEPTEMBER
Taizégudstjänst
SOLBERGSKYRKAN
Kl. 17.00.

23 SEPTEMBER
Riacafé
SOLBERGSGÅRDEN
Kl. 18.00. Musikquiz med Stefan Malmgren & Alexander Eriksson.

24 SEPTEMBER
Caféträff
SEGMONS FOLKETS HUS
Kl. 10.00. Kaffe med dopp i gemenskap.

25 SEPTEMBER
Sopplunch
VÄRMSKOGS SOCKENSTUGA
Musikbörken underhåller.

26 SEPTEMBER – 24 OKTOBER (FREDAGAR)
Viltkökets fredagslunch
VILDMARKEN SKYTTE & EVENTCENTER, GRUMS
Starta helgen med viltinspirerad lunch. Serveras ca kl. 11.30–15.30.

26 SEPTEMBER
Fjellrev
NÖJESFABRIKEN, KARLSTAD
Energifylld kväll på Nöjes innergård/ konsertscen.

26 SEPTEMBER
Musikquiz på Matbruket
BORGVIKSGÅRD, BORGVIK
Fredagsmys med klurigt quiz och mat från Matbruket.

27 SEPTEMBER
Hjelle & Ormarna + Lilla Krogen Band
NÖJESFABRIKEN, KARLSTAD
Två akter – en kväll. Livemusik och bra stämning.

30 SEPTEMBER
Taizémässa
SOLBERGSKYRKAN
Kl. 17.00.

30 SEPTEMBER
Riacafé
SOLBERGSGÅRDEN
Kl. 18.00.

1 OKTOBER
EdsvallaLive: Pink Cadillac Band
EDSVALLA FOLKETS HUS, EDSVALLA
Liveseriens startskott med klassisk rock'n'roll.

2 OKTOBER
Caféträff
TORGET I SLOTTSTRON
Kl. 10.00. Kaffe med dopp i gemenskap.

3 OKTOBER
The Hellcopters + Spiders
NÖJESFABRIKEN, KARLSTAD
Högoktanig rockkväll i Karlstad.

3, 4, 12, 17, 18, 24, 25, 26, 29 OCH 30 OKTOBER
Matilda – musikalen
SÄFFLEOPERAN, SÄFFLE
SäffleOperans stora höstsatsning – familjefavoriten Matilda. Kl. 19.00.

3–5 OKTOBER
Arvikamårten
ARVIKA CENTRUM, ARVIKA
Traditionell höstmarknad och tivoli hela helgen.

4 OKTOBER
Upplevelsemässan GALEJ!
NÖJESFABRIKEN, KARLSTAD
Mässa med aktiviteter, provsmak och upplevelser.

4 OKTOBER
Kalabalik i fabriken
KARLSTAD CCC, KARLSTAD
Ny komediföreställning – "höstens stora skratifest". Kl. 16.00.

4 OKTOBER
Korvkurs – Lär dig göra egen korv
VILDMARKEN, GRUMS
Praktisk kurs där vi stoppar egen korv, går igenom hygien/temperaturer och provsmakar.

5 OKTOBER
Gudstjänst
GRUMS KYRKA
Kl. 11.00.

5 OKTOBER
Högmässa på finska
SOLBERGSKYRKAN
Kl. 14.00. Kyrkkaffe.

5 OKTOBER
Gudstjänst
VÄRMSKOGS KYRKA
Kl. 15.00.

5 OKTOBER
Gudstjänst
GRUMS MISSIONSKYRKA
Kl. 18.00. Medverkar gör Anna Gustafsson.

5 OKTOBER
Brit Floyd – Wish You Were Here 50th Anniversary
KARLSTAD CCC, KARLSTAD
Världens största Pink Floyd-hyllning. Kl. 19.30.

7 OKTOBER
Caféträff
SOLBERGSGÅRDEN
Kl. 10.00. Samtal: "Natur & trädgård i Brittssommartid" med Lena Nihlzon.

7 OKTOBER
Taizégudstjänst
SOLBERGSKYRKAN
Kl. 17.00.

7 OKTOBER
Riacafé
SOLBERGSGÅRDEN
Kl. 18.00. STIMM sjunger och spelar.

8 OKTOBER
Caféträff
SEGMONS FOLKETS HUS
Kl. 10.00. Hösttoner med Duon TASE.

9 OKTOBER
Schuberts fjärde symfoni
KARLSTAD CCC, KARLSTAD
Kammarmusik + symfoni – en kväll för stråkar och Schubert. Kl. 18.00.

10 OKTOBER
Oktoberfest
NÖJESFABRIKEN, KARLSTAD
Lederhosen, brass och bratwurst – feststämning på Nöjes.

11 OKTOBER
Höstdans med inslag av nostalgi – Double Trouble Linedancers
GRUVAN, GRUMS
Danskväll med DJ Christer Vasiliou. Kl. 13.00–16.30. Medtag egen fika/mat. Medlemmar gratis, övriga 75 kr.

11 OKTOBER
Tjuvjakt
NÖJESFABRIKEN, KARLSTAD
Rapkollektivet intar Karlstad.

11 OKTOBER
Oktoberfest
OLSSONS BRYGGA, ARVIKA
Oktoberfest vid vattnet – öl, musik och gemyt.

12 OKTOBER
Skördemässa
EDS KYRKA
Kl. 11.00. Sångsolist Kristina Lövgren.

12 OKTOBER
Gosedjursgudstjänst
BORGVIKS KYRKA
Kl. 15.00. Kören Exaudi.

12 OKTOBER
Ola Aurell: "Herr Aurells nästan lämpliga sånger"
RITZ, ARVIKA
Vis- och humorföreställning. Kl. 18.00.

14 OKTOBER
Författarsamtal: Malin Haawind
ARVIKA BIBLIOTEK, ARVIKA
Möte med författaren – samtal och signering. Kl. 18.00.

14 OKTOBER
Taizémässa
SOLBERGSKYRKAN
Kl. 17.00.

14 OKTOBER
Riacafé
SOLBERGSGÅRDEN
Kl. 18.00.

16 OKTOBER
Caféträff
TORGET I SLOTTSTRON
Kl. 10.00. Vissångare Ragnar Nordenstig spelar och sjunger.

16 OKTOBER
Al Pitcher – "Tid för skratt"
KARLSTAD CCC, KARLSTAD
Publikfavoriten är tillbaka – klassisk standup. Kl. 19.30.

16 OKTOBER
Dark Tranquillity + Bloodstain
NÖJESFABRIKEN, KARLSTAD
Melodiskt metalt paket på stora scenen.

18 OKTOBER
Minnesluckor – Jan Rippe & Per Fritzell
KARLSTAD CCC, KARLSTAD
Humorshow med klassiker och nya nummer. Kl. 19.00.

18 OKTOBER
Augustisnö
RITZ, ARVIKA
Teaterkväll med Arvika Teaterförening. Kl. 19.00.

19 OKTOBER
Musikgudstjänst
VÄRMSKOGS KYRKA
Kl. 15.00. Medverkar kören 45:an.

19 OKTOBER
Viktor Norén & Linus Wahlgren
KARLSTAD CCC, KARLSTAD
Musikalkväll med två publikfavoriter. Kl. 19.00.

21 OKTOBER
Caféträff
SOLBERGSGÅRDEN
Kl. 10.00. Björn Andersson & Thomas Ahlbäck, i toner och ord.

21 OKTOBER
Taizégudstjänst
SOLBERGSKYRKAN
Kl. 17.00.

21 OKTOBER
Riacafé
SOLBERGSGÅRDEN
Kl. 18.00. Rune Blidh underhåller.

22 OKTOBER
Caféträff
SEGMONS FOLKETS HUS
Kl. 10.00. Gruppen Stasello underhåller.

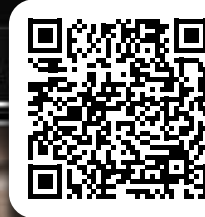
24 OKTOBER – 2 NOVEMBER
Ljus & Kultur i Borgvik (preliminärt)
BORGVIK
Upplysta miljöer, promenader och aktiviteter under höstlovet.

25 OKTOBER
Konsert
EDS KYRKA
Kl. 18.00. "Evergreens – sånger vi glömt att vi minns". Kören Accentus med solist Charlotta Birgersson samt Slottsbrons musikkår.

27 OKTOBER
Författarbesök: Michael Wiander
ARVIKA BIBLIOTEK, ARVIKA
Familjevänligt författarmöte. Kl. 14.00–16.00.

Från bottenplacering till framtidstro – *Tillitsbyrån gör skillnad*

2013 rankades Grums som Sveriges sämsta kommun att bo i. Två år senare förstärktes den negativa bilden efter att Uppdrag granskning varit på besök. Men efter år av negativa rubriker har Grums vänt utvecklingen. Genom pilotprojektet Tillitsbyrån har kommunen hittat nya arbetssätt som nu permererats – med mätbara resultat och stärkt framtidstro.



– När programmet sändes blev jag provocerad. Men i dag kan jag nästan vara tacksam – det födde ett "vi" och viljan att göra mer av det som faktiskt fungerar, säger processledaren David när han gästar podcasten.

Efter reportaget gjordes en omfattande kartläggning. Den visade höga siffror inom arbetslöshet, sjukskrivningar och ohälsa – särskilt bland kvinnor 20–49 år och män 16–29 år. Men enbart siffror räckte inte och därför intervjuades människorna bakom statistiken. Ett namn återkom ofta: "Mona", en handläggare på arbetsmarknadsenheten.

– Hon byggde starka relationer och klev utanför den stela myndighetsrollen. Vi insåg att vi inte kunde kлона henne, men vi kunde kлона hennes arbetssätt, säger David.

2020 drog pilotprojektet Tillitsbyrån i gång. David berättar att ett av de första förbättringsområdena var kommunikationen mellan arbetsmarknadsenheten och socialtjänstens

ekonomiska bistånd. Ett år efter förändringarna nämnde ingen deltagare längre kommunikationen som ett problem. Kommunen har också sänkt trösklarna: invånare kan lämna egenremiss till AME, få fem kostnadsfria samtal med psykiatrisjuksköterska och nå öppenvården för beroende utan krångliga beslut. För att följa välbefinnande används ibland KASAM (känsla av sammanhang). På introduktionsprogrammet har elever gått från låg känsla av sammanhang till normal nivå under ett läsår.

– Små saker, som att åka buss eller beställa mat, kan bli avgörande vändpunkter för en ung människa, säger David och ger ett exempel på hur en kopp kaffe i Karlstad blev en vändpunkt för en person.

Mätbara förbättringar

Slutrapporten visar på tydliga resultat. David berättar att självmordstalen har gått ned och nu ligger i linje med

Värmland. Under 2024 låg Grums bland de 20 procent bästa i landet vad gäller gymnasiebehörighet i årskurs 9, och 86 procent tog fullständiga gymnasiebetyg. Dessutom har kommunrankningen förbättrats från plats 290 år 2013 till plats 59 i dag.

Tillitsbyrån blir nu en del av den permanenta verksamheten – och innan vi skils åt får David frågan om vad projektet betytt för honom på ett personligt plan.

– Jag är född och uppvuxen i Grums. Jag vill att Grums ska vara en riktigt bra plats för mina barn att växa upp på. Att få jobba med det här har varit, och är, otroligt viktigt för mig.

Vill du höra hela samtalet med David?
Skanna QR-koden ovan för att lyssna på podcasten.

Din pålitliga partner för golv, badrum och parkett!

Grums Golvttjänst

079-315 99 25



Välkomna!
Nu har vi öppnat vår
keramikstudio i Grums.



Upptäck skaparglädjen i vår studio
tillsammans med andra.

Koppla av
och utforska din kunskap & kreativitet
på våra kurser, workshops & företagsevent.

KONTAKT & BOKNINGAR  www.tegelluddenskeramik.se
 070 - 0059 356
 [tegelluddens_keramik](https://www.instagram.com/tegelluddens_keramik)  [tegelluddens_keramik](https://www.facebook.com/tegelluddens_keramik)



Therese och Cissi står redo att hjälpa deltagarna.

Viltköket bjuder in till korvkurs: "Chans att göra viltkorv från grunden"

I Viltköket på Vildmarken Skytte- och Eventcenter i Grums händer det ständigt nya saker – och i höst är det dags för en helt ny matupplevelse. Lördagen den 4 oktober arrangeras nämligen en kurs i viltkorv, där deltagarna får följa hela processen från färs till färdig grillad korv. Bakom initiativet står köksmästare Therese Tillman, tillsammans med Rickard Örnborg och Cissi Jansson.

– Vi ville skapa något som är både lärorikt och riktigt roligt. Korv är något de flesta äter, men här får man chansen att göra sin egen viltkorv från grunden, krydda efter eget tycke och ta med sig hem, säger Therese Tillman.

Kursen är upplagd som ett helhetsäventyr i Viltkökets lokaler. Deltagarna får prova på allt från att blanda viltfärs och lära sig om olika sorters fett som man kan ha i korv, lära sig om olika ingredienser och fylla och knyta korv. Därefter får man provsteka ute på muurikkan och slutligen vakuumförpacka de viltkorvar man gjort under dagen.

Under kursen ingår också en genomgång av hjälpmedel och maskiner som kan underlätta framtida egentillverkning hemma i det egna köket, bland annat utrustning från Finnvacuum.

– Dessutom pratar vi om olika alternativ för rökning av korv, vad som krävs och hur smaken påverkas.

– Vi har lagt upp kursen så att man får känna, smaka och lära sig genom att göra, säger Therese och tillägger att dagen avrundas med en gemensam summering och tips på hur deltagarna kan fortsätta hemma.

Att kursen hålls just på Viltköket är ingen slump. Här finns både platsen, råvarorna och engagemanget som gör upplevelsen komplett. Viltköket är en del av Vildmarkens unika miljö, där jakt,

mat och gemenskap går hand i hand.

– För oss är Viltköket mer än en restaurang, förklarar Therese.

Hon tillägger:

– Det är en mötesplats där vi kan förädla det vilda, inspirera varandra och skapa minnen tillsammans.

För vem passar kursen?

– Kursen passar alla som gillar mat. Det krävs inga förkunskaper, bara nyfikenhet och ett intresse för vilt och hantverket bakom en riktigt bra korv, säger Therese som ser kursen som en perfekt aktivitet för vänner, par eller kollegor som vill göra något annorlunda tillsammans.

Begränsat antal platser

Kursen hålls den 4 oktober kl. 12.30–17.00 på Vildmarken/Viltköket. Deltagaravgiften är 1 295 kr per person, och man får självklart med sig de viltkorvar man gör hem. Alla deltagare får också ett eget recepthäfte, och en t-shirt som minne från dagen.

Antalet platser är begränsat till tolv personer, och redan nu märks ett stort intresse.

Anmäl dig till viltkoket@vildmarken.se. Först till kvarn gäller!



Vägbeskrivning

Välkommen till Assesons möbler i Säffle

Utsedda till Årets Företagare i Säffle 2025

700 kvm
med massor
möbler!

Bellus Nordic Beds

Continental 20

Ge ditt sovrum en lyxig uppgradering med Continental C20 – ett komplett paket där huvudgavel 180 cm, continentalmadrass 180×200 cm och förvaringsbänk ingår.

- Vändbar madrass – två fastheter i en.
- 5-zons pocketfjädring för jämnt stöd.
- Välj mellan fyra fastheter: extra fast, fast, medium eller mjuk.
- Finns i flera storlekar: 120–180 cm bred, 200/210 cm lång.
- Många färger att välja bland för att passa ditt sovrum.

Med förstklassiga material, tidlös design och exceptionell hållbarhet är Continental C20 både ett stilfullt och pålitligt val för en god natts sömn.



Paketpris
fr. 29.999:-
rek. fr. 34.124:-

Höstkampanj! -15% på allt från och ROWICO

Vi har minst
25 soffmodeller
i butiken!

Vi har mängder av olika modeller,
i tyg eller läder som soffgrupp,
hörnsoffa eller byggbara.

15%

SÖNDAGSÖPPET 12-16

Stamvägen 4, Säffle • 072-251 04 99 • Öppettider: Mån-fre 10–18, lör 11–14, sön 12–16



Robin Sohlberg trivs på hemmaplan: *”Vill aldrig glömma var det började”*

Arvikasonen Robin Sohlberg blev en publikfavorit när han klev in på Idol-audition förra året. Med sin gitarr och avslappnade framtoning charmade han både juryn och tv-publiken. Numera kombinerar han pappaledighet med musikskapande i den nya hemmastudion.

– **Pappaledigheten är helt underbar.** Jag har varit hemma i fyra månader och det känns som jag tar igen det jag missade tidigare, säger han när han gästar podcaststudion.

När Robin anländer så gör han det med sin mamma, sambo samt ettåriga sonen som storögt tittar sig omkring inne i den för dagen ovanligt stora studion – till vardags skjutbion – med en rullande älgfilm på i bakgrunden. Robin berättar att han tycker det är roligt att få vara med på resan med mängder av intryck och motorik som pappaledigheten innebär.

– Det behöver inte vara komplicerat. Slå in leksaker i aluminiumfolie, måla med vatten på färgglatt papper eller låt barnet plocka ur och lägga i saker i lådor. Det är bara fantasin som sätter stopp.

Att familjen ligger honom väldigt nära är tydligt – och det avspeglar sig även i svaret när han får frågan om vem som är hans förebild.

– Luke Combs är en ganska stor förebild för han är väldigt

noga med att integrera familjelivet i sin musikproduktion. Så det är lite dit vill jag komma, att även om jag skulle bli som han känd över hela världen så vill jag aldrig glömma var det började och att jag har familj.

Robin plockade upp gitarren redan vid åtta års ålder, inspirerad av en kusin som spelade Sweet Home Alabama. Efter två år på musikskolan började han i stället lära sig själv, mycket via gehör och YouTube.

– Under tonåren hängde vi på ungdomsgården i Arvika nästan varje dag. Jag och flera vänner repade i källaren och spelade för att det var kul.

Sjungit hade han däremot ingen större lust till, i alla fall inte förrän han medverkade på en 50-årsfest där han tog ton – och fick oväntat mycket beröm.

– Det var det många som sa att det lät bra och då började jag sjunga lite mer för mig själv.

Träna på jobbet

Sången blev en större del av hans musik. Dessutom skulle det visa sig att hans jobb som ställningsbyggare gav utmärkta möjligheter att träna på just det.

– Ja, det var ju ganska smidigt för då hade jag kåporna på mig, och musik i dem, och så gick jag runt och sjöng med.
– De andra hade hörselkåpor så de hörde ju nästan ingenting, säger han och ler.

Att han tog nästa steg och hamnade på Idol var dock sambon Frejas förtjänst. Hon smygfilmade nämligen när Robin satt och spelade och sjöng hemma – och skickade in klippet till TV4. Kort därefter ringde produktionen.

– Jag trodde det var ett skämt, säger Robin.

När han ringde hem så nekade sambon till att hon hade varit inblandad. Robin synade dock bluffen och lite senare befann han sig i huvudstan för audition. Den normalt sett väldigt

avslappnade Robin minns fortfarande känslan i kroppen när han åkte rulltrappan upp för att träffa juryn.

– Då var det hjärtrusning. Jag var inte nervös när jag satt i väntrummet, men då kände jag att "nu dör jag."

Att han fick ställa sig framför juryn med ett spräckt revben förenklade inte saken.

– Det gjorde ont när jag tog i, men jag körde på. Det gick bättre än jag hade förväntat mig. Men det hörs på vissa partier att det gör för ont så jag orkar liksom inte hålla igång.

När han hade sjungit klart så tisslade juryn lite för sig själva och bad Robin hämta upp sambon Freja till studion. Många tankar hann snurra i huvudet.

– Jag tänkte att "herregud var det så illa att hon ska få skäll för att hon skickade in mig", för det har man ju sett ibland, att de har tagit upp folk och sagt "du ska inte vara här".

– Jag trodde helt enkelt att jag skulle åka hem och att hon skulle få skäll liksom. Men sen vände det som sagt, säger Robin som istället för skäll fick en jubileumsbiljett, något som är ovanligt i sammanhanget.

Noterade du inte blickarna från juryn? För de såg ju närmast kära i dig allihop medan du sjöng.

– Nä, jag hade fullt fokus på att sjunga. Det är ganska nervöst i Idolstudion kan jag säga.

Från audition i april till direktsändningarna på hösten hann han vänja sig vid tanken på att stå på scen inför stor publik. Idol-veckorna beskriver han som intensiva, från morgon till kväll med låtval, genrep, kamerarep och sångcoachning.

– Vi blev som en familj. Vi bodde, åt och repade tillsammans i elva veckor. Det gjorde det tufft när någon åkte ut.

Under hela Idol-perioden följde Freja och sonen med till Stockholm så ofta de kunde.

– Han älskade att bo på hotell. Han sov aldrig så gott som där.

När Idol var över flyttade familjen in i sitt nya hus i Arvika – något de knappt hunnit göra innan tävlingen drog i gång.

– Det första vi gjorde var att julpynta. Det var helt underbart, säger Robin.

Hemmastudio och framtidsdrömmar

Nu kombinerar Robin pappaledigheten med musikskapande i sin hemmastudio. Där skriver han både själv och tillsammans med andra. Han berättar att skapandeprocessen varierar, ibland börjar han med gitarrmelodin, ibland med en färdig text.

– Studion är mitt lekrum. Jag kan spela in idéer och bygga grunder som jag sedan tar till en riktig studio. Och innan vi tackade Robin så spelade han sin senaste låt, Rattlesnake.

Lyssna på podcasten för att höra låten – och för att ta del av hela intervjun!



Traditionell julbordsbuffé i unik miljö på Kungskvarnen i vackra Borgvik

Njut av ett klassiskt och genuint julbord med hemlagade rätter och ett generöst dessertbord. På söndagar serveras vårt familjejulbord och för grupper finns möjlighet till skraddarsydda upplägg – kombinerat med övernattnings för den som vill förlänga vistelsen.



Boka via www.kvarneniborgvik.se
eller ring oss på 070-669 55 60
Kungskvarnen Hotell & Restaurang



Svenska kyrkan

Nor-Segerstads församling

Torsdag 25 september

kl. 11.00 Åstorpsgården. Anders Holz delar med sig av erfarenheter från resorna till koncentrationsläger i Polen.

Lördag 27 september

kl. 11.00–15.00. Höstloppis i Edsvalla Folkets Hus. Arrangörer: Träffpunkt Edsvalla, Edsvalla Folkets Hus, Edsvalla bibliotek samt Nors-Segerstads församling.

Söndag 28 september

kl. 11.00 Gudstjänst i Segerstads kyrka. Med Kristina Traulsen.

Tisdag 30 september

kl. 08.45 Tisdagsfrukost med mässa på Åstorpsgården, med Ann-Charlotte Uggle.

Torsdag 2 oktober

kl. 11.00 Café med andakt på Åstorpsgården.

Söndag 5 oktober

kl. 11.00 Mässa i Nors kyrka. Med Ann-Charlotte Uggle.

Torsdag 9 oktober

kl. 11.00 Förklädesutställning på Åstorpsgården. Ta gärna med dina fina eller ovanliga förkläden.

Söndag 12 oktober

kl. 11.00 Gudstjänst på tacksägelsedagen med doplövsutdelning i Nors kyrka. Med Kristina Traulsen.

Torsdag 16 oktober

kl. 11.00 Café med andakt på Åstorpsgården.

Söndag 19 oktober

kl. 11.00 Gudstjänst på Åstorpsgården.

Söndag 19 oktober

Retreat på Sandvikengården, tysta dagar med helpension. Kontakta Ann-Charlotte Uggle 054 -22 44 030.

Torsdag 23 oktober

kl. 11.00 Information om hur det är att bo på Brattska gården, på Åstorpsgården.



Skanna koden för offertförfrågan!

Ditt lokala byggföretag och totalentreprenad i Värmland

ALEXANDERSSONS
BYGG AB

Erik Alexanderssons Bygg AB • Fjällstorp Fjällsbråten Nedre, 671 96 Mangskog • Tel. 070-234 24 76

Kampanj

4995:-

exkl. installation.



Installera och säkra hemmet med LK CubicSecure vattenfelsbrytaren

CubicSecure övervakar vattensystemet dygnet runt och ger ett förebyggande skydd från första sekunden den är uppkopplad. Vattenfelsbrytaren har en omedelbar avstängningsförmåga och kan larma lokalt med ett högt ljud eller på distans med notiser till anslutna mobiltelefoner. Den mäter även vattenförbrukning och temperatur.

Använd rotavdrag upp 50% av installationskostnaden – samt upp till 10% rabatt på villaförsäkring. Kontakta oss så berättar vi mer!

GRUMS RÖR AB
–del av INSTALCO

Service och installation av
värme, vatten och sanitet

0555-124 05
www.grumsrör.se

Falltrygghet för äldre – förebygg fall och lär dig falla rätt

Datum: 24 september – 10 december (12 tillfällen)

Tid: 10.00 – 11.00, vi bjuder på fika efter!

Plats: Grums Judos dojo, i Grums Bad & Sporthall

Kursledare: Jan-Erik Sundfors,
certifierad instruktörslicens för Judo4Balance.

Kostnad: 500:-/person

Anmälan: Inget krav men kontakta gärna
Linn Sundfors, 073 – 81 58 951



**SPELA PADEL
PÅ NYÄNGEN!**

MATCHI

Boka via MATCHI
(JAP Padel i Grums)

Text: Magnus Skoglund
Foto: Gospelfestival.se/pressbild

Gospelfestival i Fagerås vill dela det glada budskapet: "Här finns något för alla"

Den 11 oktober är det åter dags för **Gospelfestival i Fagerås** – ett evenemang som blivit en självklar tradition i bygden. Festivalen lockar både trogna besökare och nyfikna nykomlingar – och alla inblandade strävar efter samma mål: att dela det glada budskapet.



Py Bäckman gästas festivalen.

David Nilsson återvänder till Fagerås.

– När du kliver in i Fagerås under festivalhelgen möts du av doften av grillade hamburgare från uteköket på skolgården och tonerna av musik som svävar ut genom öppna dörrar. På vägarna rör sig grupper av människor med festivalpass i handen, där dagens konserter och kartor är markerade, säger festivalens projektledare Ove Fager, närmast poetiskt.

Festivalen arrangerades första gången 2010 och är fortfarande ett samarbete mellan föreningar och församlingar i Fagerås med omnejd. Bland årets gäster finns bland andra artisten och låtskrivaren Py Bäckman, känd för klassikern Stad i ljus. Singer-songwritern David Nilsson återvänder till festivalen och även Granny K finns på plats, med musik som vill inspirera till mod, medmänsklighet och framtidstro.

Ett särskilt kännetecken för Gospelfestivalen är att den är en vandringsfestival. Ove förklarar:

– Hur får du plats bland hundratals besökare i små lokaler? Jo, vi delar upp varje framträdande i flera konserter. Schemat är upplagt så att inga konserter börjar samtidigt. På så sätt skapas ett flöde genom samhället där det alltid pågår något.

Mer än musik

Trots namnet är festivalen inte bunden till en viss musikstil.

– Gospel betyder det glada budskapet. Alla som medverkar har som uppgift att vara sin genre trogen, men att framföra glädjebudet på sitt sätt. Det kan vara jazz, rock, trubadur eller kör, säger Ove.

Och just gemenskapen är något många lyfter fram. Sopplunch, konserter, fika och möten med både gamla vänner och återvändare från bygden gör festivalen till mer än bara musik. När projektledaren får frågan om vad man inte bör missa så dröjer han på svaret.

– Det är en oerhört svår fråga som beror på dig själv. Jag tror att svaret blir: kolla in hemsidan, se vilka som medverkar, och framför allt – kom hit.

– Här finns något för alla, avslutar han.

Visste du att Py Bäckman skrev Stad i ljus som Tommy Körberg vann svenska Melodifestivalen 1988 med?

En höst i motionens tecken

Vecka 43 startar en ny Hälsokurs i Grums. Kursen är framtagen i samverkan mellan Friskvården i Värmland, Region Värmland och den lokala hälso- och sjukvården, och lyfts fram som ett exempel på Nära vård där olika professioner arbetar tillsammans för att främja hälsa lokalt.

– **Hälsokursen ska vara en trevlig mötesplats** där deltagaren får stöd, kunskap och inspiration att komma igång med en förändring till hälsosamma mat – och rörelsevanor – för att förbättra sin hälsa, säger Sofia Sätter, hälsokonsulent på Friskvården i Värmland.

Hälsokursen är framtagen i samverkan mellan Friskvården i Värmland och Region Värmland. Den genomförs också i möjligaste mån i samverkan med den lokala hälso- och sjukvården.

– Därmed är det också ett väldigt fint exempel på hur olika professioner gemensamt kan arbeta med hälsofrämjande insatser lokalt. Ett gott exempel på Nära vård! säger Sofia entusiastiskt.

Hälsokursen omfattar sex kostnadsfria gruppträffar med fokus på mat, motion och motivation. Deltagarna får stöd, kunskap och inspiration för att utveckla mer hälsosamma vanor.

– Kursen inleds med ett individuellt hälsosamtal och avslutas med ett uppföljande samtal där man tillsammans summerar och planerar framåt.

Även höstens motionsgrupper närmar sig. Grupperna vänder sig till alla som vill motionera på ett tryggt och säkert sätt.

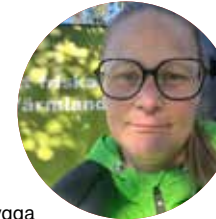
– Vi kombinerar kondition, styrka, rörlighet och balans för att för att skapa härliga och inspirerande pass och du jobbar helt utifrån dina egna förutsättningar! Alla våra motionsprogram är dessutom utformade av legitimerade fysioterapeuter.

– För oss är den sociala aspekten också viktig! Vi ser i våra kvalitetsmätningar att våra deltagare upplever att de blir mycket väl bemötta och att det finns en fin och trygg gemenskap i grupperna.



Berätta mer om de olika grupperna som väntar.

– I Grums har vi Cirkelmotion på måndagar kl. 16.30. Då kör vi en kort gemensam uppvärmning och sedan jobbar vi allsidigt och funktionellt i stationer med skonsamma och trygga styrkeövningar.



– På torsdagar kl. 16.45 erbjuder vi Ryggmotion som ett klassigt motionspass med rörelser till musik med stort fokus på styrka, rörlighet och stabilitet.

En termin hos oss kostar 700 kr för en gång i veckan och 850 kr för två gånger i veckan – men får gärna komma och prova först! Vi startar vecka 36 men det går bra att komma med i efterhand i mån av plats.

Gratis motion i det fria

En nyhet är att de i höst erbjuder gratis motion ute i friska luften.

– Det blir Utemotion varje tisdag klockan 13.00 under veckorna 35 till 42, säger Sofia. Och tillägger:

– Detta gör vi för att fira att vi varit mottagare av FaR (reds. anm: fysisk aktivitet på recept) i 20 år! Det är drop in och alla är välkomna – särskilt du som vill komma igång. Kläder efter väder och ett par sköna skor är allt som behövs. Vi håller till på grönytan vid parkeringen till Grums elljusspår.

Fotnot: Den som vill delta i Hälsokursen eller få mer information om verksamheten kan kontakta hälsokonsulent Sofia Sätter på telefon 010-476 47 66 eller e-post sofia.satter@ihvamlund.se.

I Grums bedrivs verksamheten vid Friskvårdscentralen på Gamla vägen 89, i anslutning till vårdcentralen. Dit kan man vända sig både på egen hand och via FaR (fysisk aktivitet på recept).

ORDNINGSGLÄDJE
Förenklar din vardag



Kom i kontakt

Ett ordnat hem – ett lugnare liv!

Känner du att saker samlas och stressen växer? Ordningsglädje hjälper dig att rensa, organisera och förenkla din vardag – i hemmet eller på kontoret. Vi finns även där vid större livsförändringar, som flytt eller dödsbo.

Jag som driver Ordningsglädje heter Erica, och jag brinner för att skapa hållbar ordning – med värme, respekt och personligt engagemang.

Boka en kostnadsfri konsultation!

www.ordningsgladje.se 073-998 19 30



"Mycket vällagat och äntligen en restaurang som serverar vilt!"



"Tack för att ni visar vägen och vågar sticka ut!"

BOKA BORD ONLINE



ELLER RING
010-459 90 13

VILT LUNCH VARJE FREDAG!

Viltköket
WILDMARKEN SKYTTE- & EVENTCENTER

SÖDRA NYÅNGEN • ÅSBÄCKSVÄGEN 3, GRUMS (WILDMARKEN)



Tisdag 23 september

17.00 Taizégudstjänst i Solbergskyrkan

Söndag 28 september

11.00 Gudstjänst i Eds kyrka
Värmskogskören

15.00 Gudstjänst i Borgviks kyrka

Tisdag 30 september

17.00 Taizémässa i Solbergskyrkan

Söndag 5 oktober

11.00 Gudstjänst i Grums kyrka

14.00 Högmässa på finska i Solbergskyrkan
kyrkkaffe

15.00 Gudstjänst i Värmskogs kyrka

Tisdag 7 oktober

17.00 Taizégudstjänst i Solbergskyrkan

Söndag 12 oktober

11.00 Skördemässa i Eds kyrka
Sångsolist Kristina Lövgren

15.00 Gosedjurs gudstjänst i Borgviks kyrka
Kören Exaudi

Tisdag 14 oktober

17.00 Taizémässa i Solbergskyrkan

Söndag 19 oktober

11.00 Mässa i Solbergskyrkan, kyrkokören

15.00 Musikkudstjänst i Värmskogs kyrka, 45:an

Tisdag 21 oktober

17.00 Taizégudstjänst i Solbergskyrkan

Lördag 25 oktober

18.00 Konsert i Eds kyrka
"Evergreens – sånger vi glömt att vi minns"
Kören Accentus med sångsolist Charlotta Birgersson
Slottsbrons musikkår med drill.

Lördag 25 oktober 18.00 Konsert i Eds kyrka: "Evergreens – sånger vi glömt att vi minns"

Medverkar gör Accentus med sångsolist och körpedagog Charlotta Birgersson, Slottsbrons musikkår och drill.

Accentus är en kör bestående av cirka 30 tjejer som behärskar en väldigt bred repertoar – och som bland annat gör en återkommande och bejublad julkonsert i just Eds kyrka.



5 oktober – Gudstjänst med små och stora

Mikaeldagen, Grums kyrka
kl. 11.00

Tema Änglar. Ta gärna med och visa din egen ängel. Servering i Sem. Korv o bröd och Änglamat.



12 oktober – Gosedjurs gudstjänst Borgviks sockenstuga kl. 15.00

Ta med din favoritnalle eller annat gosedjur till en hjärtevarm gudstjänst för alla åldrar. Vi pratar om trygghet och vänskap och avslutar med fika och lek.

Falltrygghetskurs ska ge äldre mod att ta sig ut i vinter:

"Ska inte behöva bli isolerade"

Grums Judoklubb är en liten, familjär förening med fokus på barnträning, vuxenträning – och numera även falltrygghetskurser för äldre.

– Alltför många människor vågar inte ens gå ut på vinterhalvåret för att de är rädda att ramla eller inte ta sig upp. Det ska vi ändra på, säger Linn Sundfors, ordförande och klubbtränare.

Linn berättar att det varje år sker omkring 270 000 fallolyckor i Sverige. Av dem kräver runt 70 000 sjukhusvård och cirka 1 600 leder till dödsfall. Genom träningen får deltagarna öva upp styrka, balans och kroppskontroll för att minska risken för olyckor – och förhoppningen är att fler ska våga känna sig trygga och säkra hela året.

– De ska inte behöva bli isolerade eller bara stanna hemma under vintern, säger hon.

Linn Sundfors understryker att det inte handlar om att kunna göra judofall eller lära sig judo.

– Det handlar främst om att förebygga fall och vad vi gör om fallet är oundvikligt.

Falltrygghetskursen, som startar 24 september, är en del av Svenska Judo förbundets program Judo4Balance, där deltagarna också lär sig att falla på ett säkert sätt för att minska skaderisken. Grums Judoklubb har redan testat konceptet med gott resultat.

– Vi körde en pilotkurs för ett år sedan. I våras körde vi första hela gruppen, så nu ser vi fram emot nästa grupp! säger Linn entusiastiskt.

Hon tillägger:

– Jag hoppas att många ser chansen och möjligheten med den här kursen. Många deltagare vittnar om att träningen bidrar till både ökat välmående och trygghet i vardagen – och att de dessutom har väldigt roligt tillsammans på träningarna.

Kontakt: Linn Sundfors,
linn.sundfors@judo.se

Höstdans i Gruvan med Double Trouble Linedancers

På lördag 11 oktober är det medlemsdans i Gruvan, Grums, kl. 13.00–16.30. Lokalen fylls av musik, dansglädje och både nostalgiska favoriter och aktuella kursdanser.

Double Trouble Linedancers är en mycket engagerad förening med rötter i Forshaga, som under åren spridit linedanceglädje på flera orter i Värmland. Kurser hålls bland annat i Elofsrud, Fagerås och Forshaga. Kurserna leds av utbildade instruktörer och erbjuds på flera nivåer, så både nybörjare och erfarna kan vara med. Mer information finns på föreningens webbplats, www.double-trouble.se.

Sätt guldkant på höstens svampfavoriter – med Per Kristensen

När hösten rullar in över Värmland vaknar svampskogen till liv. Doften av mossa, fuktig jord och den där särskilda höstluften lockar ut både vana svampplockare och nybörjare. En av dem som gärna tillbringar många timmar med korgen i hand är Per Kristensen, känd för många genom sina jaktfilmer och sitt engagemang i Vildmarken.

– **Mitt svampintresse** har alltid funnits där. Jag var med mina föräldrar och plockade svamp så fort jag började gå. Sedan har det bara eskalerat. Förvisso är jag jägare, men svampjägare passar nog lika bra in på mig, säger Per med ett leende.

Per har alltid haft ett särskilt gott öga för det ätbara i naturen – inte minst genom sin bakgrund som kock. Han beskriver hur fascinationen för smaker och texturer fått honom att utforska skogen på nya sätt.

– Kan man hitta fantastiska smaker gratis till skogs är det bara ett stort plus, förklarar han.

För Per handlar svampplockning inte bara om friluftsliv och rekreation, utan lika mycket om matglädje.

De olika arterna kan ge allt från lena soppor till smakrika såser eller en enkel, smörstekt macka efter en tur i skogen.

– Just variationen är något jag vill uppmuntra fler att upptäcka, säger han.

Och tillägger:

– Många håller sig till gula kantareller, men det finns mycket mer som är både lätt att känna igen och fantastiskt i matlagningen.

Börja enkelt

Pers bästa råd till nybörjare är att lära sig ett fåtal arter riktigt bra.

– Då minskar risken för misstag och svampplockningen blir både roligare och säkrare.

Ett tips som Per tycker man bör gå efter är att börja enkelt.

– Gul kantarell, blek taggsvamp och rödgul trumpetsvamp är svåra att ta fel på. Sedan kan man stegvis bygga på sin kunskap, säger han.

Oavsett om du plockar för att fylla frysen inför vintern eller bara vill njuta av en macka efter skogsturen – skogarna i Värmland bjuder på rikedomar för alla som tar sig tid att leta.

Här delar han med sig av fyra favoriter som du kan hitta i de värmländska skogarna:



Kantarell

*Sveriges mest älskade svamp
– med all rätt.*

- Passar perfekt smörstekt på macka, inlagd, i såser och grytor.
- Växer ofta rikligt i gran- och blandskog.

Känna igen: ☐

Hitta: ☐

Matvärde: ☐



Blek taggsvamp

*En underskattad klassiker som
ofta misstas för kantarell.*

- Har taggar i stället för skivor under hatten.
- Kan användas på samma sätt som gula kantareller.
- Växer i gran- och blandskog.

Känna igen: ☐

Hitta: ☐

Matvärde: ☐



Citronslemskivling

Mild, vacker och mångsidig.

- Passar i soppor, grytor och såser, gärna ihop med annan svamp.
- Växer främst i tallskog, men även i granskog.
- Går dessutom att använda för att färga garn.

Känna igen: ☐

Hitta: ☐

Matvärde: ☐



Rödgul trumpetsvamp

*En höstfavorit för den som
gillar att torka svamp.*

- Perfekt att torka och använda som krydda.
- Växer i barrskog, ofta vid kärrkanter eller i mossa.
- Misstas ibland för trattkantarell, men båda är utmärkta matsvampar.

Känna igen: ☐

Hitta: ☐

Matvärde: ☐



LYSER GULA OCH RÖDA I OKTO- BER	HUS- VAGG	NÄRA DET ÄR FÄRLIGT NÄRA	VAR VISANS GUM- MOR	GJORDE NAIV PÅ SKO- JARE	STÅR TOMT PÅ TOMT	TAR EN LUR	↓
HÄL- SADE	→			↓	↓	↓	
	→		FÄRA FRAM PÅ RYGG TECKEN				
BRÄNNIS I KALLA BAD							
BRUKAR RYKTAS				NU HAR JAG DET! KYLD			
NAGOT SPET- SIGT		KLOCKA DEN SES PÅ SPÅRET					
→			TRÄFFAS LÄTT PÅSKFÄR- GADE				LÄGGA PÅ LAGER
KOKOO- PERATIV					STYRD ARBETS- KRAFT	KAN FÅS I KUPA	
GAM- MALT HJUL- SPÅR	DUNLE- VERAN- TÖRER						
SAMLAR UNGA OCH RÖDA	↓			HERRE I PUL- LOVER			
TOPPKORT				FRÅGA YACKERT DRAMA- SCENER			↓ PÅ QUITO- ÅK
SNABB SÄNK- NING							
	SÄM- TIDEN STYRDE LÖST					BÄRS PÅ GOLF- BANAN	
					FÄRLAT STRÖM- NING		
TÄR VARA PÅ SIG KÖRAR							
		SKA- PADE LIV	BÄR SEGEL WALE- SARE				
						DEN ÄR LITEN I EN ETTA	
	STÖR BOKSTAV UR FUNK- TION						
				GRANN GOJA			
MÅLET FÖR CAESAR							
				BRAGD			
VAR JU GOTEN							SVANTE DREJENSTÄN

6		7	9					
	3			2	7		4	
9			8		1			
7		9		4				
	5				6			
		4		1				
		1	4		2		8	9
4	9				5			6
5			1	7	9	4		

	7						8	5
			9					1
	2				8	3	6	
		4	5	1	6	2		8
	6	3		4			1	9
			3		9		7	6
3	1		6		7	8	4	
2	8			3				7
9	4	7	8	2		6		3

Förra månadens korsord

				FORE- STALL- NUNG FR MET	SAG- GONG KONG KANG	D	FRS EN ATY GUM MA	KUMAKA EFTER KANG YED	FRUBA																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
				REKAMAR AT SMA	G	O	S	E	D	J	U																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
				PAUNDA PANE AN ENE GANG	U	P	G	G	E	A	N																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
				AMPOC TOSAN KAM- KAM	F	L	R	E	M	O	D																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
				LAKSE JER NIG TULAR	L	A	T	I	N	A	M																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
				SED FR MC MAKX	E	R	O	S	T	A																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
				HETT FR DGE	T	A	L	L	O	E	R																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
					L	A	V	E	L	U	L																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
					R	E	V	E	L	E	T																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
					L	E	N	A	N	S	E																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
NGER ATYK	OW K KALAT JUY	ANWAN- SE BLAND	A	RETT BONNET	FRAGOTT PASS	B	FRAGOTT PASS	R	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT PASS	FRAGOTT



*"Ett vildare
julbord!"*

*Julens smakupplevelser
från Viltköket*

Viltköket är vårt sätt att ta skogen till bordet. Veckorna innan jul bjuder vi in till en middag fylld av tradition och julstämning – där viltkött och vildfångad fisk står i centrum.

Allt lagas från grunden: egenstoppad korv, nybakat bröd och rökta delikatesser. Tillsammans med lokala producenter skapar vi en julmeny som lyfter fram det bästa från våra skogar och sjöar, förädlad till klassiska smaker med en lyxig känsla.

Tulmeny

FÖRRÄTT

En smakfull start med det bästa från det kalla köket – rökt och gravat vilt, inläggningar och andra delikatesser som bär julens dofter och smaker.

HUVUDRÄTT

En hyllning till
skogen och det vilda.
Egenstoppad korv,
nybakat bröd och rökta
specialiteter möter
viltskött och lokala
råvaror – förädlade till
lyxiga julklassiker.

EFTERRÄTT

Kvällen rundas av med Viltkökets egna söta kreationer – en kärleksfull avslutning som förhöjer julkänslan.



Boka även

JULQUIZ

**Musikquiz med jultema – kluriga
frågor och härlig julstämning.**

TRUBADUR

Med allsång, stämningsfull musik
och klassiska nubbevisor.

EVENTSKYTTE

En aktivitet som höjer både puls och adrenalin i Vildmarkens skjutbiograf.

E-post: viltkoket@vildmarken.se

Växel: 010-45 99 013

Se bokningsbara datum via
www.vildmarken.se/julbord

Se datum och mer info på vildmarken.se/julbord

Grums engagerar eleverna på Jättestensskolan under Beredskapsveckan

Vecka 39 infaller årets Beredskapsvecka – en nationell satsning för att stärka invånarnas motståndskraft vid kris. I Grums planeras aktiviteter på Jättestensskolan och på Grums bibliotek.



I våras lämnade Sverigedemokraterna in en motion till Grums kommun om att införa beredskapsdagar för skolelever. Kommunstyrelsen ställde sig enhälligt bakom förslaget, och nu pågår ett arbete inom skolorganisationen för att utforma aktiviteter som passar under Beredskapsveckan i slutet av september.

Beredskapsveckan leds av MSB (Myndigheten för samhällsskydd och beredskap) och genomförs samtidigt i hela Sverige. Temat för 2025 är "Du är en del av Sveriges totalförsvar".

Beredskapscontainer sätts ut på Jättestensskolan

Utöver skolaktiviteter kommer en beredskapscontainer att placeras på Jättestensskolan. Det är dock inte kommunen som står bakom containern, utan den kommer som ett fristående initiativ i linje med MSB:s uppmaningar om att öka medvetenheten kring hemberedskap och civilt försvar.

Containern fungerar som en öppen kunskapspunkt för allmänheten, med broschyrer, exempel på hemberedskap och information om vad varje individ kan göra vid en samhällsstörning eller kris. Det är också ett sätt att konkretisera årets tema.

Engagemang i hela Värmland

Alla kommuner i Värmland har deltagit i Beredskapsveckan sedan 2018 – och Grums är inget undantag. Men årets satsning med särskilt fokus på skolorna markerar en tydlig utveckling. Med årets tema vill MSB lyfta vikten av att vi alla behöver bidra för att kunna möta kriser och ytterst krig. Temat aktualiseras ytterligare när totalförsvarskunskap förs in i läroplanen för gymnasiet i höst.

MSB skriver att syftet med Beredskapsveckan är att "samla en bredd av olika aktörer, som kommuner, civilsamhälle, branschorganisationer,

myndigheter och näringsliv till en gemensam insats för att uppmärksamma och påminna om att alla som bor i Sverige är en viktig del av vår samlade beredskap vid samhällskriser och ytterst krig. Ju fler som säger samma sak vid samma tidpunkt desto större genomslag".

Målet för privatpersoner är att fler framöver ska ha kunskap om hot, risker och beredskap, att fler invånare är engagerade i samhällets beredskap – och att fler hushåll kan hantera vardagen vid kris och krig.

Samhällskriser

Om det blir ett längre strömavbrott, vattenbrist eller extremväder kan det ta

dagar innan samhällets service fungerar normalt igen. Förbered dig genom att skaffa en egen krislåda hemma.

Håll dig informerad om det skulle uppstå en kris

Kommunens webbplats grums.se kommer att vara en viktig informationskälla i händelse av en kris. Du hittar alltid aktuell information där. Andra webbplatser med information är dinsäkerhet.se, krisinformation.se och lilla.krisinformation.se för barn och unga.

Var vaksam på falsk information som kan spridas vid en samhällskris.

Vad kan hända i Grums kommun?

På grums.se/säkerhet och raddningkarlstad.se kan du läsa mer om olyckor, kriser, höjd beredskap och civilt försvar. Vid driftstörningar använder Grums kommun en SMS-tjänst för att informera om till exempel planerade eller akuta vattenavstängningar.

Bra att ha hemma

Om det blir ett längre strömavbrott, vattenbrist, terrorhot eller extremväder, kan det ta dagar innan samhällets service fungerar normalt igen. Strömmen kan ha gått, värmen kan ha slutat fungera och butikernas hyllor börjar gapa tomma.

Foto: Räddningstjänsten Karlstadsregionen



SMS-tjänst driftstörning Grums kommun

Vid driftstörningar använder Grums kommun, område gata, en SMS-tjänst för att informera om planerade eller akuta vattenavstängningar.



Brottsförebyggande Grums kommun

Även om brottsbekämpning är polisens ansvar är trygghet något som vi skapar tillsammans, allihop. Tillsammans blir vi starka. Det du som invånare ser är det som ligger till grund för polisens medborgarlöften.

Viktiga telefonnummer

112

När något allvarligt har hänt och ambulans, räddningstjänst eller polis behövs genast.

113 13

När du behöver lämna eller få information om en allvarlig händelse, till exempel en stor olycka.

114 14

Numret till polisen om det inte är lika bråttom.

1177

När du vill ha hjälp och råd från sjukvården.

116 111

BRIS barnens hjälptelefon.

0771-50 50 50

BRIS för vuxna om barn.

0200-21 20 19

Brottsofferjouren.

020-50 50 50

Kvinnofridslinjen.

020-44 11 00

För information vid strömavbrott, ring Ellevio.

0555-420 00

Kontaktcenter och växel.

0555-420 71

Dagjour till individ och familj för anmälningar och akuta situationer.

0555-139 08

Felanmälan gällande gata, park och belysning utanför växelns öppettider görs till kommunens beredskap via SOS Alarm.

Källor: Grums.se och msb.se

Har du en krislåda hemma?

Om el, vatten eller värme plötsligt försvinner kan en enkel krislåda göra stor skillnad. Den hjälper dig och din familj att klara vardagen under några dygn tills situationen är under kontroll. Här är exempel på saker som är bra att ha redo.

Vatten

- Vattenfyllda PET-flaskor i frysen
- Vattendunkar eller hinkar
- Mineralvattenflaskor

Värme och ljus

- Varma kläder, mössor, halsdukar och vanar
- Extra filter, täcken, sovsäckar
- Stearin- eller värmeljus
- Fotogen- eller oljelampa och bränsle
- Gasol- eller fotogenkamin och bränsle
- Tändstickor eller brästandare
- Ficklampa och extrabatterier

Mat

Det är bra att ha ett litet lager mat som går att lagra länge, som kan förvaras i rumstemperatur och som är enkelt att tillaga. Om det blir långvarigt strömavbrott kan du behöva ett gas- eller spritkök med bränsle eller en grill om du kan vara utomhus.

- okokt pasta, ris eller bulgur
- kött-, fisk- och grönsakskonserver
- potatispulvermos och pulversoppa
- ägg
- havregryn, flingor och mjöl
- hårt bröd, skorpar eller kex
- mjukost eller annat hållbart pålägg
- färdigkokta bönor eller linser i tetrapack
- nyponsoppa, blåbärsoppa eller fruktkräm
- nötter och russin
- socker och honung
- olja, salt och peppar
- choklad, energibars och godis

Kommunikation

För att kunna kommunicera med andra och ta del av viktig information är det bra att ha följande hemma:

- radio som drivs på batteri eller vev (dynamo)
- extrabatteri till mobiltelefon
- anteckningsblock och blyertspenna
- lista med viktiga telefonnummer

Övrigt

- husapotek, första hjälpen och mediciner
- hygienartiklar och våtservetter
- kastrull eller kokkärl
- sprit- eller gasolkök
- utomhusgrill och kol eller gasol
- engångstallriker och -bestick
- plastpåsar för sopor och toalettbesök
- brandvarnare, brandsläckare och -filt
- kontanter
- konservöppnare
- säkringar till proppskåp
- förnödenheter till eventuella husdjur



Text: Magnus Skoglund
Foto: Arkivbild



– Det kan handla om bank-id, digitala tjänster som till exempel 1177.se och Swish. Alla tjänster man behöver för att hänga med i utvecklingen och klara av vardagen. Ledaren har ett upplägg och en plan över vilka appar och knep de ska gå igenom men det kommer också finnas möjlighet som deltagare att önska om det är någon specifik app man är nyfiken på att lära sig, säger Henrik Martinsson på ABF Värmland som är handledare för kursen.

Kursen är uppdelad på fem sammankomster och riktar sig till alla som vill lära mer om sin smarta telefon. Kursen har tidigare givits tillsammans med Grums bibliotek och varit mycket uppskattad. Nu är det dags igen.

Henrik berättar att senast det begav sig så var det en salig blandning av människor som deltog.

– Det var allt från äldre till nybörjare på smartphone och utlandsfödda som samtidigt passade på att träna på språket. Det blir alltid ett fint och viktigt utbyte mellan deltagarna, säger han och avslutar:

– Målet är att de ska bli tryggare i användandet av sin telefon och lära sig se tecken på bedrägerier och andra fällor man ska undvika.

Kursen är gratis och startar den 25 augusti klockan 10.00 på Grums bibliotek.



Sagostunder för barnen: "Ska bli inspirerade"

Under hösten väntar många högtidsstunder för alla sagofantaster där ute i stugorna! Då blir det nämligen högläsning på Grums bibliotek.

– Vi har fått fin respons när vi tidigare hållit i sagostunder för barn i olika åldrar under lov till exempel, så nu ska vi börja erbjuda sagostunder på biblioteket varannan måndag, säger bibliotekarien Amanda Piehl.

Under sagostunderna kommer en bibliotekarie högläsa böcker från på mattan på barnavdelningen.

– Vi hoppas såklart att barnen ska bli inspirerade att läsa mer och nyfikna på fler berättelser, fortsätter Amanda.

Sagostunderna är till för barn i alla åldrar. Ingen föranmälan krävs.

– Det är bara att dyka upp.
Tider och datum för sagostunderna finns på Grums.se .

Fiskedestination spelar in i Värmland:

”Blir en försmak av, med mersmak på Kil”

Snart är det dags för ännu en säsong av den populära tv-serien Fiskedestination. Det blir den elfte i ordningen och den här gången får tittarna bland annat följa med på sportfiskeäventyr i Kil med omnejd. Vi ringde upp programledaren och sportfiskeprofilen Johan Broman som berättade mer om den kommande säsongen.

I över tio år har programmet kombinerat fiske- och reseäventyr med god mat, utflyktsmål och spännande möten. Johan berättar att det har gått från att vara ett mer renodlat sportfiskeprogram till att bli betydligt bredare.

– Jag vet att någon på TV4 har kallat det för en sportfiske-, resmål-, mat- och dryckes- samt lokalkulturserie, säger Johan och förklarar:

– När vi ändå besöker en fiskedestination så tittar vi även på hur man kan bo, gärna ett eller några boenden. Dessutom gör vi besök på ställen där man kan få en bra mat- eller dryckesupplevelse.

Johan berättar att det kan röra sig om en lokal krog, eller att det kommer ut en lokalt känd krögare till strandkanten för att göra något. Han fortsätter:

– Eller så kanske vi besöker ett lokalt mikrobryggeri eller en kryddträdgård. Och sedan brukar vi ibland även titta på vad man kan göra om dagarna när man inte vill fiska, vad det

finns för andra roliga aktiviteter, om det finns någon trevlig cykelbana eller utsiktspunkt eller liknande. Det kan vara lite allt möjligt.

Serien har blivit en riktig långkörare – och deras trogna tittarskara har mycket att se fram emot även framöver. När vi pratar med Johan avslöjar han att de har tecknat kontrakt med TV4-gruppen på 30 avsnitt till, fördelade på tre nya säsonger. I den kommande säsongen kommer de, som tidigare nämnt, även att filma i Värmland. Vad programmet kommer att innehålla vill Johan dock hålla lite hemligt än så länge.

– Jag vill inte avslöja exakt, men för mig är Kil en naturens kommun, så det är det vi vill visa. Det är liksom de djupa skogarna och bergen och utsikten, vidderna. Det är det jag tycker är så vackert när jag har varit i Kil, så det är det jag känner att jag vill visa.

– Det blir förmodligen fiske både i Kil och neråt. Det beror lite på väder och vind. Vi brukar ha några olika alternativ så man får se vad som funkar för stunden.

Underexponerat i tv

En extra krydda i sammanhanget är att Värmland, som Johan liknar vid ett Mecka rent sportfiskemässigt, nu får ta rejält med plats även för tv-tittarna.

– Värmland är underexponerat när det handlar om fiske i tv. Det har ju funnits på kartan sportfiskemässigt sedan länge, men det har inte synts så mycket i tv, varken i våra program eller någon annans, och det tycker jag är synd.

Tänker du någonsin att du har världens bästa jobb?

– Ja, hela tiden, haha. Absolut, det har jag. Dock är det som vanligt många hundår innan man kan göra tv så här länge för en stor mediekoncern, men visst är det superbra och hur roligt som helst.

Han fortsätter:

– Fisket och resandet är ju en del, sedan sker ju en massa andra saker bakom kulisserna och det är ju mer som ett vanligt jobb. Man ska få en ekonomi att funka och få tiden att räcka till. Det ska redigeras och det bökas och stökas och så där, men visst, jag kan inte ha det bättre.

Bygger community

När vi pratar med Johan håller han dessutom på att arbeta med vad som ska utmynna i ett community för Fiskedestinations tittare, som förväntas vara uppe senast efter sommaren.

Johan utvecklar:

– Man kan ta del av all information som jag sitter på utifrån alla platser där jag har fiskat. Där kan man läsa om vilken maträtt du ska äta på vilken restaurang, vilken sten du ska fiska bakom i Piteälven om du är där och fiskar harr i juli, ungefär så.

– Allt jag vet, och lite till, säger han.

Vad hoppas du och resten av produktionsteamet att tittarna ska få med sig när de har sett avsnittet?

– En försmak av, med mersmak på Kil och naturen hos er, hela området. En stor del av Sverige fattar inte hur vilt det är på er sida av Sverige faktiskt. Man tror att de där djupa skogarna och vidderna och sjöarna utan hus runt omkring, att det är något norrländskt fenomen. Men det är det inte, utan ni har precis samma sak, om inte ännu mer storslaget. Så det är lite det jag skulle vilja försöka förmedla på något sätt då.

– Och att man då, när man ändå tar en titt på det, kan ha det drägligt, fiska lite och äta gott och bo bra, avslutar Johan.



GASOL CENTER

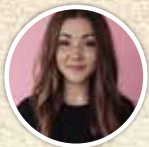
**VI FYLLER
DIN
GASOLFLASKA!**

**GASOL PÅ LÖSVIKT
ETT SMARTARE KÖP**

**GASOL PÅ LÖSVIKT
40kr/kg
LPG
15kr/liter**

FJÄRRVIKSVÄGEN 6, KARLSTAD

054 - 53 36 61 | www.gasolcenter.se



Månadens recept av
Viltkökets Therese Tillman

Text: Therese Tillman
Foto: Staffan Johansson

Vilt Bourguignon med potatispuré och rårörda lingon

Vad passar bättre när hösten kryper sig på än en mustig gryta som fått puttra länge på spisen? I Viltköket har Therese Tillman tagit sig an klassikern boeuf bourguignon, men här med kronhjort i huvudrollen. Resultatet är en rätt som fångar skogens smaker och värmer både kropp och själ.

Till den djupa grytan serveras en len potatispuré, syrliga rårörda lingon och en frisk topp med picklad rödlök, persilja och en klick crème fraîche. Detta är en måltid som lika gärna kan stå på söndagsbordet hemma som på en högtidlig bjudning. Och föredrar man nötkött går det förstås lika bra, men det vilda ger en extra dimension som är svår att slå.

1. Skär köttet i lagom stora bitar. Bryn köttet i smör och olja, lite i taget. Salta och peppra. Lägg åt sidan.

2. Fräs lök och morötter tills det fått färg. Tillsätt vitlök och tomatpuré, fräs kort.

3. Lägg tillbaka köttet. Häll på vin, låt koka upp. Tillsätt fond så det täcker nästan helt. Lägg i timjan och lagerblad. Låt sjuda sakta under lock i ca 2,5–3 timmar tills köttet är riktigt mörkt.

4. Fräs svamp i smör och blanda i grytan den sista halvtimmen.

5. Picklad lök: Koka upp ättika/vinäger, vatten och socker. Häll den heta lagen över smälöken. Låt stå minst 20 min, gärna längre.

6. Potatispuré: Koka potatis mjuk i saltat vatten. Pressa och blanda med varm grädde, mjölk och smör till en luftig puré. Smaka av med muskot, salt och vitpeppar.

7. Rårörda lingon: Rör ihop lingon och socker tills sockret löst sig.

8. Servering: Lägg upp potatispuré, skeda över bourguignon. Toppa med picklad smälök, persilja och en klick crème fraîche. Servera lingonen vid sidan.

Recept för 4-6 pers.

Bourguignon:

- ☐ 1–1,2 kg kronhjortkött (bog, stek eller ytterlår)
- ☐ Salt & svartpeppar
- ☐ 2–3 msk smör + 1 msk olja
- ☐ 2 gula lökar, grovhackade
- ☐ 2–3 morötter, i slantar
- ☐ 2 vitlöksklyftor, finhackade
- ☐ 2 msk tomatpuré
- ☐ 1 flaska rött vin (ca 750 ml)
- ☐ 4–6 dl viltfond eller köttbuljong
- ☐ 1 kvist timjan + 1 lagerblad
- ☐ 200 g champinjoner eller annan svamp
- ☐ 12–15 små schalottenlökar eller pärlökar

Picklad rödlök:

- ☐ 2 rödlökar, tunt skivade
- ☐ 2 msk ättika eller vitvinsvinäger
- ☐ 1 msk socker
- ☐ 3 msk vatten
- ☐ salt & svartpeppar

Potatispuré

- ☐ 800 g mjölig potatis
- ☐ 2 dl grädde
- ☐ 1,5 dl mjölk
- ☐ 100–150 g smör
- ☐ en nypa muskot (valfritt)
- ☐ salt & vitpeppar

Rårörda lingon

- ☐ 2 dl lingon (färska eller frysta)
- ☐ 0,5–0,75 dl socker

Till servering

- ☐ färsk persilja
- ☐ en klick crème fraîche

Nära Grums



Värmlands
Biografnätverk

Grums
Bio



grumbio.se



5 oktober kl. 15.00
Grand Prix
– Tassarna på gasen
Pris: 80 kr



5 oktober kl. 18.00
The life of Chuck
Pris: 100 kr



19 oktober kl. 15.00
Filmen om Siw
Pris: 100 kr



19 oktober kl. 18.00
Tron: Ares
Pris: 100 kr



Pizzamenu



SOMMAR-
ÖPPETTIDER:
Mån–Fre 11–22
Lör–Sön 12–22

Grums Pizzeria

Beställ via
0555-121 45 / 070-529 45 45

Hammarstensallén 2, Grums
www.grumpizzeria.se



Rörtjänst | KIL AB

ALLT INOM VVS

Oavsett om det handlar om att byta duschmunstycken, installera nya toaletter, åtgärda stopp i avloppet eller större installationer, så kan du alltid lita på oss. Vi utför klassiska rörmokartjänster med högsta kvalitet och effektivitet.

0554 - 129 25 | INFO@RORKIL.SE | WWW.RORKIL.SE

Närhet som ger genomslag

Nära Grums är en månadstidning som delas ut gratis till hushåll och företag i Grums, Vålberg och kringliggande orter. Vårt mål är att skapa en levande och läsvärd tidning – fylld med människor, företag, kultur och händelser som gör vår bygd unik.

För att lyckas med det behöver vi er som driver den lokala företagsamheten – ni som får hjulen att snurra. Därför har vi valt att hålla våra annonspriser låga, just för att alla, oavsett storlek, ska ha möjlighet att synas.

Annonstillverkning ingår alltid. Du behöver inte ha färdigt material. Det räcker att du har en idé eller ett erbjudande så hjälper vi dig ta fram en snygg och tydlig annons.

Boka en enstaka plats till ordinarie pris, välj tre nummer till rabatterat paketpris – eller satsa på hela året och få vårt bästa erbjudande.

Inget strul, inga extra kostnader – bara ett kostnadseffektivt sätt att nå ut till tusentals hushåll.

Att annonsera i Nära Grums är inte bara bra för ditt företag – det gör det också möjligt för oss att fortsätta ge ut en tidning som engagerar, inspirerar och stärker bygden varje månad.

Nytt nummer
varje månad!

Möjligheter att synas

Uppslag
338 x 239 mm*

Helsida
169 x 239 mm*

Framsida
169 x 35 mm*

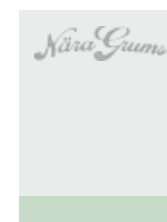
*3 mm utfall



Maximal exponering över ett helt uppslag – för dig som vill ta plats och synas med stort budskap.



En hel sida ger gott om utrymme för både bild, budskap genom stor exponering.

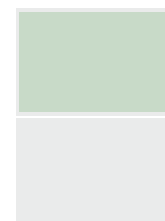


Unik placering på omslaget. Endast en per utgåva.

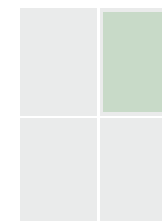
Halvsida
163 x 115 mm

Kvartsida
80 x 115 mm

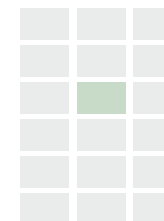
Logoplatta
50 x 40 mm



En effektiv lösning för tydlig annonsering – passar utmärkt för kampanjer och erbjudanden.



Kompakt men synlig – perfekt för profilannonser, enklare budskap eller återkommande synlighet.



En mindre annonsplats som rymmer logotyp, en kort text och kontaktuppgifter. Alla logoplattor följer liknande mall.

Prislista annonsering

Uppslag:
1 införande 15.000 kr/utgåva
fr. 3 inf. 13.000 kr/utgåva
Årsbokning 10.000 kr/utgåva

Helsida:
1 införande 8.000 kr/utgåva
fr. 3 inf. 7.000 kr/utgåva
Årsbokning 6.000 kr/utgåva

Halvsida:
1 införande 5.000 kr/utgåva
fr. 3 inf. 4.000 kr/utgåva
Årsbokning 3.000 kr/utgåva

Kvartsida:
1 införande 3.000 kr/utgåva
fr. 3 inf. 2.000 kr/utgåva
Årsbokning 1.500 kr/utgåva

Logoplatta:
1 införande 1.500 kr/utgåva
fr. 3 inf. 1.250 kr/utgåva
Årsbokning 1.000 kr/utgåva

Framsida:
Per införande 8.000 kr/utgåva
Kan bokas i paket med helsida.

Ideell förening: -20 % rabatt på hela prislistan, med reservation för fullbokning.

Kontakta oss via
redaktion@naragrums.se
eller läs mer på naragrums.se

HÖSTEN 2025 PÅ GRUMS BIBLIOTEK FÖR BARN OCH UNGA

Häng på bibblan

Tisdagar klockan 15.00–17.30. Pyssla, bygg med lego eller pärla, olika teman varje vecka. Drop in!



Skrivträffar

Onsdagarna 8/10, 22/10 och 5/11, klockan 16.00–17.15. Kreativt skrivande, från 10 år. Ingen föranmälan. Vi bjuder på fika.

Sagostunder

Måndagarna 29/9, 13/10, 27/10, 10/11, 24/11 och 8/12, klockan 10.30. En stund för fantasi och berättelser.

FÖR VUXNA

Språkcafé

Tisdagar klockan 16.15–17.45 till och med 9/12. I samarbete med Studieförbundet vuxenskolan i Värmland.

Handarbetscafé

Varannan onsdag klockan 14.00–16.00 med start 27/8 till och med 3/12. Lär dig handarbete. I samarbete med ABF.

Korsordscafé

Fredagarna 10/10, 7/11 och 5/12 klockan 10.00–11.30. Välkommen att fika, klura och umgås.

Släktforskarjour

Tisdagarna 7/10, 28/10, 11/11, 25/11 och 2/12 klockan 15.00–17.30. Grums släktforskargrupp finns på biblioteket.

Bokcirkel

Onsdagarna 15/10, 12/11 och 10/12 klockan 17.00–18.00. Anmäl dig via 0555-420 50 eller biblioteket@grums.se.

Äntligen onsdag! – Författarbesök

Onsdag 8/10 klockan 18.00–19.30. Författarbesök av Karina Johansson. Kontakta biblioteket för anmälan. Kostnadsfritt.

Äntligen onsdag! – Falltrygghet för äldre

Onsdag 19/11 klockan 18.00–19.30, i samarbete med Grums Judoklubb. Kontakta biblioteket för anmälan. Kostnadsfritt.

Illustration: Stina Wirsén



KURS - STEPPING ON

Har du ramlat eller är rädd för att falla?

Grums kommunrehab erbjuder kursen Stepping On som är ett evidensbaserat fallpreventionsprogram.

Under åtta tillfällen får du som kursdeltagare information om kost och medicin samt träning med fysioterapeut.

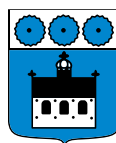
Grupper startas löpande. Välkommen med din anmälan:

Sandra Widström

sandra.widstrom@grums.se

Marielle Berggren

marielle.berggren@grums.se



GRUMS KOMMUN