

# Vänersborgs Naturskyddsförening



## Program

**Hösten - vintern**

**2015 - 2016**



**Naturskyddsföreningen**

**Till våra arrangemang är såväl medlemmar  
som andra intresserade hjärtligt välkomna.**

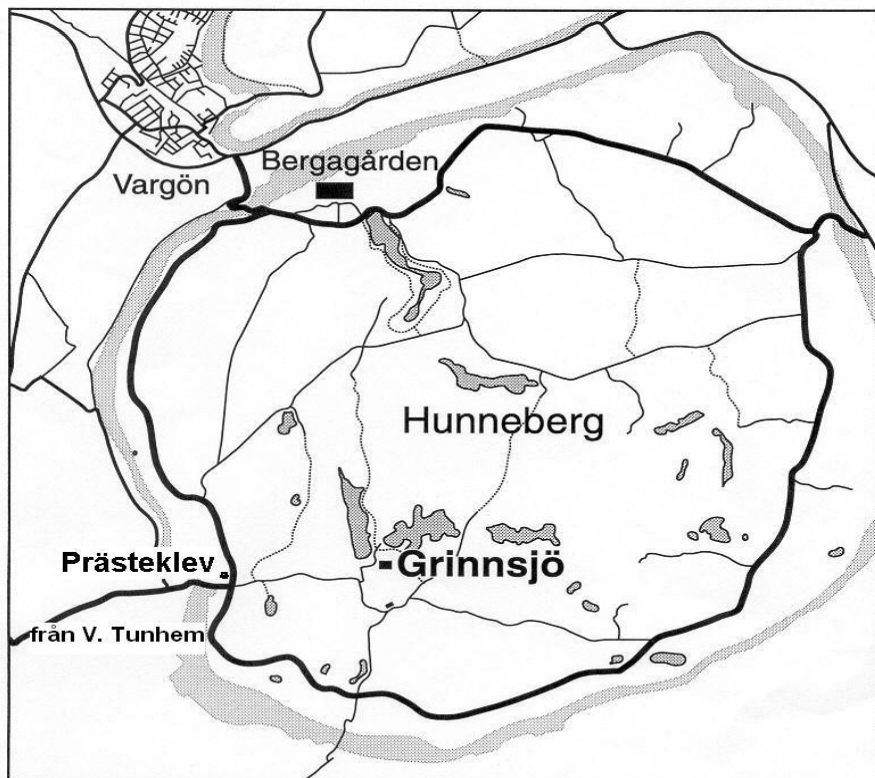
## GRINNSJÖ

Torpet Grinnsjö i naturreservatet Grinnsjö på Hunneberg arrenderas sedan 1992 gemensamt av föreningarna i Grästorps, Trollhättan och Vänersborg. Se karta nedan. För verksamheten svarar en utsedd grupp, Grinnsjögruppen.

Som medlem kan du hyra stugan. Det kostar 200 kr per dygn.  
Bokning via Thomas Ögren 0733 456 663

Föreningarna har som mål att återställa det gamla ängslandskapet och göra det attraktivt för besökaren. Vi röjer skog och slår och låter beta den växande ängen. Stigar, rastplatser och informationstavlor står till vandrarens tjänst. Det finns fyra iordningställda rastplatser och torr ved finns på baksidan av vedboden. Vill du håva småkryp i sjöarna, finns håvar och bestämningböcker att låna när stugan är öppen.

Enklast tar du dig till torpet från Prästeklev 1.700 m, c:a 20 minuters ”barnvagnsvänlig” promenad. Du tar dig lättast hit från Västra Tunhem. Vid prästgården går Prästeklevsvägen upp på Hunneberg.

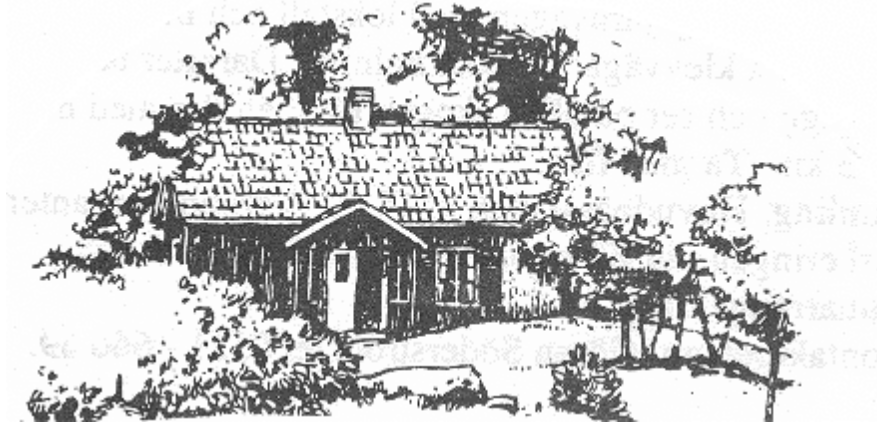


**Besök gärna vår hemsida:  
[www.naturskyddsforeningen.se/vanersborg](http://www.naturskyddsforeningen.se/vanersborg)**

## NATURVÅRDSGRUPPEN

Naturvårdsgruppen vid Grinnsjö består av c:a 15 medlemmar. Den arbetar under trivsamma former med olika naturvårdsarbeten kring torpet.

Du är välkommen att vara med, kontakta Lage Rylander tel 0706 – 46 09 11



## HANDLA MILJÖVÄNLIGT GRUPPEN

Arbetar med teman som återkommer varje år i Miljövänliga veckan, vecka 41. Det kan handla om textil, diverse ätbart som kaffe, bananer, klimatsmart mat etc. I år planeras en utställning på biblioteket. Den ekologiska fikapausen står i centrum.

Kontaktpersoner Thomas Ögren tel. 0733-456663 och Britt-Marie Karlsson tel. 0521-67488

## EFTERLYSNING

Vi söker ytterligare en person som kan jobba med något av: hemsida, program och Facebook.

Om du är intresserad eller känner någon som kan vara det så hör av dig till någon i styrelsen. Telefonnummer hittar du på sid 11.

## PROGRAM

**Söndag**  
**6 september**  
**kl 10.00 – 15.00**



### ÖPPET HUS PÅ GRINNSJÖ

Kaffet står på spisen och grillelden brinner. Thomas Ögren metar gärna i sjön med barnen. De som har lust kan gå en meditationsvandring med Inger Rölland kl 10.00 och 11.00 Anders och Karin Bolin finns på plats för tips och frågor om svamp.

Denna dag är bommen låst och vi vandrar c:a 1700 m från Prästeklev.

Tag gärna med en gäst! Det behöver inte vara en medlem.

Arrangör: Vänersborgskretsen

Ansvarig för program och samåkning:  
 Thomas Ögren tel. 0733 – 456 663.

**Söndag**  
**20 September kl. 14.00**

### STOPPA STRESSEN – LÄKANDE NATUR

En träff på Villa Överby, en grön oas i Överbys asfalt och betong.

KONTRASTERNAS DAG: Vi pratar om och reagerar på:

Asfalt/Betong - Trädgård/Natur - Ljus/Mörker -  
 Hälsa/Ohälsa - Glädje/Tristess

Inger bjuder på upplevelser och tips om hur vi kan välja vad vi vill förhålla oss till av kontrasterna som vi konfronteras med i samhället och i vardagen.

Till fiket presenterar Carina sitt koncept på Villa Överby och vi får kaffe/te med något hälsosamt som är sött och gott.

Villa Överby ligger på Ladugårdsvägen 15 bakom Etagehuset. Du hittar en karta på [villaoverby.se](http://villaoverby.se)

Ta gärna med en gäst, kvällen kostar kr 125:- per person. Föranmälan senast 17/9 till Inger Rölland tel. 073 974 2098 (kom ihåg att säga ifrån om det finns allergier) eller [inger@naturensomkraft.se](mailto:inger@naturensomkraft.se)

Ansvarig för program och samåkning: Inger Rölland

**Lördag**  
**26 September**  
**Heldag**

## **UTFLYKT TILL DALSLANDSSKOG**

En exkursion där vi kollar på mossor, lavar, svampar och insekter som indikerar skyddsvärd skog. Samarrangeras med kretsar i Dalsland. Skogsstyrelsens kunniga guide Roger Gran deltar.

Föranmälan senast 24/9 till: Thomas Ögren tel. 0733 – 456 663.

Ansvarig för program och samåkning: Thomas Ögren

**Veckan**  
**5 –10 oktober**

## **MILJÖVÄNLIGA VECKAN**

Årets tema: Välj Eko på restaurang och kafe  
 Alla älskar att fika. Ekologiskt kaffe och bröd gör stor skillnad för både natur, djur och människor. Unna dig en fikapaus som gör gott!



Anmäl dig gärna till Handla Miljövänligt-nätverket via riks hemsida.

Ansvariga: Thomas Ögren tel. 0733 – 456 663 och  
 Britt-Marie Karlsson tel. 0521-67488

För lokala programpunkter under veckan se hemsidan eller TTELA

**Tisdag 27 okt**  
**kl 19:00**

## **TRIVSELKVÄLL MED BILDVISNING**

Svenska blommor samt djur och natur i Sydafrika

Ikväll visar Bengt Wallin och Marta Årnell bilder. Bengt visar djur- och naturbilder från Sydafrika och Marta visar blomsterbilder från Sverige.

Mellan visningarna bjuder föreningen på fika och då kan vi bl.a tipsa varandra inför vintern om trevliga promenader i stadens omgivningar och samtal om andra gemensamma frågor.

Plats: IOGT/NTO lokalen på Vallgatan 29 Vänersborg

Ansvarig Marta Årnell, tel. 0521-64933, mob. 0730-367767

**Torsdag**  
**26 november**  
**kl 19.00**

### **Nytänk kring julmat**

Våga prova nya ekologiska rätter på julbordet.

Vi träffas på Villa Överby för att lära nytt och ekologiskt till julbordet,-  
 nya kombinationer, nya alternativ, kanske nya traditioner.

Hos Carina på Villa Överby får vi provsmaka detta.  
 Om vädret tillåter samlas vi efter maten ute med en varm dryck kring elden och småpratar om nya vågade idéer som ger en hälsosam kombination i jul.

Inger tipsar om hur vi kan undvika julstressen och varför det är smart att dricka Hallonte.

Ta gärna med en nyfiken gäst. Kvällen kostar 150:- per person.

Föranmälan senast 19/11 till Inger på 073 974 2098 eller [inger@naturensomkraft.se](mailto:inger@naturensomkraft.se) Glöm inte ge besked om det är något du inte tål att äta.

Ansvarig för program och samåkning: Inger Rölland

**Onsdag**  
**2 december**  
**kl 18:30**



### **BLOMMORNAS KVÄLL - CAFÉKVÄLL**

Traditionsenlig bildkväll där vi gärna ser att du tar med några egna bilder på USB eller CD. Vi hjälps åt att artbestämma. Kaffe, te och varma ostsmörgåsar serveras.  
 Plats: SNF lokal i Karlstorpskyrkan, Karlstorpsvägen 87  
 Arrangör: Trollhättankretsen

Kontaktperson: Ebba Hammarskiöld tel 0521 60933

**Söndag**  
**6 december**  
**kl 10.30**



### **ADVENTSVANDRING, GRINNSJÖ**

Efter en trevlig promenad till Grinnsjö väntar oss en varm och skön stuga med kaffe, glögg och pepparkakor.

Grillelden brinner.

Samling vid Prästeklev kl 10.30

Ansvarig för program och samåkning: Thomas Ögren tel. 0733 – 456 663

**Onsdag  
27 januari  
kl 19.00**

## **ÅTERVINNING ELLER KRETSLOPP**

Kretsloppspark är ett sätt att genom återvinning, återbruk, re-design, kunskap och sociala verksamheter skapa synergieffekter för att främja en ny syn på avfall.

Att återvinna och återanvända är förnuftigt, det sparar resurser och ger en bättre miljö. På en Kretsloppspark kan du lämna allt du vill bli av med och samtidigt handla begagnade möbler, byggvaror och andra saker till låga priser. Ett riktigt bra exempel på kretslopp i praktiken

Kom och hör hur detta är tänkt att fungera i Vänersborg

Lars Jensen och Daniel Larsson från  
Kommunförvaltningen, Kretslopp och vatten, deltar

Plats: Bibliotekets hörsal  
Ansvarig Bengt Wallin 070 –683 23 03

**Onsdag  
3 februari  
kl 18.30**

## **FÅGLARNAS KVÄLL - CAFÉ KVÄLL**

Traditionsenligt fågelsnack om årets observationer. Kvällens gäst presenteras Kaffe, te och varma ostsmörgåsar serveras.

Plats: SNF lokal i Karlstorpskyrkan, Karlstorpsvägen 87  
Arrangör Trollhättankretsen, se deras hemsida

Kontaktperson: Ebba Hammarskiöld tel 0521 60933

**Onsdag  
17 feb  
kl 19.00**

## **GRUVOR - BASINDUSTRI ELLER MILJÖHOT?**

Olov Holmstrand, professor emeritus i hydrogeologi vid Chalmers i Göteborg, föreläser om gruvdriftens effekter på miljö, människor och ekonomi, i dåtid, nutid och framtid.

Han kommer även gå igenom Naturskyddsföreningens nyutkomna gruvpolicy.

Plats: Bibliotekets hörsal  
Ansvarig och kontaktpers. Marta Årnell tel 0730-367767

### **Ekologiskt kaffe i butikerna**

För mindre än tio år sedan fanns inte ett enda ekologiskt kaffe i vanliga matbutiker i Sverige. 1995 drog vi därför igång kampanjen "Världen i din kaffekopp" och våra medlemmar spred ordet i hela landet. Några månader senare fanns det tio sorters ekokaffe i butikerna. Idag finns det långt fler

### **Nu vill vi gå vidare på fler områden**

#### **Frukter**

Banor och vindruvor är två frukter som är riktigt hårt besprutade. På bananodlingar används extremt miljöfarliga bekämpningsmedel som kan ge arbetarna och deras barn nervskador. Vindruvor, med sina tunna skal, kan innehålla rester av flera kemiska bekämpningsmedel. I ett EU-stickprov på ett paket vindruvor hittades rester av 26 olika bekämpningsmedel. Om du inte hittar ekologiska banor, vindruvor, russin eller vin, välj något annat!

#### **Mejeriprodukter**

För några kronor extra kan du få ekologiska. På hemmaplan bidrar du till friskare vatten, färre gifter och att fler fåglar och blommor trivs. I Sverige mumsar ekokossorna mest på växter från den egna gården, istället för hårt besprutat foder från andra sidan jordklotet.

#### **Kött**

Vill du ha kött från gladare djur? Välj eko. På köpet får du samma viktiga miljöfordelar som när du köper de ekologiska mejerivarorna. Finns inte ekologiskt så är svenskt naturbeteskött också bra. (Nej till brasilianskt, svenskt ska det vara!) Men det viktigaste av allt är faktiskt att äta mindre kött överhuvudtaget.

#### **Potatis**

Visste du att det finns bekämpningsmedel i nästan alla svenska vatten? Ja, till och med i regnet som faller över oss. Genom att välja ekologiskt sprids mindre gifter i vår natur. Potatisen är en av de grödor som besprutas mest i Sverige. En riktig skurk är King Edward – en kung som borde störtas!

### **ANVÄND NATURGÖDSEL NÄR DU ODLAR**

Välbrunnen och praktiskt taget luktfri naturgödselav får och fjäderfä kan avhämtas gratis i egnamedtagna säckar eller i bilsläpkärra. Den som vill får gärna ge ett bidrag till fadderbarns verksamhet i Indien.

Ring Elisabeth eller Krister Korteback Tel 0521 – 312 24  
Adress: Rud 400, 464 64 Brålanda



## **Naturskyddsföreningen Fler kan påverka mer!**

Naturskyddsföreningens arbete är viktigt. Viktigt för att vi alla tillsammans skapar en ljus och hållbar framtid för oss själva – och framtidens människor.

Vi ska se till att jordklotet själv får fortsatt möjlighet att rena luften vi andas och vattnet vi dricker. Människans kropp och immunförsvar ska inte brytas ner av miljögifter.

Genom teknikutveckling och effektivisering ska koldioxidutsläppen minska.

### **Vi behöver dig**

Allt det här arbetar vi för. Och som medlem bidrar du till lösningarna. Om du är otålig och vill göra ännu mer, passa på att engagera dig där du bor. Alla behövs.

### **Ge oss kraft att förändra - bli medlem!**

Läs mer på SNFs hemsida

### **Fairtrade/Rättvisemärkt i mobilen**

Fairtrades applikation hjälper dig att hitta ett serveringsställe som serverar Fairtrade-märkta produkter, att få veta mer om en specifik Fairtrade-produkt i butik, att möta odlarna bakom produkterna och få en hälsning från den odlare som producerat det kaffe du dricker. <http://mobil.fairtrade.se/ladda-ner/>

### **Vänernborg är en Fairtrade City!**

Att vara Fairtrade City betyder att kommunen inte bara ska öka användningen av fairtradeprodukter utan även lägga in etiska aspekter i uppköp av produkter där det ännu inte finns Fairtrademärkning. Om du kommer i kontakt med kommunen så lyft gärna dessa aspekter.

### **Alla behöver information om etiska krav i all konsumtion till alla, överallt !**

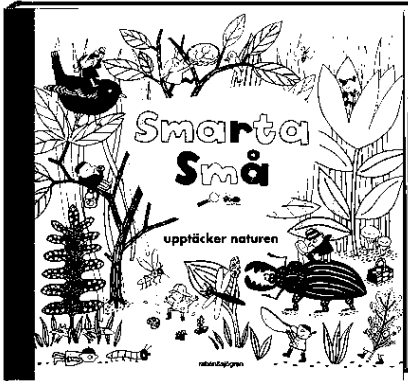
Oavsett om du jobbar som företagare, anställd eller inom ideella, fackliga och politiska organisationer kan du påverka.

**Besök gärna vår hemsida för uppdateringar**

[www.vanersborg.naturskyddsforeningen.se](http://www.vanersborg.naturskyddsforeningen.se)

## **Boktips för barn**

### **Smarta små upptäcker naturen,**



En rik och unik temabok om naturen som hjälper barnen att tolka upplevelser och fakta och skapar nyfikenhet. Både ett litet praktverk och en spännande naturbok, lika mycket finbok som användarbok.

Är du nyfiken på fladdermössens hemliga liv? Vill du se hur träden gör ny luft? Vet du att humledrottningen har en skattkammare?

Här finns nya, spännande lekar och roliga naturpyssel för olika årstider och hundratals vackra och tydliga illustrationer som skapar sug efter att veta mera.

Boken passar för barn som är ca 3-6 år

**Pia Hinnerud Rabén & Sjögren**

## **Boktips för vuxna**

### **Rätt ur jorden : handbok i självhushållning**



Ta steget från förvirrad konsument till självförsörjande odlare och få giffri mat, skönare fritid och ett rent samvete på köpet! Nuförtiden pratar vi mycket om närodlat och ekologiskt. Du kan göra mycket själv, utan att behöva byta livsstil. En normalstor villatomt räcker för att förse fyra personer med grönsaker ett helt år. Men även en kolonilott, eller en balkongodling, kan utgöra ett rejält vitamintillskott till hushållet. Dessutom tar det inte mer än en timmes arbete om dagen. Boken om självhushållning ger grundläggande kunskaper och praktiska råd för hur du framgångsrikt odlar grönsaker för husbehov. Dessutom ett bonuskapitel om gratismaten som växer i skog och mark, och en kalender som visar hur självhushållningsåret ser ut. Med hjälp av den här inspirerande, kunskapsrika boken lär du dig allt du behöver för att ta tillbaka makten över maten.

**Bella Linde och Lena Granefelt Ordfront förlag**

## Styrelsen för Vänersborgs Naturskyddsförening 2015

Ordförande	Thomas Ögren	0733 – 456 663
Sekreterare	Erik Olausson	0521 – 199 88 0733– 122 626
Kassör	Erling Andersson	0521 – 101 93
	Inger Rölland	073 – 974 20 98
	Barbro F-Löwhagen	0521 – 66 224
	Karl-Anders Odelius	0520 – 424 425 0704–936 571
	Bengt Wallin	0521 – 223 083 0706–832 303
	Marta Årnell	0521 – 649 33 0730–367 767

**Besök gärna vår hemsida:  
[www.vanersborg.naturskyddsforeningen.se](http://www.vanersborg.naturskyddsforeningen.se)**

**VÄLKOMMEN ATT BLI MEDLEM  
 ELLER  
 VÄRVA EN NY MEDLEM**

**Vi har en fin tubkikare med stativ. Medlemmar får låna den utan kostnad.**

Medlemskap 295 kr  
 Familjemedlemskap 365  
 Ungdom under 25 år 195  
 Som medlem får du Sveriges Natur  
 och vårt lokala program

**Vi ordnar anmälan:** Slå en signal eller skriv till  
 Erik Olausson tel 0521 – 199 88  
 Bokgatan 12, 462 52 Vänersborg  
 Du kan också anmäla dig direkt på [www.snf.se](http://www.snf.se)

För aktiviteter på Bergen se Hunnebergsportalen <http://www.hunneberg.com/se>

Flera av våra aktiviteter arrangerar vi tillsammans med andra föreningar. Då arbetar vi genom Studieförbundet, som är SNF:s studieförbund.  
 Residensgatan 7. Tel 0521 – 121 20.



OBS för dig som är medlem: Din e-mailadress finns tryckt på etiketten ovan och i de fall den saknas står det så på etiketten. **Vill du anmäla din adress, eller rätta** om den är inaktuell, så sänd Mail till: [medlem@naturskyddsforeningen.se](mailto:medlem@naturskyddsforeningen.se) Ärendefält: "Ny e-postadress"  
Meddelande: i meddelandet måste man ange sitt medlemsnummer.

## KORTPROGRAM

6 september kl 10.00-15.00	Söndag	Öppet hus på Grinnsjö
20 september kl 14.00	Söndag	Stoppa stressen – läkande natur Villa Överby
26 september kl heldag	Lördag	Utflykt till dalslandsskog
5-10 oktober	Veckan	Miljövänliga veckan
27 oktober kl 19.00	Onsdag	Trivselkväll med bildvisning i IOGT lokalen
26 november kl 19.00	Torsdag	Nytänk kring julmat, Villa Överby
2 december kl 18.30	Onsdag	Blommornas kväll SNF Trollhättan
6 december kl 10.30	Söndag	Adventsvandring till Grinnsjö
27 januari kl 19.00	Onsdag	Återvinning eller kretslopp, biblioteket
3 februari kl 18.30	Onsdag	Fåglarnas kväll SNF Trollhättan
17 februari kl 19.00	Onsdag	Gruvor - basindustri eller miljöhot? Bibl.

## SAMÅKNING MED BIL

Vid våra utflykter samlas vi som regel för samåkning. Ersättning görs upp med respektive bilförare, förslagsvis 6 kr per mil och person.

**Tänk på miljön!**

