



**Svenska Kryssarklubben
Sörmlandskretsen**

Sörmlandskretsen 40 år

Qvinna Ombordverksamheten – vad har hänt sedan 2006?

Upptaktsträff

Den 18 oktober 2006 hade vi i Qvinna Ombord- kommittén en upptaktsträff. Till vår stora glädje var det många som kom och kvällen gick väldigt fort. Gunnel Söderpalm berättade och inspirerade oss med sina många tips och erfarenheter från Qvinna Ombord- träffarna i S:t Anna kretsen. Efter paj och vin och prat samt bildspel från segling i Kroatien diskuterade vi tips och önskemål om hur vi kvinnor i Sörmlandskretsen ska fortsätta att skapa gemenskap och ordna aktiviteter som förenar oss i vårt intresse för segling, båtar och sjöliv! Vi fick många förslag på aktiviteter som vi planerar att genomföra framöver.

Båtmekanikerkurs för tjejer

Med god hjälp av vår lärare Stefan Kindeborg har vi 10 kvinnor tagit oss igenom båtmekanikerkursen. Den har innehållit både teori och praktiska övningar med t ex byte av impellrar och luftning av en dieselmotor. För många av oss har en ny värld öppnat sig. Stefan har fått många frågor av skiftande slag och vi har lärt oss mycket på dessa sju kvällar. Dessutom har vi haft väldigt roligt.



Pubkväll

Onsdagen den 28 februari 2007 var det dags igen för en Pubkväll på Birgers. Den här gången var temat just Qvinna ombord men även män var välkomna. Totalt 13 personer hade hittat till Puben (några hade gått fel) och avnjöt en bit mat och trevligt umgänge. Kvällen fick lite extra drag av evenemang i schlagerfestivalens tecken.

Titta mamma! Där kommer en båt proppfull med bara mammor”

En solig och lite blåsig lördag i början av juni träffades ett gäng SXK-tjejer för att ge sig ut på en dagsegling i trakten av Oxelösund.



Under våren gjorde kommittén Kvinna Ombord ett upp-rop om att ordna en tjejesegling i början av sommaren. Vi var 13 kvinnor och tre båtar som anmälde oss. En av båtarna blev dock indisponibel p g a av motorkrångel. Några träffar i Nyköping förberedde seglingen. Då diskuterades olika mål för seglingen och annat praktiskt som mat och fördelning av besättningen.

Redan kvällen före träffades båtarna med tillfällig manlig besättning för att tillsammans med 24- timmarsseglarna äta en god middag hos Erik Ramström på Risö. Tack Erik!



På lördagsmorgonen sken solen och det blåste en nord-ostlig vind som skulle öka till 9-10 m/s under dagen. Klockan nio antrade besättningarna båtarna vid Vålarö brygga. Snabbt enades vi om att inte gå ut till Hävringe utan segla en sväng ner mot Oxelösund för att sedan kryssa utåt för att lägga oss för lunchpausen.

När första båten kom fram till Trässö där vi lunchade kom kommentaren från ett barn ombord på en båt vid land, ”titta mamma där kommer en båt proppfull med bara mammor!” En stund senare kom ytterligare en båt den också proppfull med mammor!

Lunchen inleddes med goda tilltugg och ett glas medicin som Kristin bjöd på. Maten hade några gästar ordnat. Det blåste så kraftigt att vi inte kunde sitta iland tillsammans för att äta utan satt i båtarna och njöt av maten och sällskapet.

Helt plötsligt var det hög tid att tänka på hemfärden. Planen var att vara tillbaka vid Vålarö vid 17.00-tiden. Så på med varma kläder, mössa och halsduk och så kom vi iväg på fick en härlig segling tillbaka.

Ett stort tack till Kristin, Maud och Ulla i Qvinna Ombord kommittén som arrangerat denna härliga dag. Och ett speciellt tack till Kristin och Maud som ställde upp med båtar. Vi gör om det nästa år igen med ännu fler tjejer och båtar!

Totta Hallgren

Glasmålning Pröva Din fantasi och kreativitet! När båten är uppdragen och höstmörkret faller då är det tid att hitta på något kreativt! Varför inte pröva på att måla ett alldeles eget designat vinglas, snapsglas, glasskål ja, vad du vill! Motiven hittar du på själv – kanske en mås på en pinne... eller familjens båt? Om fantasin tryter så finns alltid hjälp att få av vår kursledare, Birgitta Larsén, som är en erfaren kursledare i glasmåleri. När vi målat klart så lämnar vi glasen till henne för bränning så att våra "konstverk" får en varaktig yta ...

Vi får ett roligt minne nästa sommar när glasen står dukade! DU TAR MED

- 1) De glas som du skall måla, kan t.ex. vara enkla vanliga glas men lämpligen inte glas med för tunn/smäl fot
- 2) "Matsäck" – kaffe, macka etc till pausen!



Skrivbordssegling

Torsdagen den 27 mars samlades entusiastiska kvinnor, försedda med sjökort passare och transportörer, i Brandholmens klubbhus. Under ledning av vår lärare Alf Hagberg genomförde vi en realistisk "torrsegling" med mycket diskussioner, glada skratt och nyttiga tips.



Efter den kvällen kände vi oss stärkta inför den kommande båtsäsongen och framförallt inför våra tjejsseglingar i maj.

Lagoonsegling den 27 maj 2008

Förra våren 2007 hade vi inom Qvinna Ombord en träff hos Båt & Motor i Oxelösund då vi bland annat fick en visning av deras cruisingkatamaraner.

Tisdagen den 27 maj i år var det dags att kliva ombord igen men denna gång för en kvällssegling i Oxelösunds skärgård. Vi var 12 entusiastiska och glada kvinnor och en man, skepparen Roland. Han berättade och instruerade oss med stort engagemang och intresse vad som skulle ske och göras och lämnade även över så att vi alla fick känna på hur det var att stå vid rodet. Med all teknik som finns på dessa båtar så blev vi under seglingens gång övertygade om att det går riktigt bra att t o m för 1-2 personer segla en Lagoon-katamaran. Andra fördelar är att det går att segla fort utan att det lutar liksom att djupgåendet endast är 1,15! För mig har detta faktum en klart "lugnande" effekt, eftersom jag har en förmåga att "se grund överallt" och därför inom familjen går under smeknamnet "det levande ekolodet"!



Solen sken och det blåste en perfekt vind. Vi seglade

norrut via Hasselöleden och vidare ut mot Lillhammarsgrund där vi vände. Vid 21-tiden var vi tillbaka vid bryggan efter en riktigt trevlig och annorlunda segelupplevelse. Livet ombord på en så stor katamaran känns enkelt och väldigt bekvämt! Är man en stor familj eller sällskap så finns det gott om plats och tillfälle till trevlig samvaro. Det fick vi i alla fall vara med om denna härliga vårväll.

Kristin

Tjejsegling lördagen den 31 maj

När seglingen med Lagoonkatamaranen hade "lagt sig" var det dags för några av oss att göra en ny segelutflykt tillsammans. Uppropet till årets tjejsegling hade lockat 9 kvinnor varav 2 skeppare, Maud och Katharina.

Tyvärr fick Katharina lämna återbud dagarna innan på grund av tekniska problem med sin båt så vi blev till sist 6 personer som seglade med Maud Hagberg som skeppare på "Xanadoo".



I år utgick vi från Spelhagen i Nyköping, och kl 8.30 bar det iväg. Första målet var Broken där vi skulle hämta Ulla Fredin och ta dagens första fika. Med sydliga vindar bestämde vi oss därefter för att segla norrut. Men det gick inte fort! Vi gnetade på i 2-3 ibland 4 knop men vad gjorde det? Då hann vi med att njuta av både solen och samvaron. Vid 1-tiden kom vi fram till en liten ö strax innan Stendörren som vi sett ut för vårt lunchstopp. Ett glas "gammeldansk" ska det alltid vara innan maten, för aptitens skull! (även om en del tycker det smakar mer medicin än gott!!) så pastasalladen, brödet och osten smakade utmärkt.



Ön var inte stor så vi avslutade med en liten rundpromenad innan vi seglade hemåt. Nu blåste det lite sjöbris så hemfärden gick något snabbare. Klockan 17.30 kom vi fram till bryggan vid Svärdsklöva. Där bytte Maud besättning. Vi kvinnor byttes ut mot hennes man och vi tog bilen och åkte hem till våra män - styrkta av att veta att det går alldeles utmärkt för "tjejer" att segla själva. Och framför allt – ansvar stärker och förenar!

Tack Ulla, Lili-Ann, Maritha, Ulla och Maud för en riktigt trevlig dag tillsammans och Maud för gott ledarskap.

Kristin

Växtvandring på Stendörren för hela familjen 2009

En solig och rejält blåsig vårdag i maj hade Sörmlandskretsens Kvinna Ombord sin första aktivitet för året. En växtvandring vid Stendörrens naturreservat. QO-kommittén hade problem med att få ut vårt program till medlemmarna, vi hade endast nått de kvinnor som vi har E-postadress till förutom att programmet fanns på SXX-Sörmlands hemsida.

Allt nog två intresserade kom, det var Maud och Alf Hagberg som anlände på motorcykel. Totta Hallgren på s/y Karissa höll i vandringen och växtbeskrivningen och Bengt stod för fotograferandet. Vi hittade en hel del blommor när vi kröp omkring i torrbacken i närheten av naturrum. Gullvivorna lyste vackert gula, men många andra växter måste man kika efter lite noggrannare. Vi såg vårförgätmigej, jordreva, vårfryle och en hel del annat som man kanske inte annars lägger märke till om man inte går ner på knä. När vi tyckte att vi sett tillräckligt många blommor tände vi grillen och var och en grillade sin medhavda korb. Kaffe och tårta intogs ombord på Karissa.

Totta

Sjösäkerhet på riktigt

Nästa våraktivitet som Kvinna Ombord genomförde hade vi tillsammans med Katarina och Örjan på Oxelösunds Båt & Motor. Det var en nyttig och spännande säkerhetsövning i simhallen i Oxelösund. Där fick vi testa att ramla i vattnet med olika typer av flytvästar men också känna vad som händer om man ramlar i med endast ett ordentligt sjöställ. Har man stället ordentligt knäppt och åtdraget kring ben och armar flyter man en god stund på den luft som finns i kläderna. Men man vänds inte automatiskt till rygg så en flytväst är säkrare.

Vi provade även att kasta en räddningslina och en livboj till de nödställda i bassängen. Allt gav många nyttiga erfarenheter. Örjan var en god lärare som visade oss allt med liv och lust

Senare på kvällen åkte vi till Båt & Motor och där visade Jan Åman från Plastimo upp olika typer av säkerhetsutrustning. Till sist drack vi kaffe och åt smörgås och handlade båtprylar, säkerhetsutrustning och kläder med en god rabatt! Ett stort tack till Katarina och Örjan för ett generöst evenemang!

Totta

Tjejseglingen 2009



Årets tjejsegling blev av som planerat lördagen den 5/9. Trots något "svajiga" väderleksutsikter fick vi en härlig segling i 6 – 7 m/s och inte en droppe regn. Vi seglade i två båtar och var totalt 11 kvinnor. Skepparmötet hölls kl 08.30 i Nyköpings hamn och sen gav vi oss av norrut. Det blev en härlig seglats och inte blev det tråkigare av att vi seglade om en 40-fots båt med herrbesättning.

Den obligatoriska pastasalladen intogs i en liten vik söder om Stendörren och när alla var mätta och belåtna seglade vi tillbaka och angjorde Broken vid 15-tiden. Vi kom lagom till kaffet på berget. Seglingen avslutades med SXX:s höstfest med skaldjursknyttis på kvällen. Det blev verkligen en trevlig dag med härlig segling och duktiga seglartjejer!

Ulla Fredin Fischer gast på 111:an



En vinterresa till Landsort



Tjejer se hit!

Så löd en del av en rubrik i Krestnytt augusti 2009. Sex månader senare åkte 19 tjejer till Landsort en solig vårvinterhelg. På lördag förmiddag samåkte vi med bil till Ankarudden där en bogserbåt tog oss ut till Skvallerhamn på norra Öja. Därifrån blev vi bussade till bebyggelsen i söder. Väl framkomna delade vi upp oss, några bodde på vandrarhemmet och några i lotsutkiken och i deras annex.

Efter lunchen gick vi till kapellet där vi guidades av Roland Sjöblom, här följer ett utdrag ur Ann-Marie Fasths referat:

Landsorts kapell tillhör Torö församling och invigdes 10 december 1939. Innan dess hade det inte funnits något kyrkorum på Landsort. Kapellet är en gåva av jägmästaren Helge Ax:son Johnson som bodde på Berga slott.1535 började lotsverksamheten på Landsort. Landsort är Sveriges näst största lotsstation och de utför 4 500 lotsningar per år. Idag finns 23 personer bofasta på Öja och som mest var de 250 personer...

När vi kommit tillbaka från kapellet samlades vi på vandrarhemmet där Maud Hagberg hälsade oss välkomna och Ursula Annerfors hade en genomgång av boken "Ta rodet kvinna" av Linda Lindenau och framför allt tränade vi på vår nya "kamplåt" ☺ "Tjejernas Eskadervisa".

Efter samlingen tog många en promenad före middagen som vi åt på Sjöbloms restaurang. Senare idkade några av oss också lite nattnavigering när vi satt i lotsutkikens översta rum och kollade in fyrar och försökte bestämma vilka vi såg. Men utan sjökort var det inte helt lätt.

Efter frukost och morgonpromenad träffades vi åter på vandrarhemmet och Britt Ahl gick igenom enkätsvar om bl.a vad medlemmar i Kvinna Ombord önskar att vi jobbar vidare med. Det hela avslutades med att alla fick en "båtkokbok" som deltagarna själv skickat in recepten till. Ulla Fredin Fischer hade sammanställt den till en fin receptsamling.

Hem åkte vi på söndagseftermiddagen med ordinarie båt från Österhamn..

Totta



Hela QO-gänget på väg hem från Landsort

Tjejsegling 5 sept 2010

Så var det dags igen för årets tjejsegling. Intresset har varit stort men tyvärr blev det många bortfall av olika anledningar. Men skeppare Maud Hagberg på Xanadoo med sina fyra gästar, Lena Borrman, Maritha Tjärner, Britt Ahl och Ann-Marie Fasth gav sig av trots osäker väderprognos som framförallt lovade kyligt väder och frisk nordlig vind.

Men, men, solen lyste från en klarblå himmel och vinden blåste från nord men den var inte bråkig alls. Besättningen var på plats på Broken och vi startade med en god fika. Sen bar det av. Innan Ledskärs fyr hissades seglen och riktningen till att börja med var mot gamla Oxelösund. Men Maud kom med den lysande idén att styra Xanadoo mot Hävringe. Lena och Ann-Marie blev extra förtjusta eftersom de inte har varit där förut.

Sagt och gjort, vi hamnade så småningom i rätt farvatten mot Hävringe. Vinden kom från nordväst och vi fick behaglig och skön medåka. Inga tillfällen till att öva trimning, kryss och dylikt, men stämningen var hög och vi hade tid att prata om allehanda ting.



Väl framme vid Hävringes lilla, lilla hamn, fick Skeppare Maud visa vad hon går för. Alla som har besökt Hävringe vet hur liten hamnen är och hur lite manöverutrymme det finns, men detta klarade Maud galant. Gästarna gjorde ett gott jobb förstås med tilläggnen och vi blev mycket uppmärksammade av en tjej i motorbåten bredvid. Hon uttryckte sin beundran för vår kunskaper. Sådant värmer!

Maud får omgående syn på sin kusin som har sommarhus på Hävringe, så det blev ett snabbt besök hos honom för henne. Vi andra passade på att ta lite fina kort och beundra den storslagna utsikten. Det är så klart väder och

aldrig är väl färgerna så fina som i skärgården på hösten.

Dags för lunch. Vi plockade fram våra medhavda sallader och avnjöt dessa i sittbrunnen på Xanadoo. Dags att starta återfärden. Det tog bara en liten stund av segling innan vinden dog ut. Jaha, här kan vi inte guppa resonerade vi och var tvungna att starta motorn. Lite snopet, men vad gör man. Ann-Marie lärde oss, eller rättare sagt påminde oss om att ta ut kurser på sjökortet och hur man gör det. Det är lätt att bara förlita sig på GPS och andra elektroniska hjälpmedel.

Ann-Marie underhöll oss också med många fina historier från långseglatser hon och hennes man har gjort genom åren. Dessutom bakar Ann-Marie en så god morotskaka som vi avnjuter till kaffet.

Vinden kom tillbaka! Vilken tur! Nu seglar vi igen och vi styr förbi Ledskärs fyr vidare mot Svärdsklöva där flera skulle hoppa av.

Att tjejsegla ÄR lärorikt och otroligt roligt. Undertecknad tycker att jag funderar mer över konsten att segla än när sambon är med. Varför det är så har jag ingen förklaring till. Men så har vi ju så trevligt tillsammans också så nu vill jag passa på att uppmuntra andra att haka på till nästa år. Vi har bestämt att vi kommer att tjejsegla runt den första helgen i september varje år. Välkomna att vara med oss!

Maritha Tjärner

Kvinna ombord på Nynäs

Lördagen den 12 mars bjöd på strålande sol. 16 förväntansfulla kvinnor mötte upp på vandrarhemmet Bränneriet på Nynäs vid 12-snåret. Efter installation i 2 resp. 4-bäddrum åt vi medhavda luncher. Det blev tid till att njuta av vårsolen innan fiket.

Klockan 16.00 välkomnade vi Jessica Eklöv och Annica Edwall som berättade om sin seglats med tant Gredelin från Malmö till Nyköping. Temat var att våga, att övervinna sin rädslor. Det går om man vill men för att känna sig trygg krävs övning. Tjejerna lämnade hamnen i Lomma måndagen den 13 juni. De hade en tidspress att vara framme i Nyköping 20/6. I praktiken betydde det att de skulle segla ca 400 sjömil på en knapp vecka. Trots krångel med utombordaren lyckades de med sitt uppdrag.

Seglatsen innefattade kontakt med varvet i Skillinge, nattsegling över Hanöbukten, medvind i Kalmarsund, soppatorsk samt möte med hjälpsamma människor. Sista etappen var från Fyrudden till Nyköping med bra vind över Bråviken. Tjejerna hade tur med väderförhållandena och det var långa seglingsdagar ca 07.00-22.00. De saknade lite prylar som paddel, bad- eller repstege samt att det inte fanns någon dirk. Vi tackade Jessica och Annica.

Sedan blev det full aktivitet i köket. Vilket surr och gemyt med 18 kvinnor i ett och samma kök. QO-kommittén hade handlat all mat och dryck och vi hjälptes åt med att laga en utsökt 3-rätters meny. Alla njöt vi av maten, sjöng

allsång så att taket nästan lyfte och rundade av med en tävling som fick fart på både knoppen och kroppen. Undertecknade kröp belåtna till kojs strax efter midnatt.

Söndag morgon startade med ett spontant erbjudande från Jessica. Hon höll ett pass medicinsk yoga, ett behagligt sätt att börja dagen på. Styrkta av detta fick magen sitt med en riklig och välsmakande frukost.

QO-kommitten berättade om vårens övriga aktiviteter t.ex. Apotek ombord 13 april samt tjejsseglingen 28 maj. Det var fritt fram för önskemål och tankar om vad vi ville t.ex. var alla överens om att göra om vårträffen nästa år och det kom förslag på lämpliga platser.

Sista punkten var Ann-Mari W. som redogjorde från en resa försommaren -10 på Västkusten. Hon och Gunnar inventerade bebyggelsen längs Bohuskusten. De jämförde hur samhällen och hus hade förändrats under de trettio år som gått sedan de gjorde sin första rapport. Vi fick genom bilder ta del av exempel på denna förändring samtidigt som hon redogjorde för seglatsen längs kusten och genom Göta kanal. Vi önskar henne och Gunnar lycka till med nästa projekt i Blekinge.

Slutligen vill vi tacka Maud, Totta, Britt, Ursula och Ulla F för allt arbete de lagt ned för att vinterträffen skulle kunna genomföras.

Åsa och Lili-Ann



Sjukvård ombord april 2004

Under min tid inom Kryssarklubben har vi flera gånger fått förfrågningar om vi inte kan ordna en information i detta ämne. Av olika orsaker har det inte blivit av förrän nu. Kvinna ombord kommittén har fått hjälp två sjukvårdskunniga seglare som gärna delar med sig av sina kunskaper och erfarenheter.

Föredragshållare var Clas Åke Johansson läkare, och även seglare sedan barnsben, Clas Åke berättade att han innan medicinstudierna även jobbat på räddningstjänsten i Nyköping. Reformväktarnas lokal på Bagaregatan var fylld till bristningsgränsen med intresserade seglare som bland annat via bilder fick lära sig mera om att bedöma allvaret i olika typer av skador och därmed också lättare kunna bedöma hur snabbt skadan behöver komma under

läkarvård. Ibland kan det ju ta många timmar att med egen båt ta sig till en väntande ambulans på fastlandet. Det snabbaste kan ibland vara att bli hämtad med helikopter, men även det tar ibland timmar, givetvis beroende på var man befinner sig. Dessutom behöver helikoptern någonstans att landa.



Clas gick bland annat igenom dessa punkter: *Sårskador, Brännskador, Frakturer, Sjösjuka, Fästingar, Ormbett*

Under kvällen ställdes många frågor från intresserade medlemmar och även åhörarna delade med sig av sina erfarenheter och kunskaper. Vi fick även ett väl genomarbetat kompendium med alla bilder vi fick se under kvällen med kommentarer och tips.

Dessutom fick vi en lista på vad ett välutrustat skeppsapotek bör innehålla, allt från fästingplockare och förband till mediciner.

Tack Clas Åke Johansson och Britt Ahl för en lärorik kväll.
Alf Hagberg



Tjejerna seglade Tant Gredelin sommarens sista dag

Årets tjejssegling var förlagd sent på grund av en eskader till Frankrike veckan före. Vattentemperaturen hade gått ner 10 grader på en vecka. Lördagen den 17 september visade sig dock bli en härlig dag! Solen var framme och gav oss värme hela dagen.

Vi var fem anmälda men fick tyvärr ett återbud i sista stund. Tant Gredelin låg och väntade vid kajen. Ulrika

Roos, som seglat henne några gånger under sommaren, var med under seglingen. Det kändes bra, inte minst med tanke på motorn. Maud Hagberg var vår kapten och övriga gästar var Totta Hallgren och Titti Hadders Lindahl. Vinden var svag. Det hade verkligen inte gjort något med några sekundmeter till. Med tanke på vindstyrkan och växlande vindriktning under dagen så valde vi att inte satsa på att gå så långt. Vi gick norrut och la till för lunch vid Lökholmarna. Flera av oss är ganska erfarna men bortskämda med större båtar utrustade med rullflock och rullgenua samt GPS.

Det är lite skillnad att segla med en mindre båt. Det var just detta som var extra kul. Vi fick tänka "från scratch" och vara uppmärksamma på sjökortet. Med tanke på den svaga vinden så hade vi inga problem och gott om tid att sätta seglen. Det blev storsegel och genua som fick gälla för dagen.

Gott om tid för trevliga samtal och samvaro blev det också. Olika åldrar och erfarenheter berikar. Själva idén med tjejssegling är väldigt bra! På eftermiddagen stannade vi till vid Broken och släppte av vår kapten som mötte upp med vänner där. Så länsade vi andra hemåt mot Nyköping. Det hade varit en härlig dag!

Titti Hadders Lindahl

Vinterträff 11-12 mars 2012



En lördag i början på mars när faktiskt våren började anas träffades vi 19 kvinnor för vår vinterträff. Från början var tanken att vi skulle ses på Malma kvarn på Värmdö, men tyvärr var det problem med vatten m m så därför blev Mättinge målet. Mättinge fritids- och rekreationsanläggning ägs av Valjeviken som är en ideell stiftelse med NHR (Neurologiskt Handikappades Riksförbund) som huvudman. Anläggningen är uppbyggd av medel ur Allmänna Arvsfonden och är helt handikappanpassad. Mättinge ligger alldeles vid stranden av Tvären nära Källviks brygga. Underbart läge. Där finns tillgång till pool, badtunna, bastu, kanoter m m.

Vi träffades vid lunchtid och startade med medhavd lunch. Därefter blev det en promenad med kluriga tipsfrågor. Under eftermiddagen fick vi se bilder och höra Anne-Marie Fasth berätta om en långsegling som hon och hennes man gjorde 2001 från Southampton till Lofoten. Vilken strapats!

Efter de härliga bilderna blev det kaffe med god mo-
rotskaka som sedan följdes av bastu och bad. Härligt.

Inför middagen förberedde vi tillsammans snittar och tilltugg. Några av kvinnorna hade tillrett huvudrätten hemma så den var klar för uppvärmning. Den goda middagen avnjöts under glatt humör. Vi hann även med att hålla ett öga på finalen av Melodifestivalen.

Efter en god natts sömn blev det en riktig god hotellfrukost. Vi fick därefter svara på en enkät om Kvinna ombord. Innan städning och utcheckning av rum och stugor gjorde Ann Mari Westerlind en PowerPointpresentation av sitt gedigna arbete om kartläggning av fiskelägen i Blekinge och Höga Kusten. Mycket intressant.

Vi tog avsked av varandra efter en helg med trevlig samvaro och styrde kosan hemåt.

Peggy och Anita



Långseglade i ebb och flod - från Southampton till Lofoten

För drygt tio år sedan gjorde Ann-Marie Fasth och hennes man Lars-Göran det som många av oss drömmer om eller kanske har drömt om. Som unga pensionärer gav de sig iväg på en långsegling på 7 månader.

Resan började i Farnham där paret bott under några år. I England hade de planerat resan. De hade gått kurser och läst in sig för att klara de mycket speciella förhållanden med strömmar i ebb och flod. I England hade de också köpt in sin "världsvana" och välutrustade båt - en Hallberg Rassy 39. Seglatsen gick via södra England till Irlands västkust och upp till Skottland. Nordsjön korsades mot Bergen och sedan bar det norr ut mot Lofoten.

Sju månader efter avresan antrände de Sveriges kust i Bohuslän med många fina upplevelser i bagaget. Bilderna som Ann-Marie visade var magiska och mycket vackra! "Varför seglar Ni inte söderut" frågade några av parets engelska vänner vid avfärden. Jag förstår precis varför: Vi är nordbor! Vi älskar det karga landskapen, de gröna ängarna, de vackra sten och trähusen och berg och fjordar utmed Norges kust!

Tack Ann-Marie för en inspirerande berättelse! Ni kan vara stolta över denna resa.

Titti Hadders Lindahl

Motornavigering i Nyköpings hamn

Tisdagen den 29 maj var inte den vänligaste kvällen vi har mött i vår. Det blåste från sydöst och vinden var allt annat än varm. Detta hindrade dock inte 13 förväntansfulla, lite pirriga, tjejer att komma till sjömacken i hamnen vid utsatt klockslag. Vi skulle träna på att köra segelbåt, med motor.



Ursula Annerfors, samordnare för kvällens aktivitet, hälsade välkommen och vi delade upp oss på tre båtar. Familjerna Hagberg och Annerfors samt Björn Fredlund lånade generöst ut sina båtar OCH kaptener och gjorde denna kväll möjlig!

Vi började med att lägga ut från hamn, backa och köra. Sedan fortsatte tilläggning vid macken och för några mer teori och test med att "ligga kvar i vindögat". Vi bytte plats vid roret och snart hade den första nervositeten lagt sig. Båtarna tuffade på fram och tillbaka i hamnen. Inget större intermezzo inträffade. Det var väldigt roligt att få köra en annan segelbåt än den egna och att få träna med en duktig kaptan. Efter en dryg timme var vi alla nöjda OCH nerkylda. Det kändes då skönt att komma in på nyöppnade Café Krogen där vi samlades för en gemensam samling efter aktiviteten ute. Stämningen var god och alla nöjda. Jag tror nog att QO's mål att öka kvinnors självförtroende ombord har uppnåtts denna kväll. Det var en riktigt lyckad kväll.

Titti Hadders Lindahl

Tjejsegling med 1 september 2012



Ett trevligt gäng med tjejer ville prova att segla tillsammans. Det var Titti "kaptan", Ulla, Maria, Ulrica och Maggan. Det var samling kl 9.30 vid Dragsviks båtklubb. När vi

kom så regnade det men vår kaptan hade precis kollat vädret så om en timme blev det uppehåll. Passade oss alldeles utmärkt. Vi använde tiden att presentera oss för varandra, små prata och fika.

Kl 10.30 var det dax att gå ner till bryggan där S30 väntade på oss. Mitt första intryck "oj" vad lång båten är. Blir spännande att segla! Vi hissade segel en bit ut i viken stängde av motorn och upplevde tystnaden samt det härliga vattenljudet runt båten. Visst var det livskvalitet! Vi gick igenom Stendörren mot Griskär, Ringsö & Slottet.

Vi använde ytan på Slottsduppet för att träna bl a på att kryssa. Tillbaka in i Dragsvik togs seglen ner. En trivsam och givande dag summerade vi tillsammans.

Maggan

Höstträff i Tystberga

Det är höst, båten är på land! Kan nog kännas lite sorgligt för många så här års, men detta har Qvinna ombord, Sörmlandskretsen, sett till att råda bot på med att förgylla tillvaron med en tjejträff.

Vi är inbjudna till Titti Hadders Lindahl strax utanför Tystberga. Där bor hon tillsammans med sin man Christer i ett helt fantastiskt hus. Vi får göra en rundvandring tillsammans med Titti, som berättar att detta hus har varit under uppbyggnad i ett par decennier! Huset är ett ständigt pågående projekt och har många fina detaljer, där man tagit vara på många fina gamla byggnadskunskaper!



Temat för kvällen är att Totta Hallgren berättar om en seglats i Bottenviken, som hon gjort tillsammans med maken Bengt, till Haparanda. I deras vackra båt Karissa, en Bavaria 37, har de gjort en fantastisk resa upp genom Östersjön in i Bottenviken. Det är spännande att få höra Totta berätta om deras strapatser. Det är en hel del distans som avverkat under denna resa. Alla upplevelser blir för oss levande när Totta berättar med sin inlevelseförmåga om alla små och stora dråpligheter som drabbar dem på deras äventyr. Hon visar ett bildspel med många vackra bilder, som hennes man Bengt har tagit under resans gång. Bilderna finns samlade i en mycket fin bok.

Kvällen är ju inte helt komplett utan mat och dryck. Det bjuds på hembakade pajer, god sallad och kaffe med äppelkaka och vaniljsås. Smakar alldeles förträffligt i höstmörkret!

Det har varit en mycket trevlig kväll hemma hos Titti. Många glada skratt och härlig gemenskap vid brasans sköna sprakande värme. Utanför är det ett stilla regn och det är ingen som gör sig någon brådska att åka hem denna kväll.

Christel C Jonsson

Kurs i Hjärt-Lung-Räddning

Den 13 februari träffades sex QO-medlemmar och några medbjudna män till en kurs i Hjärt-Lung-Räddning. Vi samlades runt kaffebordet och vår instruktör Lillan Henning från ambulansen gav oss en introduktion till kvällen. Sedan fick vi själva prova på att utföra medvetandekontroll och andningskontroll, larma 112, göra HLR på en docka, lägga en person i sidoläge, lära oss hur en hjärtstartare fungerar mm. Efter ett par timmars träning kände hade vi fått många nya och viktiga kunskaper.



Kvällen var givande och vi fick svar på många frågor. Vi fick följa instruktionerna via en video och vår instruktör övervakade att vi gjorde rätt. Videon finns att köpa via HLR-rådet och rekommenderas för alla som vill friska upp sina kunskaper.

Det första vi hörde på nyheterna när vi vaknade dagen efter kursen var att man har räknat ut att 500 liv räddas i Sverige varje år tack vare HLR och hjärtstartare.

Det kändes bra!

Ann-Marie Fasth

Vårvinterträff på Malma kvarn



Helgen 6-7 april träffades en stor del av Qvinna Ombordgänget på Malma Kvarn på Södertörn. Efter medhavd lunch och en klurig poängpromenad samlades alla i solen på trappan framför huvudbyggnaden. Efter kaffet berättade Barbro Söderberg - en av eldsjälarna på Malma Kvarn - om anläggningen och verksamheten. Kryssarklub-

ben fick överta byggnaderna på 1940-talet och startade lägerverksamhet med segling som huvuduppgift. Under 1960- och 70-talen drevs verksamheten ideellt av ett gäng entusiaster, men under senare delen av förra seklet var intentionen att anläggningen skulle drivas kommersiellt, vilket inte bar sig. 2006 var det risk för försäljning. Problemet löstes genom att Stockholmskretsen nu driver Malma Kvarn sommartid och under vintern ligger allt i malpåse. Sommartid anordnas seglingskurser för både ungdomar och vuxna, vilket sliter på byggnader och bryggor. Då det inte bedrivs kursverksamhet kan man hyra anläggningen med vandrarhemsstandard och ett storkök. I den skyddade hamnen finns 10-15 gästplatser och en restaurang sommartid.

Efter Barbros redogörelse diskuterades möjligheterna för samverkan mellan Stockholms- och Sörmlandskretsarna om Qvinna Ombord aktiviteter och att eventuellt ordna seglingskurser enbart för kvinnor.

Kvällsaktiviteterna inleddes med matlagingslag som i det trånga köket producerade en fantastisk tre-rätters middag. Under kvällen sjöng vi många fina sånger och lekte lekar. Stämningen var på topp.

Efter en rejäl "hotellfrukost" och städning samlades hela gänget för att diskutera säkerhet ombord.

Utgångspunkterna var: Vad händer om skepparn blir utslagen? Kan en ensam kvinna klara båten i en nödsituation? Maud berättade om när Alf blev "tuppade av" då han skulle ta upp ankaret i ytterskärgården. Ammi berättade om tillfällen då skepparn fått bommen i huvudet, då det blivit trassel med motorn eller roderhaveri. Andra bidrog med egna erfarenheter och åsikter om vad man bör tänka på innan något händer. Vi samlade inlägg på post-it-lappar och beslöt att gå vidare med säkerhetsfrågorna på höstseglingen.

Sammanfattningsvis handlar det om vilka behov som uppstår antingen vid olyckor eller allmänt tuffa situationer. Vi måste kunna kalla på hjälp och kanske klara båten ensamma. Vi diskuterade:

- **Att kalla på hjälp**
VHF-kunskap, Larm via mobil Helikopterlandning, Markering av nödsituation
- **Man över bord**
Koppling med livlina eller sele
Kasta livlina – underhåll av livlina och boj
- **Att ta ner segel**
Att navigera ensam. Att klara av plotter och GPS
Att få upp en person som har trillat överbord Lossa mantåget
- **Sjukvårdsutrustning, Sjösjuka mm**

Ann Mari

Besök på Askölaboratoriet

31 maj var vi sju kvinnor som tog en stilla tur per motor i s/y Karissa med Totta som skeppare från hemma viken till Askölaboratoriet utan för Hållsviken.



På laboratoriet var det för tillfället inga forskare men vi guidades runt i lokalerna där man analyserar prover som tas i vattnen i närheten. Från början bodde forskarna i byggnaderna som tillhört den gamla gården på norra Askö. Nu bedrivs den mesta forskningen på universitetet i Stockholm, men sommartid hålls kurser med grupper av upp till 40 studenter. Askölaboratoriet tillhör Stockholms universitet och bedriver samarbete med andra institutioner runt Östersjön.

Mer information om miljösituationen finns i tidningen Havsutsikt som kan läsas som pdf på www.havet.nu.

Ann Mari

Vårvinterträff på Landsort 2014

Det snöade och var nästan stormvarning när vi började bilfärden mot Ankarudden på lördagsmorgonen. Sjön var en aning orolig under överfarten till Österhamn på Öja, men ingen blev sjösjuk.

Vi var 19 kvinnor som väl påpälsade vandrade iväg till Kaptenen och Löjtnanten – där vi kunde pusta ut inomhus under helgen. Det ruskade om ordentligt i träden och fjolårsgräset när vi gick på längs stigar och över klippor.



En mycket kunnig f d lots berättade om hur lotsar, fyrvaktare och militärer i olika omgångar kommit till och lämnat ön. Nu finns endast lotsarna kvar. En alldeles speciell upplevelse väntade oss som slut på guidningen – ett besök i fyren som vanligen inte är öppen. Det var häftigt att klättra upp för den långa spiraltrappan och att kliva ut på balkongen längst upp. Nordvinden gjorde att man tappade andan och det var tur att det fanns ett räcke att hålla sig i. Det var mäktigt att se ut över det stormpiskade havet.

Efteråt kändes det skönt att bada bastu och att gemensamt förbereda middagen. Under fördrinken försökte några vika "båtservetter". Andra dukade med våra medhavda udda tallrikar eller sprang mellan stugorna med huvudrätten i skålar och på fat. Det blev hög stämning som vanligt med flera av kretsens gamla sånger. På morgonen gick de mest morgonpigga till Norra hamnen före frukost och samlingen kring "Varför det är bra med eskader". För kvinnor handlar det bl a om säkerhet, social samvaro, upplevelser på nya platser och trygghet. Efter lunch fick var och en skriva ner några tankar om helgen. Några axplock:

Helgen 14-15 mars har varit perfekt. Roligt, mycket frisk luft och en mycket uppskattad guidad tur på lördagen. Fler sådana helger. Jättetrevlig helg med god mat och trevligt umgänge. Bra ställe, rent o fint. Hoppas på nya träffar. Bra kombination av olika aktiviteter. Bra med bildspelet så att det blev lite segling också. Jag gillar egen mat, d v s ej restaurang. Heder åt er som handlat och förberett. Tur med vädret trots allt. Trevlig samvaro. Maten kanon! Bra att göra det enkelt som vanligt. Kul att lyssna på eskadererfarenheterna.

Ann Mari



Qvinna Ombords Tjejträff 6 november



16 kvinnor åt och drack och hade det mysigt. Vi tittade på bildspel från tjejsseglingen till Sävö.



Lena berättade om kappsegling på Irland och Ammi om Arholma förr och nu....



I det allmänna sorlet kunde man urskilja idéer om att träna säkerhet ombord, om möjligheten att kombinera tjejssegling, 24-timmars och pingsträff.

... och om det gamla huset på Östra kyrkogatan.



