

BINGO

MAGASINET



GALAFOKUS PÅ SVERIGES

ELDSJÄLAR

HJÄRTLIG OMTANKE

Riksförbundet HjärtLung
skapar viktig gemenskap

GLAD VIKARIE-LOTTA

Lotta Engberg lånar
gärna Oldsbergs stol

SMS GAV EN NY BIL

Ulla-Viola tog chansen
och vann VW Tiguan

JULIAS MILJONTUR

Tioåriga Julia fixade
Färgfemmans högvinst



2 CHANSER ATT VINNA 10 MILJONER



**SVERIGELOTT
+ 40 PREMIUM-
POÄNG
PÅ KÖPET***



Få en Sverigelott och 40 poäng



BARA FÖR DIG SOM ÄR PRENUMERANT – TITTA I DITT FAKTURABREV
* Ta med kupongen som du hittar i ditt fakturabrev till närmsta ATG-butik och köp två Sverigelotten Jubileumslotter (pris 50 kr/lott) så får du en Sverigelott (värde 25 kr) och 40 Premiumpoäng på köpet. Poängen registreras automatiskt när butiken läst in din kupong.
Erbjudandet gäller endast en gång per kund t.o.m 15 april 2015.

SVERIGELOTTEN

En vår med många vinnande höjdpunkter

Jag älskar vintern! Och för oss som har yngre barn är det en fröjd när snön faller och pulkabackarna ligger vita. Nu bor jag visserligen i trakterna av Borås, så vi är knappast bortskämda med långa snövintrar, men så fort flingorna faller är det bara att plocka fram termobyxorna och vara beredd.

Fast nu är vi på väg mot våren och vinterdagarna är nog lätt räknade framöver, här i den södra delen av landet. Redan om en dryg månad är det dags att fira påsk! För oss som älskar BingoLotto är det extra roligt. Ingvar bjuder in till stort vinstkalas i TV4 på Påskdagen och vi passar dessutom på att fira vår populära programledare, som fyller 70 år veckan innan. Missa inte det!

Snart ska vi dessutom gemensamt hylla Sveriges alla eldsjälar inom föreningslivet och spela Eldsjälsbingo, med chans att vinna upp till 5 miljoner. Det gör vi torsdagen den 5 mars i vår direktsända Eldsjäls-gala, också den i TV4. Då utses Årets Eldsjäl, Årets Unga Ledare, Årets Förening och Årets Kompis. Med tanke på Eldsjälsgalan vill jag passa på att rikta ett extra tack till dig som prenumererar på bingoletter och ger föreningslivet en extra skjuts framåt – varje vecka.



Lisa Berge
Lisa Berge
Redaktör,
Bingomagasinets

Mejla gärna idéer, lästips och synpunkter!
redaktionen@bingolotto.se

Innehåll 1/15



- 4 NU HYLLAR VI ELDSJÄLARNA**
Årets viktigaste gala är här, med chans för dig att vinna upp till 5 miljoner.
- 6 SPRIDER KUNSKAP SOM RÄDDAR LIV**
Riksförbundet HjärtLung erbjuder aktiviteter och gör livräddande insatser.
- 8 LOTTA TRIVS SOM INGVARS VIKARIE**
Känslan att få vända upp miljonluckan i Färgfemman är oslagbar, tycker Engberg.
- 9 FYRA SIDOR SPEL, KRYSS & SUDOKU**
Nu har du nya möjligheter att klura dig fram till en vinst på upp till 300 000 kr.
- 14 TIPSA OM DITT BÄSTA SILLRECEPT**
Dela med dig av din godaste inläggning så kan du vinna presentkort på mat.
- 16 JULIAS TJAT GAV EN MILJON**
Ibland kan det löna sig att vara envis. Fråga Julia Rismas, 10 år, från Mockfjärd.
- 17 GEMENSKAP: RENA HÄLSOKÄLLAN**
Med stöd av forskningen säger vi grattis till dig som är engagerad i en förening.



BingoLotto är en vinnande upplevelse från Folkspel – föreningslivets eget spelbolag. Folkspel är politiskt obundet och vi vill bidra till att ge alla möjligheten att vara med i föreningslivets gemenskap. Bakom oss står 70 riksorganisationer med tusentals föreningar och tillsammans fler än fem miljoner medlemmar. Utöver BingoLotto erbjuder vi BingoLottos Julkalender, nattspelet på bingoletter.se, Sverigelotten och Kosing. Allt överskott går direkt till Sveriges lokala klubbar och föreningar och sedan starten har BingoLotto och våra övriga lotterier genererat närmare 16 miljarder kronor till föreningslivet. Läs gärna mer på folkspel.se

ANSVARIG UTGIVARE HANS SAHLIN REDAKTÖR LISA BERGE REDAKTION FOLKSPEL KUNDCENTER, BOX 292, 431 24 MÖLNDAL
TEXT PROFIL REKLAMBYRÅ PRODUKTION OCH GRAFISK FORM FOLKSPEL INHOUSE TRYCK VINDSPELET UPPLAGA 115 000 EX
OMSLAGSBILD JOHAN CARLÉN. Vi reserverar oss för eventuella felskrivningar och tryckfel.

VI STÖDJER SVERIGES FÖRENINGSLIV SOM PARTNERS TILL FOLKSPEL:



ELDSJÄLSGALAN

Föreningslivets stora

Folkspels Eldsjäls gala är kvällen då vi alla ställer oss upp och hyllar föreningslivets verkliga hjältar – eldsjälarna. Årets Eldsjäls gala direktsänds i **TV4 torsdag 5 mars kl 20** med ett unikt bingospel där du har chans att vinna upp till fem miljoner!

Gala



Eldsjälsgalan är en färgfylld och fartfylld festkväll där föreningslivet får möjlighet att visa upp den bredd och det stora engagemang som finns runtom i landet. I Årets gala kommer vi utse tre individuella pristagare i kategorierna: Årets Eldsjäl, Årets Unga Ledare och Årets Kompis. Dessutom kommer vi utse Årets Förening – där 10 föreningar får utmärkelserna samt 100.000 kronor var.

DE NOMINERADE ÄR

ÅRETS ELDSJÄL



Jan Inge Forsberg, Pixbo Innebandyklubb
Grundare av innebandyklubben 1981. Har varit aktiv i föreningen sedan start och är tränare för såväl juniorer, damer som herrar.



Kristina Söderlund, Alunda SK Friidrott
Ordförande och tränare som betyder allt för ungdomsfriidrotten på orten. En inspirationskälla som driver på alla i föreningen.



Mikael Andersson, Kungälv Karate
Har ensam startat upp verksamheten som på bara några år vuxit till en av Sveriges största karateföreningar. Instruktor och inspiratör.

ÅRETS UNGA LEDARE



Batoul Raad, Ale Pyssel & Kulturförening
Grundade föreningen endast 12 år gammal. Har varje kväll hand om 15-20 barn som får aktivera kreativitet och själ.



Jerry Klinton, Jivers Dancing Club
Energi- och glädjespridare som håller flera kurser själv. Har varit engagerad i föreningen i åtta år, bland annat som styrelseledamot.



Patrik Nilsson, IFK Arvidsjaur FK
Tränare som integrerar invandrare i samhället genom fotbollen. Har ökat fotbollsintresset så att man nu har såväl A-lag som utvecklingslag.

Chans på 2 eller 5 miljoner i ett unikt bingospel

I Årets Eldsjälsbingo finns det dessutom två extra högvinstkombinationer på bingobrickan. Prickar du in den dubbla lila diagonalen eller den gröna lodräta raden så får du spela vidare i BingoLotto med chans att vinna upp till 5 miljoner eller 2 miljoner. Dessutom kan du vinna 1 miljon direkt på den blå vågräta raden.



Surfa in på bingolotto.se och köp extra lotter till Eldsjälsgalan.

NYHET! Köp dina lotter via SMS!

SMS:a BINGOLOTTO + ditt personnummer till 72030 (t.ex. BINGOLOTTO 5311207130). Pris 50 kr/SMS.

Du kan välja att spela dina lotter direkt på datorn, skriva ut dem eller dutta dem via vår app på din mobil eller surfplatta. Appen hämtar du gratis via App Store eller Google Play.



Förbundet som tänker på

hjärtat



Varje år utbildar Riksförbundet Hjärt Lung 3 500 livräddare.

- En snabb insats kan vara skillnaden mellan liv och död, säger förbundsordföranden Inger Ros. Tack vare sina kunskaper i hjärt- lungräddning kunde exempelvis Eva Stenström rädda livet på sin man.



Eva fick ta emot utmärkelsen Årets hjärt-lungräddare av Riksförbundet HjärtLung. En utmärkelse hon fick efter att hon räddat livet på sin man, Kristian, 31 år.

Text **Erik Torstensson**
Foto **Fredrik Schlyter, Magnus Östnäs, Privat**

Eva Stenström satt som tur var bredvid Kristian, som hade somnat i TV-soffan. Plötsligt snarkade han till. Eva slog till honom lite lätt för att han skulle vakna lagom till att deckarserien de väntat på skulle börja. Men snarkningen bara fortsatte och när Eva vände sig mot Kristian såg hon att han inte andades. Eva ringde 112 och i väntan på ambulansen gav hon sin man hjärt-lungräddning i närmare 20 minuter.

– Jag ska verkligen förmedla budskapet om att alla bör lära sig detta. Plus att inte ge upp, utan verkligen fortsätta ända till sjukvårdspersonal tar över, försäkrade Eva, när hon tog emot utmärkelsen Årets hjärt-lungräddare av Riksförbundet HjärtLung i början av december förra året.

Viktigt att även yngre utbildas

Varje år drabbas 10 000 svenskar av plötsligt hjärtstopp och snabba insatser är helt avgörande för utgången. Tack vare att Eva via sin arbetsgivare utbildats i hjärt-lungräddning (HLR) visste hon direkt hur hon skulle agera. Riksförbun-



Hälsans Stig, som idag finns på ungefär 130 platser runt om i Sverige, är ett initiativ som Riksförbundet HjärtLung jobbar mycket med. De promenadvänliga slingorna inspirerar till lagom långa och hjärtstärkande gångutflykter. Gärna tillsammans med trevligt sällskap.

det HjärtLungs ordförande Inger Ros understryker just vikten av att även yngre generationer lär sig HLR, då det tyvärr visar sig att hjärtproblem ofta drabbar även relativt unga. Förbundet ger på egen hand årligen 3 500 personer livräddande kunskaper och det är en del av ett brett förebyggande arbete, som delvis finansieras genom försäljningen av bingoletter ute i förbundets närmare 160 lokalföreningar.

Rätten till bra rehabilitering

Föreningarna ordnar en rad olika motions- och trivselaktiviteter för människor som drabbats av någon hjärt- eller lungsjukdom. Att alla får chansen till en bra rehabilitering är en av nyckelfrågorna och genom aktiviteter som exempelvis gymnastik, vattengympa, medicinsk yoga och stavgång ser förbundet till att bidra till ett aktivt vardagsliv och mycket social gemenskap.

– Förutom utbildning och information vill vi ge möjligheter att ta vara på det friska och bidra till en bra livskvalitet. För en del kan det innebära att man behöver hjälp med att ändra livsstil, säger Inger Ros, som själv drabbades av hjärtinfarkt för snart sex år sedan.

”Jag kände ett tryck över bröstet”

– Jag kände ett tryck över bröstet, men förstod inte riktigt vad det var. Samma natt vakna-

de jag och kände inte riktigt igen min kropp och efter att ha åkt ambulans till akuten så konstaterades att det sannolikt var en infarkt, påpekar Inger.

Sedan dess tänker hon mer på vad hon äter och ser till att promenera och träna oftare.

– Dessutom undviker jag att hamna i situationer med negativ stress, säger Inger, som efter många år som sjukvårdspolitiker dragit ner något på tempot.

”Vi har en stor funktion att fylla”

Hon har varit förbundsordförande i HjärtLung sedan 2010 och är imponerad av sina förbundsmedlemmars stora och ideella engagemang.

– Jag har ett väldigt inspirerande uppdrag och som patientorganisation har vi en stor funktion att fylla.

Riksförbundet HjärtLung består av 156 lokalföreningar med drygt 40 000 medlemmar över hela landet. Förbundet arbetar främst med opinionsbildning, livsstilsaktiviteter och socialt stöd för alla som drabbats av någon typ av hjärt-lungsjukdom. Genom Forskningsfonden ger förbundet också stöd till forskning med fokus på rehabilitering och förebyggande insatser.



Lotta – världens bästa vikarie

När Ingvar Oldsberg är på resande fot dyker en rutinerad vikarie upp.
– Det är fantastisk roligt att få möjligheten att hoppa in då och då och fortsätta vara en liten del av BingoLotto, säger Lotta Engberg.

Text **Erik Torstensson** Foto **Johan Carlén**

BingoLottos trogna spelare har inget emot lite ombyte på programledarstolen – så länge det är världens bästa Lotta som dyker upp igen. Hon har fått massor av beröm de gånger som hon gjort BingoLotto med Oldsberg & Co på sitt sätt.

Miljonen ger lyckokänsla

– Jag tycker att Ingvar har hittat en bra form som även jag trivs med. Just att ha tid att prata med gäster och spelare är väldigt trevligt. Och något av det roligaste som finns är fortfarande att få vända fram en lucka i Färgfemman som det står 1 miljon på, säger Lotta, som kommer att dyka upp ytterligare under våren.

Under åren 2008-2011 gjorde hon omkring 120 direktsändningar som programledare.

– Det gav mig en stor erfarenhet som gör att jag idag kan slappna av på ett annat sätt. Jag är kanske lite mer rynkig utanpå, men jag känner mig slät och fin inuti, säger Lotta och skrattar.

Förutom gästspelen i BingoLotto och även i TV4:s Nyhetsmorgon, har hon tagit det betydligt lugnare än vanligt den gångna hösten och vintern. Hon har exempelvis tackat nej till stora julturnéer och istället unnat sig tid att framtidsplanera och umgås med barn och barnbarn. Dessutom har hon instiftat ett stipendium för unga musikanter. Lotta, som själv fått ta emot bland annat Ulla Billqvists och Lasse Dahlqvists stipendier, vill på det här sättet inspirera unga begåvade musikanter att fortsätta förkovra sig.

”Fler ungdomar ska få chansen”

– Jag vill att fler ungdomar som verkligen brinner för sin musik ska få chansen att exempelvis åka på läger eller ta extralektioner, säger Lotta.

Snart börjar uppladdningen inför ännu en säsong av TV4-succén Lotta på Liseberg. Det hörs att huvudpersonen längtar till allsångsfesten.

– Ett bättre sommarjobb är svårt att tänka sig.

QUIZ

1. GEOGRAFI
2. NÖJES&KULTUR
3. NATUR&VETENSKAP
4. MAT&DRYCK

Testa dina kunskaper! Fyra kategorier med fyra frågor i varje ger dig 16 utmaningar.
VÄND PÅ TIDNINGEN FÖR ATT HITTA DE RÄTTA SVAREN.

Geografi ?

1. I vilken stad finns gatan La Rambla och byggnadsverket Sagrada Família ?
2. Vilken svensk stad förknippas vi med lergöken?
3. Vilken är Japans näst största stad?
4. Vad heter Nya Zeelands huvudstad?

Natur & Vetenskap ?

1. Vad kallas valens unge?
2. Vilken kemisk beteckning har väte?
3. Vilket är namnet på skalan vid mätning av en jordbävningens styrka?
4. Hur många meter är 100 mil?

Nöje & Kultur ?

1. Vem har varit programledare i radion för bl a Poporama och Tracks ?
2. Vem har skrivit svensktoppshiten ”Snabbköpskassörskan”?
3. Vem har skrivit romanen ”Simon och ekarna”?
4. Vad heter det berömda operahuset i Milano?

Mat & Dryck ?

1. Vilken typ av ost används i en traditionell italiensk caprese?
2. Från vilken växt utvinns saffran?
3. Från vilken land kommer Riojavinet?
4. Vilken rotsak är framträdande i en Biff à la Lindström?

LÖS REBUSEN OCH VÄLJ VINSTER FÖR UPP TILL 300 000 KRONOR

Lös rebusen och sms:a in svaret + ditt personnummer till 720 30 senast 30 april 2015.
(t.ex XXXXXXXX 5311207130)



- SE



- ED



- G

Välj presentkort hos våra samarbetspartners för vinstbeloppet!

Varje SMS kostar 10 kr + ev. trafikavgift. Kontantvinster upp till 100 kr betalas automatiskt ut till ditt spelkonto hos Folkspel inom två timmar efter att du mottagit ditt SMS. Om du inte har ett konto sedan tidigare skapas detta per automatik vid första köpet. Övriga vinster hanteras inom 14 dagar. Lotteriet har automatisk vinstkontroll. Åldersgräns 18 år. **Mer information på www.bingolotto.se/sms**

Lös sudokun och välj vinster för upp till 300 000 kr

LÄTT A

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

MEDEL B

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

MEDEL C

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

SVÅR D

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

Välj presentkort hos våra samarbetspartners för vinstbeloppet!

Lös respektive sudoku och SMS:a in koden du får fram i de markerade rutorna. SMS:a koden och ditt personnummer till 72030 (t. ex A123A 5311207130) senast den 30 april 2015. Du får då tillbaka ett lottnummer och ser direkt i dragningslistan till höger om du vunnit. Lycka till! OBS, endast en kod per SMS.

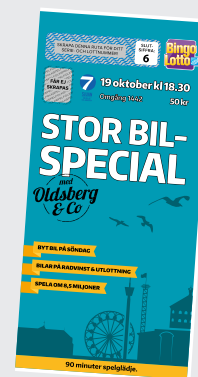
Varje SMS kostar 10 kr + ev. trafikavgift. Kontantvinster upp till 100 kr betalas automatiskt ut till ditt spelkonto hos Folkspel inom två timmar efter att du mottagit ditt SMS. Om du inte har ett konto sedan tidigare skapas detta per automatik vid första köpet. Övriga vinster hanteras inom 14 dagar. Lotteriet har automatisk vinstkontroll. Åldersgräns 18 år. Mer information på www.bingolotto.se/sms

DRAGNINGSLISTA

Lottnr:	Vinst:
4 7 7 9 4 5	300 000kr
7 1 2 9 1 8	300 000kr
* 4 7 4 2 6	50 000kr
* 2 5 3 9 1	50 000kr
* * 7 3 4 9	20 000kr
* * 5 9 9 6	20 000kr
* * 4 2 4 8	20 000kr
* * * 3 9 8	100kr
* * * 2 2 5	100kr
* * * 1 1 9	100kr
* * * * 4 1	25kr
* * * * 2 8	25kr
* * * * 3 9	10kr
* * * * 1 5	10kr



Ulla-Viola vann sms-bilen



Ulla-Viola Nilsson bor på Gotland och brukar spela BingoLotto tillsammans med sin man då och då. Precis så gjorde de 19 oktober i BingoLottos BilSpecial. På baksidan av lotten såg Ulla-Viola att man kunde vinna en Volkswagen Tiguan på sms-spelet.

Text **Fredrik Liljeberg**

– Jag tänkte att det kunde vara roligt att pröva, jag har ju aldrig spelat på SMS tidigare. Jag fyllde i koden och mitt personnummer och skickade sms:et.

– Sedan dröjde det bara några minuter så plingade det till i telefonen igen. Först kom det ett sms om att jag var registrerad och hade fått ett vinstkonto. Sedan plingade det till igen. Då kom ett lottnummer till tävlingen och att jag vunnit bilen. Jag trodde inte mina ögon, säger Ulla-Viola och skrattar.

– Jag hade svårt att sova på den natten. Jag trodde inte det var sant att jag vunnit en bil för 300 000 kronor. Sånt händer ju bara andra, inte mig, skrattar Ulla-Viola.

Firade vinsten i Thailand

– Dagen efter åkte vi till Thailand. Vi hade redan bokad en vecka. Men när jag vunnit en storvinst tyckte vi var värda ytterligare en vecka, och bokade på ytterligare en vecka.

När de kom tillbaka från Thailand fick Ulla-Viola besked om när bilen kunde levereras. Eftersom det var en spitterny Volkswagen Tiguan hon vunnit skulle det dröja ett tag.

– Det gjorde inte så mycket. Men, vad roligt det är att få en helt ny bil, säger hon och skrattar igen. Då kan jag åka ner till Coop i Lärbro där jag brukar köpa mina lotter. Jag köper dem av Lärbro IF som säljer där. Fast vinstlotten köpte jag på Coop i Visby, säger hon och skrattar igen.

Sill och choklad sätter smak på påsken

En påsk utan sill och choklad är liksom ingen riktig påsk. Salt och sött, men i näst intill oändligt många olika varianter. Här får du några smakfulla tips – och har dessutom chansen att vinna presentkort hos Coop genom att bidra med ditt bästa sillrecept.

Text **Erik Torstensson**

TÄVLING – GODASTE SILLEN!

VINN PRESENTKORT HOS COOP VÄRDE 500 KR

Nu har du chansen att dela med dig av dina favorit-recept! Skicka in ditt bästa sillrecept och delta i tävlingen av ett presentkort hos Coop, värde 500 kr och lotter till BingoLottos Påskspecial.

Läs mer på www.bingolotto.se/sill

Påsken är en mathögtid i klass med julen och gemensamt för de två helgerna är, förutom musten, inte minst sillen och chokladen.

Att lägga in sin egen sill blir allt vanligare. Det sätter lite personlig prägel på påskbordet. Har du inte provat, så låt dig inspireras av vårt goda sillrecept på påksill.

Vi bjuder dessutom på ett riktigt gott chokladrecept från anrika chokladtillverkaren Lindt som har sina rötter i Schweiz. Choklad fyller inte bara påskskäggen, utan kan också vara kronan på verket som dessert på det stora påskkalaset.

Sex kilo choklad om året

I Sverige äter vi cirka sex kilo choklad per person och år. Det är betydligt mindre än i exempelvis Lindts hemland Schweiz, där konsumtionen är den dubbla.

– Fast där har vi inte lösgodistraditionen på samma sätt som här i Sverige, konstaterar Patrick Faeh, schweizare och nordenchef för Lindt & Sprüngli.

Nya smaker

Att ge bort en fin ask choklad till värdparet är en växande trend och idag föds ständigt nya chokladrecept. Det finns egentligen inte några



begränsningar och ingredienser som chilli, salt, kryddor, örter, bär och frukt är bara några exempel på populära smaker i chokladversion.

– Att vi människor rör på oss över världen skapar nya intryck och skapar nyfikenhet för nya smaker. Vi har egna utvecklingsavdelningar som ständigt hittar nya spännande recept, berättar Patrick Faeh, vars egen favorit choklad just nu är Lindt Excellence med havssalt.

Så blev Guldharen en påsktradition

När påsken närmar sig är Guldharen från Lindt extra passande att ge bort, eller varför inte fylla påsken därhemma. Den skapades redan 1952, då en av Lindts chokladmästare och hans son såg en hare skutta över den snötäckta trädgården. När haren försvann in bland buskarna blev pojken så ledsen att pappan fick idén att göra en hare i mjölkchoklad. Han slog in den i guldplåt och för att den inte skulle komma bort, fick den ett rött band med en liten bjällra i runt halsen. Idag är haren en del av påsktradition i stora delar av världen.



Chokladinspiration

CHOKLAD- OCH NÖTTOPPAR

INGREDIENSER (16 st)

100 g Lindt Excellence 70%

75 g hasselnötter eller mandlar, hackade och lätt rostade

75 g valnötter, hackade och lätt rostade (Även andra nötsorter kan användas)

GÖR SÅ HÄR:

Rosta nöterna gyllbruna i en stekpanna på medel-låg värme, så får de en starkare och mer intensiv arom. Häll över i en skål. Smält chokladen i en skål över ett varmt vattenbad, låt stå kallt tills kanten börjar stelna. Tillsätt de hackade nöterna och blanda ihop ordentligt. Använd en tesked och klicka ut små toppar av massan på ett bakplåtspapper. Ställ kallt.



Påksill på 5 minuter

CURRYSILL MED ÄPPLE

INGREDIENSER (4 portioner)

200 g naturell färskost

3 dl gräddfil

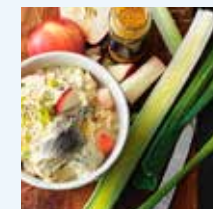
3 fintärnade äpplen

10 cm hackad purjolök

3 tsk curry

2 msk mango chutney

840 g fem-minuterssill



GÖR SÅ HÄR:

Blanda färskost, gräddfil, äpple, purjolök, curry och mango chutney till en sås. Skiva sillfiléerna och vänd ihop med såsen. 5-minuterssill och hemgjord sås är en smart genväg till att själv göra sillen.



En söndag utan ett par "Oldsbergare" är liksom inget riktigt BingoLotto. Här kommer ännu en leverans av göteborgska fyndigheter.

"Det är jämnt, det är alldeles jämnt. Så är det nästan jämt."

Ett konstaterande på val-söndagen 2014 då Oldsberg innan valstugorna stängde, gjorde en mindre vetenskaplig mätning med sin specialdesignade japanska mätningssmanick.

"Då gör jag som Ingos motståndare. Jag går och lägger mig före tio".

Ingvar gick på knock när det gällde erbjudandet att dejta författaren Camilla Läckbergs mamma, sedan det avslöjats att Camillas pappa var kusin med boxningsvärldsmästaren Ingemar "Ingo" Johansson.

"Det hade vi som ledtråd i "På spåret" en gång. Förkyld fågel? Här-nös-and!"

Färgfemman-vinnaren Marie Söderström från Härnösand fick sig en snabb fågellektion när amatörornitologen Ingvar fick veta att hon kom från staden i Ångermanland.

"Det är en så kallad räkneresor vi har".

Pavel Jasinski från Lindome vann inte bara 15 kilo räkor, utan också ett besök vid Varbergs kurort. Oldsberg fann snabbt ett logiskt samband.



"Julia, den här kvällen kommer varken du eller jag att glömma", konstaterade Oldsberg när dalatjejen tagit över luren från mamma Mia och fixat högvinsten.



Foto: Privat

Mamma Mia, Julia – vilken miljontaktik!

10-åriga Julia hade siffertaktiken klar. Det gav familjen Rismas utanför Mockfjärd en hel miljon på Färgfemman!

Text Erik Torstensson Foto Johan Carlén

Julia sänkte medelåldern rejält bland telefonörerna när hon för familjens räkning tog hand om vinnarsamtalet med Oldsberg i säsongspremiären den 4 januari. Det skulle visa sig vara ett riktigt lyckodrag. Först prickade hon in Färgfemman i låda nummer fyra, sedan hittade hon direkt miljonen bakom lucka tio.

– Hon valde fyra eftersom hon är född 2004 och nummer tio eftersom hon är tio år, konstaterar pappa Andreas nöjt.

Med envisa påtryckningar fick Julia dessutom sin pappa att köpa varsin bingolett till sig själv och lillasyster Moa, 7, inför Uppesittarkvällen 23 december. Det gav i sin tur två nya lotter i vinst och lagom till säsongspremiären hämtade mamma Mia ut dem. När det sedan blev bingo ringde Mia in till Ingvar och kom fram. Sedan tog Julia över och fixade miljonen.

Föreningsmedlemmar mår bättre

En god hälsa är det viktigaste för ett gott liv. Det är något alla vill ha och kvällstidningarna tävlar nästan dagligen om vilka recept på välbefinnande som är bäst. Ändå är det så att de allra flesta av oss i Sverige oftast har det runt knuten – i den lokala föreningen.

Text Fredrik Liljeberg Foto Sveriges hembygdsförbund



Forskning har visat att om livet känns meningsfullt ökar också välbefinnandet. Och bäst välbefinnande i vårt avlånga land finner vi i Västerbotten, där en av förklaringarna till invånarnas psykiska välmående ligger i traditioner, kultur och historia.

Lars Jacobsson, professor emeritus i psykiatri i Umeå förklarar:

– I Västerbotten finns en lång och stabil folkrorelsetradition. Den skapar sammanhållning och gemenskap vilket gör att man upplever livet som meningsfullt.

Traditioner skapar gemenskap

Det ligger en hel del i professor Jacobssons slutsatser. Lite fler än fem miljoner svenskar är medlem i en förening. Och utöver det att göra det man tycker är roligt tillsammans med likasinnade så är det just gemenskapen och glädjen som ger ett stabilt psykiskt välmående.

Sveriges unika folkrorelsetradition bygger på tradition och kultur, vilket i sin tur skapar sammanhållning och gemenskap. Något som gör att man som föreningsmedlem upplever livet som meningsfullt, och därmed mår bättre.

Folkspels VD Hans Sahlin lägger till ytterligare en aspekt:

– En av de viktigaste frågorna i dag är integrationen, och det finns inget bättre sätt att komma in i samhället på än att gå med i en förening. Det skapar förutsättningar för trygghet hos våra nyanlända.

För engagemanget och viljan att få med alla på spåret är grundläggande inom föreningslivet. Och på så vis skapar vi ett aktivare, friskare och mer välmående Sverige.

75 000 som får ännu fler kägglor att falla



Bowlingklubben Örnen i Norrköping lockar allt fler yngre spelare och med 75 000 kronor extra i kassan från BingoLottos föreningshjul ser framtiden riktigt spännande ut.

– Det här betyder jättemycket för oss, säger kassören och tidigare landslagsspelaren Stefan Falkhäll.

Text Erik Torstensson Foto BK Örnen

Veckorna före jul fick klubben sin extra julklapp när Stefan tillsammans med vice ordföranden Tony Bjerselius var på besök hos Ingvar Oldsberg i BingoLotto-studion och tog emot vinstchecken.

”DET ÄR EXTRA ROLIGT ATT SE ALLA YNGRE DUKTIGA SPELARE SOM KOMMER FRAM”

–Vi var i hallen och hade en ungdomstävling när vi fick reda på att det var vi som hade vunnit 75 000 kronor. Det kändes förstås helt fantastiskt, säger Tony Bjerselius, vars pappa Åke är ordförande i föreningen och dessutom

driver bowlinghallen där många bowlingföreningar i Norrköping tränar och tävlar.

Svenska Bowlingförbundet ser generellt en positiv trend då antalet barn och ungdomar som söker sig till bowlinghallarna ökat rejält de senaste tio åren. Det märks även i Norrköping, som är en stark bowlingstad.

– Med hjälp av pengarna från Föreningshjulet kan vi bland annat låta våra ungdomar vara med på större tävlingar och de som kommit riktigt långt redan kan ges möjlighet att även åka ut i Europa och tävla, säger Stefan.

Gemenskap över generationer

Han konstaterar att bowling är en sport för alla åldrar och alla kunskapsnivåer.

– Bowling skapar en stark gemenskap och du kan spela med familjen, kompisarna eller



BK Örnen, som bildades 1942, har såväl dam- och herrlag i division 1 och dessutom en växande ungdomsverksamhet. Pengarna från BingoLottos föreningshjul kommer att satsas just på att utveckla barn- och ungdomsverksamheten ännu mer. Bland annat ökar möjligheten för yngre spelarna att åka på fler och större tävlingar, både i Sverige och utomlands.

arbetskamraterna som en rolig aktivitet, men du kan också satsa helhjärtat. Samtidigt är det en sport som ofta fungerar bra att utöva även om du har en funktionsnedsättning.

BingoLotto skapar möjligheter

Både Stefan Falkhäll och Tony har spelat i Elitserien många säsonger och toppar klubbens tabell över antalet spelade A-lagsmatcher i BK Örnens tröja. Nu är de en del av tränarstaben och engagerar sig dessutom i styrelsen. Målet på seniorsidan är att på sikt att ta sig tillbaka till högsta herrserien igen – och samtidigt fortsätta satsningen på det nystartade damlaget.

– Vi har sålt bingolotter sedan 1992 och det ger oss viktiga intäkter så att vi kan fortsätta utvecklas och hålla nere avgifterna, säger Tony.

Vinsten i Föreningshjulet inspirerar förstås extra mycket inför fortsättningen.

– Det är extra roligt att se alla yngre duktiga spelare som kommer fram, säger Stefan Falkhäll, som har ett VM-guld i lag, flera nordiska mästerskapsmedaljer och en rad SM-medaljer i silver och brons.



Dags att beställa

VÅRENS KATALOG

I vår nya vårkatalog finner du massor av nyheter, erbjudanden och inspiration inför säsongen. Beställ din katalog på mio.se och få en värdecheck på 100 kronor att använda när du handlar för minst 400 kronor.

FÅ EN
VÄRDECHECK
100:-

NYHET! SOFFA
4.995:-

NYHET 3-sits soffa rak Hampton i tyg Dover natur, ben/hjul i ek/mässing, B 197 cm 4.995:-. Pris i komfort Delux fr. 5.995:- **Fätölj** Twist i tyg Fiesta offwhite, ben i svartbets 3.995:- **NYHET Soffbord** Bellissa i marmor-mönstrat glas med underrede i kromad metall 1.895:- **Sidobord** Gina i rostfritt stål med skiva i klarglas 899:- **NYHET Handvävd matta** Helena, 100% bomull med handtryckt mönster, offwhite/svart, 160x230 cm 799:- **Taklampa** Random i kromad metall, 4xE14 och 4xE27, Ø 64 cm 3.995:- **Golvampa** Cato LED i aluminium 1.895:- **NYHET Kuddfodral** Menara 159:- **NYHET Kuddfodral** Farah 159:- **Gardin** Linnea 499:- **Vas** Drops 399:- **Ljusstake** Elegance fr. 179:- **Ljuslykta** Mango fr. 99:- **Skål** Cielo 99:- **NYHET** Flaska Moderna 299:-

mio
www.mio.se