



Medlemstidning för Stockholms marinlottakår | Nr 2/2025



Foto: Nalle Malmberg

Hej, Marinlotta!

Jag hoppas att du haft en fin sommar med vila och kanske någon lottautbildning eller kurs. Och att du fått ny energi inför höstens nya uppgifter och utmaningar.

Det händer mycket i vår omvärld just nu och vi måste vara beredda och förberedda på det värsta.

Lottorna får fler och fler utbildningsuppdrag och vi behöver bli fler som utbildas och fyller utbildningsplatserna. Har du anmält dig till en utbildning eller kurs, är det viktigt att du går den. Har du inte möjlighet, meddela arrangören att du inte kan gå så att någon annan i så fall kan ta den platsen.

Vi, liksom många andra lottakärer i Sverige, har fått ett stort antal nya medlemmar de senaste åren och det är verkligen roligt att engagemanget finns! Det medför också att vi behöver bli fler funktionärer på Kåren för att ta hand om alla nya lottor. Ett kärt besvär men här behöver vi din hjälp! Du kan hjälpa till med att bidra till att kåraktiviteter genomförs, att informera om vad totalförsvaret innebär o.s.v. Läs "Vad gör vi på Kåren efter fem?" där vi också bjuder in till ett informationsmöte om vad det innebär att vara funktionär på Kåren.

Varmt välkommen den 14 oktober!

Esther Meyer-Malmberg
Kårchef



Stockholms marinlottakår
c/o Drottning Victorias Örlogshem (DVÖ)
Teatergatan 3, 111 48 Stockholm
Tel: 0768-52 81 64
Medlemsavgift år 2025: 350 kr
E-post:
stockholms-marinlottakar@svenskalottakaren.se

Innehåll i detta nummer

Kårchefens ord	1
Lottaminnen från förr / Museibesök 9/4	2
Vad gör vi på Kåren efter fem?	3
Kurs för bättre CBRN-beredskap	4-5
Info för lottorna	5
Skärgårdsmässan/Allt på sjön	6
God kondis viktigt även inom totalförsvaret	7
Kalendarium	8

Lottaminnen från förr?

Vi har fått en förfrågan från Stockholms länsmuseum om lottaminnen från förr.

Har du några lottaminnen, hört lottaberättelser av din mamma, mormor, farmor eller andra i din närhet, hör av dig till Moa Beskow, Stockholms länsmuseum.

Läs hennes brev här bredvid.

”Stockholms länsmuseum kommer under hösten påbörja en insamling av minnen och bilder från tiden kring andra världskriget för att bevara berättelsen om hur livet såg ut i Stockholms län under krigsåren innan det faller i glömska. Även om Sverige inte deltog i kriget så påverkades vardagen och samhället starkt av vad som hände i Europa — med ransoner, flyktingar, beredskapstjänst och den allmänna osäkerheten som låg över landet. Vi vänder oss därför nu till Lottakårer i Stockholms län och andra föreningar och organisationer där det kan finnas berättelser från äldre personer som har egna eller äldre släktingars minnen/fotografier från denna tid. Finns det berättelser eller dokument sparade från beredskapstiden (1939–1945) hos er? Är ni intresserade av att delta i en insamling av minnen från denna period?

Vi tar tacksamt emot kontakter till personer som kan tänka sig att bli intervjuade eller berätta på annat sätt. Även om personen själv inte upplevt kriget kanske han eller hon har hört berättelser från en förälder eller äldre släkting. Vi är också intresserade av fotografier. Om det är flera som är intresserade kan vi arrangera större träffar men vi kan också träffa en person i taget.”

Vänliga hälsningar

Moa Beskow

Etnolog

Stockholms länsmuseum

E-post: moa.beskow@regionstockholm.se



Stockholms Stadsmuseum 9 april

14 lottor deltog i ett uppskattat besök med en duktig guide som lotsade oss genom sekelskiftets Stockholm från en fattig till blomstrande stad. Vi fick höra många spännande berättelser kring staden och människorna vid den tiden.



Foto: Stadsmuseum/Lesley Williamson



Vad gör vi på Kåren efter fem?

Ja, vad GÖR vi???

Vi är ett antal styrelseledamöter och funktionärer i Stockholms marinlottakår som arbetar för att du som medlem ska få ett så brett utbud av medlemsaktiviteter, studiebesök, kåraftnar och event av olika slag att välja mellan. Vi har också ett nära samarbete med andra Stockholmskåren. En gång i månaden har vi styrelsemöte, där vi tar beslut om vilka medlemsaktiviteter vi ska göra.

Vi hjälper dig som medlem (kanske just du fått hjälp?) med att ansöka om en utbildning eller kurs, vi gör en utbildningsplan och informerar om kurser och olika utbildningar inom både det civila och det militära området. Och en hel del annat förstås!

Nu behöver vi din hjälp med detta arbete!

Vi tror att du tycker det är roligt att ordna ett studiebesök, en kårafton med en föredragshållare eller informera

om våra kurser. Eller något annat!

Vi behöver bli fler funktionärer när vi nu har en ständig ström av nya medlemmar att ta hand om och hjälpa vidare. Vi hinner inte riktigt med!

Att vara funktionär är också ett bra sätt att lära känna andra lottor, att känna gemenskap och kamratskap både i den egna kåren och i hela organisationen Svenska Lottakåren.

Att vara funktionär innebär ett engagemang i kårens arbete men det behöver inte bli tungt och tråkigt. Ju fler vi blir, desto enklare och roligare blir uppgifterna att lösa!

Du kanske inte vill eller kan gå en utbildning för att skriva avtal men du vill ändå hjälpa till!

Du är varmt välkommen att bli funktionär hos oss och det är ett jättebra sätt att GÖRA något!

Vi ska ha ett informationsmöte den 14 oktober kl 1800 i vår kårlokal och du är så välkommen att delta och höra mer om vad det innebär att vara funktionär i en lottakår! Anmälan gör du per mail till stockholms-marinlottakar@svenskalottakaren.se

Skriv "info-möte" i ämnesraden. Vi vill gärna ha din anmälan senast den 7 oktober.

Kaffe/té och smörgås kommer att finnas från kl 1800 och mötet börjar kl 1830.

Vår adress är:

Stockholms marinlottakår, Drottning Victorias Örlogshem, Teatergatan 3, 1 tr.

Vi "bor" vägg i vägg med Wallmans restauranger.

Vi behöver dig, så jag hoppas att vi ses den 14 oktober!

*Varmt välkommen hälsar
Esther Meyer-Malmborg
Kårchef*

I somras gick jag min första utbildning mot CBRN instruktör i Ravlunda. Vi var 15 elever med ett gediget intresse som samlades en vecka för att påbörja vår resa mot både CBRN instruktör och CBRN soldat.

Här nedan kommer en text som en av eleverna skrev efter utbildningen. Läs! Och fångar det ditt intresse så kontakta Försvarsutbildarna för mer information om hur du går vidare för att själv söka utbildningen.

*Trevlig läsning
/Marie Westman*



Kurs för bättre CBRN-beredskap*

Beredskapen att agera på CBRN-hot, det vill säga fiendens användande eller hot om användande av av kemiska, biologiska, radiologiska eller nukleära stridsmedel behöver öka. Det är utgångspunkten för de grund- och fortsättningsutbildningar Försvarsutbildarna erbjuder under sommaren. Vid grundkursen i skånska Brösarp i början av juli deltog både CBRN-soldater och andra Hemvärnssoldater, då ett av målen är just att öka CBRN-kompetensen hos alla inom Försvarsmakten.

De kom från hela landet de 15 deltagarna på grundkursen, den längst resande från Luleå, för att dels få lära sig vad ett CBRN-hot är och vilka

ämnen som kan utgöra ett hot, dels bekanta sig med den utrustning som används vid indikering och få en inblick i rutiner vid lokalisering av eventuella stridsmedel samt sanering av både utrustning och människor.

— Det är extra kul att se att intresset att lära sig mer om CBRN finns också utanför våra fyra CBRN-plutoner, konstaterade kurschefen Kent Persson.

— Skulle vi utsättas för en attack, liten eller stor, måste plutonerna få stöd för att vi ska kunna minimera skadan och därför är det glädjande att vi nu i sommar utbildat både soldater och fler instruktörer i ämnet, säger Persson.

De flesta av föreläsningarna och övriga aktiviteterna leddes med den äran av de blivande instruktörerna. Björn Eriksson höll i det inledande passet om kemiska stridsmedel och förklarade att stridsmedlen kan ha olika syften.

Medan en del stridsmedel skadar eller dödar kan andra sättas in i prestationsnedsättande syfte. Som exempel nämndes användandet av drönare som släpper tårgas i skyttevärn för att tvinga upp soldater och göra dem till lättare måltavlor, eller spridandet av fentanyl i ventilationssystem.

Hur man känner igen symptom på exempelvis nervgasförgiftning och hur man i förebyggande syfte kan förbe-



Kurs för bättre CBRN-beredskap (forts)

reda och skydda sig var ett annat viktigt moment. Här betonades bland annat att alla, alltid ska ha sin skyddsutrustning med sig, även om man utifrån befattning kan anpassa var och hur. Men med tanke på att skyddsmasken ska kunna sättas på inom nio sekunder från larm bör den inte vara allt för långt borta...

Då Skåne bjöd på ett fantastiskt högsommarväder hölls några av föreläsningarna utomhus. Instruktörseven Henrik Gustafsson berättade under skuggan av bokträden om skillnaden mellan taktiska och strategiska kärn-

vapen, hur man bör agera vid ett angrepp och skyddsprinciperna tid-avstånd-barriär.

De övriga dagarna fylldes av både teoretiska och praktiska pass med anpassning av utrustningen, indikeringsövningar med både papper och utrustning som LCD, AP2CE, Dosimeter D71 och I28 – alla med olika tekniker att informera om förekomsten av olika CBRN-stridsmedel och deras mängd. Utöver de faktaspäckade dagarna hann man även med både ett par uppskattade fyspass och en kanske ännu mer uppskattad utflykt till glasskioskerna i Kivik! Några deltagare passade också

på att besöka Fritiof Nilsson Piratens och Olle Adolphssons gravar vid Ravlunda kyrka.

Vid utvärderingen av utbildningen kunde deltagarna unisont konstatera att utbildningen varit mycket givande. Att deltagarna verkligen tagit kursen och dess syfte till sig torde vara bevisat då hela tio stycken omedelbart anmälde sig till fördjupningen i Indikering och Sanering. Därmed har vi tagit ännu ett viktigt steg på vägen mot bättre CBRN-beredskap!

*Lennart Westman
En av de nöjda eleverna*

***CBRN** är en förkortning som står för kemiska, biologiska, radiologiska och nukleära hot och händelser.



Välkommen till digitala infoträffar!

Vill du veta mer om Svenska lottakåren?

Stockholms lottakår bjuder in till information för dig som är ny medlem, du som funderar på att bli medlem eller du som varit lotta ett tag och vill få ny information.

Välj något av dessa datum:

26/9, 7/10, 23/10, 27/11, 9/12

Via Zoom kl 1800 – ca 1930

Anmälan görs till:

Stockholm@svenskalottakaren.se

Alldeles ny som lotta?

Ett digitalt informationsmöte för dig som är ny medlem i Svenska Lottakåren. Du får övergripande information om vår organisation, veta mer om hur du kan engagera dig, vilka olika kontaktvägar som finns och får en överblick över vilka utbildningar Lottakåren erbjuder.

Varmt välkommen!

Välj något av dessa datum:

8/10 och 24/11

Via zoom kl 1900 – 2030.

Anmälan via Lottornas hemsida

<https://www.svenskalottakaren.se/utbildningar/webbmoten-medlemmar>

Skärgårdsmässan – "Allt på sjön" i Gustavsberg

Helgen den 29 – 31/8 deltog ett 20-tal glada lottor på Skärgårdsmässan "Allt på Sjön" i Gustavsberg, som är den största flytande båtmässan i Sverige. Det var några hektiska men roliga dagar, då vi fick tillfälle att prata om lottorna och hur vi som organisation hjälper till med samhällets krisberedskap.

Vi stod grannar med representanter från en organisation från Ukraina som samlade in pengar för att köpa drönare. De hjälpte oss att resa vårt tält och vi hjälpte dem att resa deras! Som tack försåg de oss med nybakade piroger! Så goda!

Under dagarna delade vi bl.a. ut Kriskalendern som MSB har tagit fram. Våra besökare fick svara på några frågor i ett Quiz som vi hade med oss, som handlade om hemberedskap. Och fick som pris våra give aways.

Dagarna var i det stora hela väldigt lyckade!

Jag stötte till och med på en gammal bekant från förr, en instruktör som jag hade under Bk2 Samband 1976 på



Berga! Men en sak oroade lite! En man sa till mig när jag delade ut information om lottorna: Finns ni fortfarande!

Det är SÅ viktigt att vi syns ute i samhället och visar att lottorna finns

och att vi är en resurs att räkna med! En 100-åring som det fortfarande är mycket liv i!

*Väl mött nästa gång!
Vid pennan!
Annica Emtegård*

Kårafton 11 juni

Nästan 50 lottor satt bänkade på Drottning Victorias Örlogshem när Jenny Marklund, chef för Totalförsvars- och samhällsplaneringssektion vid HKV, höll föreläsning.

Många tankvärda saker sades av Jenny och många frågor ställdes till henne.

Det som bland annat togs upp var vår beredskap, hur liten del av totalförsvaret som Försvarsmakten egentligen utgör och att vi *alla* ingår i totalförsvaret.

På det hela en mycket intressant Kårafton.



Kondition och styrka – viktigt för alla även för totalförsvaret

Sommaren kom och försvann och nu är det lite gråare och kallare. Dags att ta fram höstgarderoben, dvs pannlampa, regnställ och vattentålga skor. Vi behöver även röra på oss när det är höst.

Sommarutmaningen som Lottakåren har kört förlängdes till mitten av september och redovisning av vinnarna sker i Lottaposten i oktober. Håll utkik!

Svenska Lottakåren kommer nu att köra en styrkeuppmaning. Styrka är viktigt för unga men ännu viktigare för äldre. På Instagram följer jag en dam som heter Joan #TrainwithJoan. Hon började styrketräna när hon var 70 och är nu 79 år. Det som inspirerar mig är att det aldrig är för sent att börja träna. Styrkeutmaningen är alltså något alla kan vara med på ung som gammal. Håll utkik i Lottaposten för det kommer att publiceras mer info där nu i september.

Korpens motionsvecka är en fortsättning, som jag förstår, på sommarutmaningen. Det är lätt att fastna inomhus när regnet vräker ner. Jag brukar säga att väder efter kläder och det känns väldigt friskt och man känner sig pigg när man kommer in efter en promenad i regn. Värt att hålla utkik efter i Lottaposten och även delta.

Det är långt till december men det planeras redan nu aktiviteter för att hålla oss igång. December är den månad då de flesta stegen uppnås medan vi handlar julklappar och springer mellan butiker (det hoppas jag att ni fortsätter med och inte bara slår er framför datorn och beställer hem var-



orna). I Lottaposten får ni hålla utkik efter HÄLSOBINGO som kommer vara en form av vår egen adventskalender från Svenska Lottakåren.

Själv är jag väldigt fokuserad på VÅRRUSET 2026 där alla kan delta! I årets lopp ställde fem lottor upp så vi kunde få ihop ett lag från Stockholms Marinlottakår. En del av oss gick 2,5 km och andra jobbade/sprang 5 km. Hoppas att vi kan få ihop två lag 2026! Vi fick väldigt mycket gott i vår picknicipåse. Det är också ett utmärkt sätt att göra reklam för Svenska Lottakåren och rekrytera nya medlemmar! Svenska Lottakåren tittar

nu på hur vi ska få till ett informationstält och flaggor så vi syns bland andra utställare.

Förutom tältet så kommer vi även få möjlighet att köpa träningströjor så att vi kan synas på gym, ute i löparspåret, på promenadstigen någonstans i Sverige.

Det är viktigt att vi har orken och styrkan att kunna hjälpa till när och där det behövs.

Vi håller kontakten och håll utkik på våra sociala medier så du är med när vi gör roliga aktiviteter.

*Gizella Bengtsson
Motionslotta*



Vårruset 2026 – en hälsosam aktivitet för alla!

Kalendarium

OKTOBER



14/10 Infomöte - Vad gör vi på Kåren?
Du är så välkommen att delta och höra mer om vad det innebär att vara funktionär i en lottakår!

Tid: 1800

Plats: i vår Kårlokal, Drottning Victorias örlogshem, 1 tr

OSA: senast 7/10

Anmälan till: stockholmsmarinlottakar@svenskalottakaren.se

16/10 Besök i ett skyddsrum

Tid 1600 - 1700

Plats: Torsgatan 33 (fast på andra sidan vägen, det är en gallergrind i berget).

Anmäl till:

stockholm@svenskalottakaren.se

OBS! fotoförbud under besöket



22/10 Slottet/Museum Tre Kronor - Besök på Museum Tre Kronor, under Lejonbacken

Tid: kl 1300

Plats: Ingång från Norrbro, vi ses i entrén

Alla betalar sina kostnader. Ingen anmälan.

NOVEMBER

5/11 Tullverket kommer på besök och berättar om sitt arbete.

Tid: 1800 - 2000

Plats: Drottning Victorias Örlogshem, Konferensen plan 5

Anmäl till:

stockholm@svenskalottakaren.se

12/11 Nordiska museet - Utställningen Nordbor

Tid: kl 1300

Plats: Vi möts i entrén

Alla betalar sina kostnader. Ingen anmälan.



13/11 Kårafton med Stockholms marinlottakår - Inbjuden gäst håller föredrag på temat

”ROE – insatsregler i fred och krig”.

ROE är ett ramverk som diktar stridsoperationer och bygger bl.a. på internationella fördrag som Genève- och Haagkonventionerna.

Tid: kl 1800

Plats: Drottning Victorias örlogshem, Konferensen plan 5

Inbjudan kommer!

20/11 Utveckla din beredskap (zoom)

Tid: 1800-ca 2030

Plats: zoom

Hur kommer jag i gång med min beredskap. Hur kan jag utveckla den. Du får tips och information i denna digitala föreläsning via zoom.

Anmäl till:

stockholm@svenskalottakaren.se

DECEMBER

2/12 Stockholmsrummet - Vi besöker Stockholmsrummet i Kulturhuset

Tid: kl 1300

Plats: Sergels torg, vi möts i entrén
Alla betalar sina kostnader. Ingen anmälan.

7/12 Stockholms marinlottakår inbjuder till traditionsenligt Adventskaffe med Tomte!

Adventskaffe med glögg, kaffe/té, kakor, Tomte och julklapp! Och, inte minst, trevligt sällskap!

Tid och plats meddelas senare i inbjudan!



17/12 ArkDes - Vi besöker utställningen ”Pepparkakshus”

Tid: kl 1300

Plats: i entrén

Alla betalar sina kostnader. Ingen anmälan.





Ögat - Hjälp oss att se

Sexuellt våld mot kvinnor och barn används världen över som vapen i krig och konflikter. Det får förödande effekter på både individer och samhälle. Svenska Lottakåren har sedan 2003 verkat för att synliggöra och sätta stopp för systematiska våldtäkter som vapen i krig och konflikter.

Arbetet utgår från FN:s resolutioner 1325, 1820 och 1960 om kvinnor, fred och säkerhet. Dessa resolutioner tar bland annat upp vikten av kvinnors närvaro och deltagande i det fredsbyggande arbetet efter en konflikt och för att bygga hållbara demokratiska nationer.

De pengar Ögat samlar in kommer vi att förmedla via *Kvinna till Kvinna*.

De har ett samarbete med organisationen *Women's Perspective* i Ukraina och det känns tryggt att gå via denna organisation. Svenska Lottakåren har fått återkoppling om att *Women's Perspective* fått informationen att vi kommer att samla in medel och är väldigt glada över stödet. Fokus är att hjälpa kvinnor och barn som har utsatts för sexuellt våld, fysiskt och psykiskt våld under kriget.

Anna Nubäck
Generalsekreterare, SLK

Vill du vara spindeln i nätet?

Vill du ingå i en Aktivitetsgrupp för 08-nätverket?

08-nätverket är ett nätverk för samtliga kårer i Stockholms län. Vi är idag åtta lottakårer.

Vi får många förfrågningar, från andra organisationer, föreningar, brf-föreningar m.fl., med önskemål om att vi lottor ska delta i olika informationsevent. För att kunna samordna så att våra resurser används på rätt ställen och i rätt sammanhang och för att undvika dubbelbokningar och dubbelarbete hos kårerna, efterlyser 08-nätverket nu dig som kan tänka dig att vara en av "spindlarna i nätet"!

Intresserad? Hör av dig till stockholms-marinlottakar@svenskalottakaren.se senast den 1 oktober!



HÅLL DIN E-POST AKTUELL!

Det är endast via e-posten som du får information om vad som händer!

OBS! OBS! OBS! OBS! OBS!

Vår e-postadress:

stockholms-marinlottakar@svenskalottakaren.se

På webben hittar du oss på:

www.facebook.com/marinlottakaren

www.svenskalottakaren.se/stockholms-marinlottakar

Vill du inte lämna ut din e-postadress, hör då av dig om hur du vill få information från oss.

Kan vi inte på något sätt kontakta dig, kommer du inte att få någon information från oss eller Svenska Lottakåren.



**SVENSKA
LOTTAKÅREN**

STOCKHOLMS MARINLOTTAKÅR