



Nummer 2 år 2026

1988

Nr 154

2026

Ordförandens ruta	3
Protokoll från FFFs årsmöte	4
En lerig runda	5
Mjölkbilen	6
Snart pensionär	8
Snurra på Frykposten!	9
Frykerudsäran.....	12
Gubben i fönstret.....	13
Konung Oskar II-s färd genom Skållerud	14
Sommarförsäljning i Skålleruds bygdegård.....	14
Frykeruds Hembygdsförening	15
Frykeruds Hembygdsförening fyller 90 år.....	15

Frykpostens sommarnummer 2026

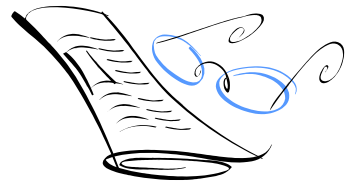
FFF har som målsättning att tillvarata Frykerudsbornas intressen. Det är en politiskt och religiöst obunden förening.

Den finansieras genom medlemsavgifter. I samarbete med de lokala byalagen vill vi verka för en levande landsbygd, där det skall finnas en tillfredsställande service. FFF försöker att sprida kunskap om vår lokala historia och utveckla den lokala turismen. I tidningen Frykposten som delas ut kostnadsfritt till alla hushåll i Frykerud fyra gånger per år, vill vi sprida information om vad som händer i Frykerud.

Frykposten ges ut i

Mars, vårnummer	10/2
Juni, sommarnummer	10/5
September, höstnummer	10/8
December, vinternummer	4/11

Manusstopp



Adressen till redaktionen är:

Karl Evert Evertsson, Sannerudsgatan 35C, 665 30 KIL 070-538 94 59

Kerstin Wallin Där Nole Römyren 665 93 KIL

Ansvarig utgivare: Georg Forsberg, e-post: georg.nolby@icloud.com

E-post till redaktionen: stormyr@telia.com Hemsida: www.frykerud.se

FFF: styrelse

Ordförande: Georg Forsberg

Kassör: Kerstin Wallin

Sekreterare: Ingrid Lööv

Ledamöter: Kenneth Bengtsson, Leif Albinsson, Kerstin Strand,
Ingmari Johannesson, Stig Larsson (supl; Mats Hassellund).

Medlemsavgiften är 100 kronor för ensamstående och 200 kronor för en familj. Medlemmar bosatta utanför Frykerud får tidningen per post och betalar 300 kronor fr.o.m. 2026. Stöd oss med din medlemsavgift till plusgirokonto 63 59 04-6 och skriv namn och adress. Spara kvittot, det gäller som medlemskort. Alla är välkomna med material till Frykposten. För specialannonser i Frykposten tillämpas sponsoravgift.

Ordförandens ruta

Perioden på året med föreningsårsmöten är väl för de flesta avklarad nu, så här i början av maj. Mig veterligt utan större dramatik. Styrelserna verkar ha skött sig väl, belönats med ansvarsfrihet och uppskattning. I de fall det har uppstått tomma styrelsestolar hoppas jag verkligen att man funnit nya krafter beredda att ikläda sig rollen som ideella ledare. Bara så kan det viktiga föreningslivet fortsätta skapa meningsfull verksamhet för de många.

För vår förening, FFF avlöpte årsmötet lugnt. Ansvarsfrihet för styrelsen beviljades, medlemsavgiften behålls oförändrad och styrelsevalen kännetecknas av omval. Mats Hassellund, Glänne gör entré som ny ersättare i styrelsen. Välkommen Mats! Även om årsmötet var lite glesbefolkat visade det sig bli rikt på uppslag och diskussioner som gick både högt och brett. Dessutom konstruktiva!

John Lysander, vår distributör av Frykposten sen 2 år hade inför årsmötet meddelat att han önskade bli avlöst på den posten. Det är inte alldeles enkelt att hitta villiga, våra byvägar kan ibland slita på både fordon och människa. Den ekonomiska ersättningen är blygsam. Den stora behållningen är att bli bekant med Frykeruds adresser och människor, allt under sakkunnig guidning av Karl-Evert Evertsson, tidningens redaktör och mångåriga distributör. Han har lovat att fortsatt bistå som berättare och postlådedetektiv. På årsmötet anmälde sig per omgående Ingrid Lööv, Krister Strand och Stig Larsson att tillsammans fixa distributionen av Frykposten. Tack för det och ett stort tack till John Lysander för de många milen tillsammans med Karl-Evert och kartongerna med Frykposttidningar.

Inför sommaren har FFF inte planerat att arrangera någon utflykt eller studiebesök. Energin läggs i stället på att tillsammans med Frykeruds Hembygdsförening skapa en annorlunda skoldag för eleverna i Fagerås och Tolita skolor. Tillsammans med rektor och skolpersonal har planeringen påbörjats för en historisk dag under september månad. Intresset från skolan är stort och mycket positivt, spännande!

Frykerudsdagen hålls som vanligt i järnvägsparken i Fagerås, lördagen den 1 augusti. Planering pågår för fullt under ledning av huvudansvariga som är Fagerås Bygdegårdsförening och Frykeruds PRO. Då delas också Frykerudsäran ut till person/er som gjort positivt avtryck för bygden eller förtjänstfulla insatser för andra. FFF:s styrelse tar tacksamt emot förslag! Helst senast 15 juli så vi hinner fixa diplom, blommor och en god motivering som väntar pristagaren/na.

Önskar alla läsare en fin sommar! En sån där lagom med sol och uppehåll dagtid och regn en eller två nätter i veckan för den goda skörden!

Georg Forsberg, Ordförande

Protokoll från FFF:s årsmöte

Föreningen Frykeruds Framtid årsmöte 260415

Plats: Fagerås bygdegård.

1. Georg Forsberg hälsade välkommen.
2. Till ordförande för mötet valdes Georg Forsberg, justerare Kerstin Wallin och sekreterare Ingrid Lööv.
3. Kallelsen godkändes.
4. Dagordningen godkändes.
5. Georg Forsberg läste verksamhetsberättelsen, Kerstin Wallin redogjorde för ekonomin det gångna året. Dessa godkändes av mötet.
6. Kent Wallin läste revisionsberättelsen som godkändes av mötet.
7. Balans och resultaträkningen fastställdes.
8. Mötet gav styrelsen ansvarsfrihet.
9. Val av styrelse och suppleanter: På 1 år valdes Georg Forsberg till ordförande, på 2 år valdes Kerstin Strand, Leif Albinsson, Ingmarie Johannesson och Ingrid Lööv. Styrelsesuppleant på 1 år valdes Mats Hassellund. Kvarstår 1 år Kerstin Wallin, Stig Larsson och Kennet Bergsten.
10. Revisorer på 1 år valdes Torbjörn Tuback och Leif Park suppleant Maria Johansson.
11. Valberedning: Karl-Evert Evertsson och Kennet Bergsten.
12. Verksamhet 2026. Vi fortsätter att ge ut Frykposten vilket vi vet är uppskattat när den kommer i brevlådan, redaktionen består av Kerstin Wallin, Georg Forsberg och Karl-Evert Evertsson som i många år sett till att leverera Frykposten till alla hushåll i Frykerud. 1/8 är det dags för Frykerudsdagen PRO Frykerud och Fagerås Bygdegårdsförening har huvudansvaret i år. Vi har fått ett mkt generöst bidrag till föreningen från i Frykeruds fiberförening till att göra ngt för våra unga i Frykerud. Vi kommer att i samarbete med Frykeruds Hembygdsförening anordna en dag för elever från Fagerås o Tolita och bl.a berätta om bygden, bjuda på lunch och de ska få prova på att baka tunnbröd, det mesta sker i Järnvägsparken. Kennet Bergsten FHB och Annika Forsberg FFF kommer att ha ett möte med personal på skolorna för att höra om de har några önskemål om aktivitet, ev också ge ett bidrag till Fagerås bollklubb om de ordnar ngt för våra ungdomar.
13. Medlemsavgiften för 2027 blir oförändrad enskild 100 kr, familj 200 kr och för de som får sin Frykpost hemskickad utanför Frykerud och Värmland betalar 300 kr.
14. Övrigt: Vi ska söka föreningsbidrag från kommunen, vi önskar att flera vill bli medlemmar i föreningen, inför nästa årsmöte meddela tid o plats på facebook så vi når fler medlemmar.
15. Mötet avslutades.

Ordförande Georg Forsberg

En lerig runda

Nu var det första numret av Frykposten 2026 klart och skulle delas ut tillsammans med Församlingsnytt. Karl-Evert stod redo med bil och jag erbjöd mig att följa med min bror och bistå med att stoppa i brevlådorna. Detta hade Ulla och Karl-Evert gjort tillsammans, men nu saknas Ulla och då får någon annan rycka in.

Vi startade i god tid på morgonen och höll på till eftermiddagen. Karl-Evert vet ju hur brevlådorna sitter och om det är bäst att ta dem direkt eller på



tillbakavägen för på en del sträckor åkte vi fram och tillbaka. Många olika fasoner på brevlådor fanns det. En del var överfulla med gammal post, en del hängde på trekvart, en del satt långt ner och andra satt väl högt och då var det var svårt att lägga i vår post, men det fanns även prydligt målade postlådor som satt helt rätt också.



Vi stötte på en del hinder efter vägen. Helt plötsligt stod det en getabock mitt i vägen och han vägrade flytta sig, så vi fick göra en sväng nästan ner i diket för att fortsätta vår resa. På ett ställe var det så djup tjällossning på vägen att vi inte vågade köra över där. Vi var rädda att underredet skulle bli skadat, så KE fick backa tillbaka tills vi kunde vända. En del sträckor går genom obygderna och på en del ställen är det mer bebyggelse. En del gårdar är prydligt städade och på andra ställen kan man tro att det bara har varit att lämna skräpet och gå därifrån.

Standarden på vägarna går nästan inte att beskriva. När det bara finns hålor som är

Frykpostens sommarnummer 2026

vattenfyllda och ingen fast mark att stötta sig på, kan man hålla sig för skratt. Hur stötdämparna mårde och vilken färg det var på bilen kunde vi bara gissa. Det var i alla fall inte originalfärgen som vi såg. Ibland fick vi korsa vägarna gående för att nå en del postlådor och det är inte så säkert alla gånger, för trafikrytmen är hög både på 45:an och på 61:an.

Detta låter som ett straffarbete, men så var det inte. Vi hade en trevlig samvaro under dagen och fint soligt väder var det. En kaffepaus unnade vi oss och vi stod och njöt i solen vid väggkanten.

Under 25 år har Karl-Evert sett till att vi har fått Frykposten oavsett vilket väder det har varit. Varje runda är 25 mil lång på oländiga vägar och det tar tre dagar att få uppdraget klart. Detta är värt all beundran från oss som bara kan lyfta på locket till brevlådan och ta upp en alldeles färsk Frykpost.

Kerstin Wallin

Mjölkbilen

I dag kommer det en tankbil till mjölkgårdarna och hämtar tusentals liter mjölk och kör den långa vägar. Jag har träffat en gammal skolkamrat som berättar om mjölktransporter på 1950-talet. Då fanns det ett mjölkbord vid nästan varje gård. En plattform på lagom höjd mot lastbilens flak. Ofta hade det ett tak som skydd mot solen.

Varje morgon vardag som söndag kom man med sina transportflaskor på 30, 40 eller 50 liter till mjölkbordet. Min vän berättade att när han slutade skolan så började han som flaskpojke på mjölkbilen. Chauffören svängde fram till mjölkbordet och han behövde inte gå ur lastbilshytten om det inte var fulla 50-literflaskor. Flaskpojken fick lyfta över flaskorna till bilflaket som hade låga sidolämningar. Var det många flaskor så hade man extra bryggor och fick på så sätt två våningar på flaket. Varje leverantör hade ett eget nr som var målat på mjölkflaskorna eller stansat på en plåt. Aktuella nr skulle stå på varje mjölkbord. Flaskpojken lärde sig snart var flaskorna hörde hemma vid returren på eftermiddagen.

Jag satt en gång bredvid en man som efter lång tystnad vände sig mot mig och sade kort "1254". det var mina föräldrars abonnentnummer i mejeriföreningen. Han hade varit chaufför på en mjölkbil. När min vän fick körkort var det dags att ta över ratten.

Chauffören fick med sig beställningar till mejeriet på ost, smör och grädde. När det var 60-årsdag kunde man beställa glass. Du fick då ange hur många portioner man ville ha,

Frykpostens sommarnummer 2026

samt vid vilken tid som glassen skulle serveras. Den var förpackad i en låda som kyls med kolsyreis.

Det var gropiga vägar och ibland snöhinder. Grabbarna som körde lärde sig att klara halka och möten på trånga vägar. De spred nyheterna efter slingan, och det hörde till att man gav dem en julkapp.

I min hemby fanns tre gårdar som levererade mjölk. Varje morgon efter att grannar hade lyft upp mjölkflaskorna på mjölkbordet kom de in till oss och lyssnade på 8-nyheterna och det viktigaste väderleksrapporten. När jag var grabb så fick jag någon gång följa med mjölkbilen till mejeriet och åka med på byvägarna och till Karlstad eller till Arvika mejeri. När vi tömde Stormyren så lade vi ut en bild på blocket på mjölkflaskorna. En man ringde och ville köpa. Han kände igen numret som fanns på flaskan.

/K.E./



AI-genererad bild

Snart pensionär

Lör 18/4 2026 framåt kvällen vid femsnåret.

Sitter på trappan o njuter o tittar ut över nejden ner till grannarna ca 700 meter tvärs över gårdet och hör fåglarna sjunga, tänk vilken ynnest att få bo så här som vi gör.

En av grannarna håller på att påta i trädgården fortfarande och en annan har gett sig för kvällen. Skönt att efter lite trädgårdspyssel få ta kvällen, eller lite, 2 skottkärror fulla med ogräs o växter som håller på att ta överhanden och då är den största rabatten kvar att fixa till. Tog bort ett par rabatter när vi köpte robotklippare, bland det bästa vi gjort så skönt att inte behöva tänka på att gräset växer.

Att rabatterna fått växa vilt beror på att kroppen inte är vad den var en gång i tiden. På knä har jag inte kunnat stå mer än korta stunder de senaste 25 åren pga mina fotbollsknän. Trots att det inte fungerar att stå på knä så är jag mycket tacksam för de nya jag fick våren 2024, tack Arvika sjukhus för ett bra jobb. Slipper värken jag haft i så många år, om jag gick lite för långt ngn dag så blev det inte så mkt sömn den natten. Ska erkänna att jag funderade på hur det skulle kännas o upplevas med proteser i knäna, kan berätta att jag inte märker det alls förutom det där att stå på knä då, men som sagt det har jag ändå inte kunnat göra på många år.

Har fått lite mer energi tack vare att jag numer jobbar 60 % och är ledig måndagar o fredagar, ska sluta jobba o bli pensionär efter sommaren, har börjat fatta att jag hunnit gå 4 år över pensionsstrecket, har trivts mkt bra på jobbet så har inte haft en tanke på att sluta tidigare, men som kommunanställd får man bara ha fast anställning till en viss ålder och nu ser jag verkligen fram emot att sluta jobba. Har sagt att det där med att ta pension vet jag inte om jag vill, de flesta pensionärer jag känner verkar alltid ha så bråttom och mkt att göra, alltid ngt planerat som ska göras varje dag.

Får se vad min man tycker om att ha mig hemma varje dag, vi har klarat måndagar o fredagar så det ska nog gå bra.

Vid pennan Ingrid snart pensionär.

Snurra på Frykposten!

Vi fyra syskon, Annika, Ove, Leif och Martin går igenom vårt föräldrahem inför försäljning av gården Backen i Gassebol. Där i ett skåp hittade jag en gammal duk. Duken är av fin tunn textil med tryckt motiv. Måtten på duken är 45 x 45 cm och den tryckta bilden är en sammanställning av utvalda byggnader från Frykerud.



Frykpostens sommarnummer 2026

Det är en grupp bilder på byggnader som är placerade i en dekorativ cirkel. I centrum finns Frykeruds kyrka avbildad. Den får störst utrymme, den fångar blicken och ger en presentation av temat: Detta är en frykerudsduk!

Runt Frykeruds kyrka finns en grön dekor och jag associerar till gräs. Den fungerar som avgränsning mellan centumbilden och de övriga motiven. De motiven avgränsas i sin tur av blommor, skogsstjärnor som står i par. Allt är mycket balanserat i sin komposition. Storleken på skogsstjärnorna, gräset och hur ytan är disponerad, tema Värmland Frykerud - allt är stilfullt.



Byggnaderna som är avbildade är: Frykeruds kyrka, Fagerås tegelbruk, Högåsens missionshus, Fagerås folkskola, Baptistkapellet, Frykeruds hembygdsgård och Fagerås missionshus.

Frykpostens sommarnummer 2026



Förlagan till trycket ser ut att vara en serie färglagda teckningar. Det kan vara någon typ av vaxkritor eller pastellkritor. Det är naturligtvis omöjligt att avgöra endast med bedömning utifrån ett tygtryck. Är det någon som vet något om bakgrunden till denna duk? Jag skulle vilja veta mer!

Var det en förening som lät trycka upp dukar? När? Var kom idén ifrån? Vem som har åstadkommit motivet har jag ändå mina aningar om. Som helhet andas motiven, det raffinerade bildspråket och tekniken Erik i kvarna!

Nu skulle jag vilja vara en liten fluga på väggen i varje frypostenläsares hem! Det skulle vara intressant att se era olika metoder när ni tittar på duken! Snurrar ni på tidningen, lägger ni den på ett litet bord och går runt, eller finns det fler sätt?

Jag har många frågor. Skriv till Frykposten ni som har något att berätta!

Ove Fager

Frykerudsäran

För 30 år sedan instiftades Utmärkelsen Frykerudsäran. 31 personer eller organisationer har hittills fått den.

Vet du om någon Frykerudsbo som gör något bra för bygden eller för någon medmänniska. Kontakta styrelsen för FFF med förslag.

Diplomet utdelas på Frykerudsdagen den 1 augusti 2026.

Styrelsen.

1994 Delas Frykerudsäran ut för första gången till Ivan Nilsson som detta år fick dela äran med systrarna Saga Strandberg, Inger Lundin och Gunhild Alfredsson.

1995 Maj-Britt Blidh

1996 Maja Lundström

1997 Emmy Sandberg

1998 Gun och Filip Andersson

1999 Kerstin Andersson

2000 Olle Lund Margit Lund

och Ingvar Solberg

2001 Inge Nylin

2002 Stefan Hensdahl

2003 Anders Eriksson

2004 Iréne Fager

2005 Kjell Engström

2006 Rut Nilsson

2007 Jan Berggren

2008 Gunvor Larsson

2009 Kerstin och Tage

Salomonsson

2010 Stig Larsson

2011 Kerstin Strand

2012 Hemtjänstgruppen i Fagerås

2013 Ulla o Karl Evert Evertsson

2014 Annelie Hedwall

2015 Fiberföreningarna i Frykerud

2016 Byalaget i Fagerås

2017 arrangemanget

Gospelfestivalen

2018 Kennet Bergsten

2019 Bertil Haglund och Bengt

Carlstedt

2020 *Pandemi*

2021 *Pandemi*

2022 Leif Johansson

2023 alla duktiga jordbrukare i

Frykerud

2024 Anita Friberg

2025 Johan Ekberg

Gubben i fönstret

Att gå till tandläkaren är inget som man gillar. Skoltandvården har satt hemska minnen i skallen. Tandläkarna var hårdhänta och den gula elmotorn med sina remmar var en mardröm. Det dånade i huvudet när borsten åt sig in i tänderna. Min mun såg ut som ett vindfälle och som tonåring hamnade jag hos en klinik i Karlstad och fick tandställning. Jag har sedan fortsatt hos samma företag. Tre tandläkare har gått i pension och sålt kliniken, men jag har följt med varje gång och nu har jag en grekisk tandläkare. Han sade i höstas att mina tänder var så dåliga att det var meningslöst att laga och föreslog att dra ut dåliga och sätta in bryggor. Han gjorde en behandlingsplan som blev godkänd av Försäkringskassan. Offerten slutade på 75 400 kr, men med nya regler efter 1 januari 2026 behöver pensionärer bara betala 10 % av kostnaden. Jag såg inte fram mot våren -26 men det var nödvändigt. Med tre tänder borta kunde jag inte tugga utan det som gällde var soppa och välling. Smörgåsarna fick jag strimla. En ganska ensidig kost. Nu har jag 11 nya tänder i underkäken och fullt i överkäken. Det har varit jobbigt, men det var värt insatsen. Jag firade med en stor hamburgare.

Efter 2 års väntan har jag nu fått hyra ett garage. Kilsbostäder har massor av garage och alla är exakt lika. De är avsedda för små bilar så jag fick plocka av dragkroken för att kunna stänga dörren.

Jag skulle vilja se bron vid Höga kusten. Det finns resor, men med avvikelser. Buss Karlstad-Stockholm. Båt Stockholm-Mariehamn-Härnösand och sedan 5 timmars uppehåll där man kan åka på en busstur till Högakusten-bron. Har man tur med vädret så är sjöturen en upplevelse, men det är mycket resande för en snutt av Höga kusten.

Vi får se.

K.E.

Konung Oskar II-s färd genom Skållerud

I Frykposten nr 1 skrev Georg Forsberg om Oskar II, när han kom till Fagerås Station. Kan haka på och berätta om vad jag hörde sägas om en av dessa resor. När mina två mostrar var hemma på besök från USA, satt dessa sex "Hallästösera" och talade om gamla tider. Ett av dessa minnen var just om denne Oskars resa till Longs slott. De berättade att de fick klä sig fina för att sen stå ute och vinka åt ekipaget som drog förbi.

Under resan tog de en vilopaus i Hallera, ett gårde bortom Hallåsen. Med skog runt omkring var det skugga för både Kung och gemål samt kuskar och hästar. Tror det var någon gång 1909-10, är inte helt säker på årtalet.

Det var inte bara min mor och hennes systrar, kusinerna Wennerström "Där Nol" var också med.

Klara Frykholm på Hagen hade en rolig kommentar om det hela. Någon frågade hur det var- ja sade Klara. " kungen såg ut som "vilken Gubbe" som helst, men kuskarna var väldigt uppklädda".

Hörde senare att man från Markvatten gått till Grön Lund för att få se Kungen. Detta var säkert en häftig upplevelse. Säkert får vi aldrig se någon Kung fara genom Skållerud i våra tider.

Medan jag skriver kan jag berätta att Karl Wennerström "Där Nol" var systerson till telefonuppfinnaren L M Eriksson.

Maj Axelsson

Sommarförsäljning i Skålleruds bygdegård

17, 18, 19 juli

Öppet 11 – 18

VÅFFLOR KAFFE

Välkomna

Frykerudsalster

Frykeruds Hembygdsförening

Vad händer på Fornminnesgården i sommar?

Tänk att vår förening har uppnått den aktningsvärda åldern av 90 år. 1936 fick den nybildade styrelsen i uppgift att skaffa en hembygdsgård och då skänktes "Där Västestugan" i Säldebråten. Även marken skänktes och stugan flyttades till Sjölökekul och fick namnet Fornminnesgården.

Vi har olika aktiviteter där under sommarhalvåret.

Den 19 juni klockan 14 klär vi midsommarstången.

Sen fortsätter vi med ringdans, tipspromenad och servering.

Som traditionen bjuder har Svenska kyrkan gudstjänst den 21 juni klockan 11.

Sen blir det dags för våra tisdagskvällar.

Den 30 juni kommer Gamla Polare och underhåller och då finns det klengås att köpa.

Den 7 juli uppträder Timmie Spångberg och då serveras det nävgröt och fläsk.

Den 14 juli får vi lyssna till Andreas Jonsson och Ethel Seppänen och kan njuta av våfflor med sylt och grädde.

Underhållningen börjar klockan 19 och all servering sker innan dess från klockan 17.30

Välkomna

Kerstin Wallin

Frykeruds Hembygdsförening fyller 90 år

Frykeruds hembygdsförening firar 90-årsjubileum den 7/6

på Fornminnesgården i Säldebråten

Vi startar klockan 14.00 med underhållning

av Frykeruds spelmanslag och Rune Blihd

Föreningen bjuder på kaffe och korv

Välkomna!



ALLSÅNG I PARKEN

23 JUNI KL 19.00

Allsångsledare: Ammi Näsman med liveband

Gästartist: Frippe Myrer

Kom till Järnvägsparken i Fagerås och sjung!
Ta med fika och något att sitta på.

Samarrangemang mellan
Equmeniakyrkan Fagerås
och Fagerås Byalag



Korsordsskaparen

Vinnare i Frykpostens sextiotredje korsord:

Inger Klinga, Sjövik

Karin Olsson, Örebro

**FFF Gratulerar!
Trisslotter kommer!**



Lösningen till det 64 korsordet skickas till:

**Karl-Evert Evertsson, Sannerudsgatan 35c, 665 30 Kil
senast 10 augusti 2026**



Med önskan om en fin sommar

Hälsar Redaktionen

Karl Evert Evertsson

Kerstin Wallin

Georg Forsberg