

Magasinet

Nr 2 Februari 2019

Nyköping/Oxelösund

Nyfiken på
Sisters of Soul



Utvecklingens baksida

När jag föddes i mitten av 1900-talet var det före den explosion av samhällsutveckling vars vågor vi rider på än idag. Modern teknik har banat väg för dagens generation. Räddat liv och gjort att vi idag lever betydligt längre. Mina barn har möjligheter som bara var rena fantasier för mig när jag var yngre, för att inte tala om jämfört med hur det såg ut när mina föräldrar var små. Utvecklingen generation för generation har varit helt osannolik.

Men framstegen har också ett pris. Ett pris som vi på allvar börjar se vidden av. Givetvis talar jag om klimatförändringarna. Det som vi länge sett i nyhetsrapporteringar, många gånger följt med rynkad panna och en oro i magen, för att sedan ruska av oss den dåliga känslan och fortsätta med dagen. Jag kan inte vara ensam om att känna en känsla av hopplöshet inför så stora frågor.

Sommaren 2018 var det många svenskar som fick upp ögonen för dessa problem som de med mer insyn i frågan länge varnat för. De katastrofala bränderna avlöste varandra,

och även om vi i Sörmland klarade oss riktigt bra jämfört med andra delar av Sverige så var det definitivt tillräckligt för att vi skulle reagera.

Få saker påverkar ju semester-Sverige så mycket som ett förbud mot att grilla. Och på det, att inte få tvätta sin bil hemma eller fylla sin swimmingpool med vatten. Ett lågt pris att betala för att slippa bränder och för att värna om vårt dricksvatten, men också något som gjorde att många påverkades och därmed var tvungna att se läget för vad det var.

Än idag, i skrivande stund mitt i februari månad, råder bevattningsförbud i Nyköping och Oxelösund. Något som kan tyckas löjligt nu när vi trasar runt i snö och slask var och varannan dag, men som verkligen visar på hur allvarlig torkan vi upplevde i fjol faktiskt var.

Men som alltid finns det glimtar av hopp, även i dystra historier som denna. 16-åriga Greta Thunberg, som blivit känd världen över för sitt obehagliga engagemang för klimatet, är ett

ypperligt exempel och någon att låta sig inspireras av. Likaså det faktum att vi faktiskt pratar om det - att vår oro och omsorg för framtiden är en del av det vardagliga samtalet. Låt oss fortsätta så, för våra barns och kommande generationers skull.

I det här numret av Magasinet fortsätter vi på temat "Kunskap & Kompetens" med Nyköpings äldsta friskola och spännande utbildning på Campus Oxelösund. Våren är en tid för mässor, och längre fram i tidningen kan du till exempel läsa om Nyköpingsmässan och Hälsomässan Härliga Liv.

Sist, men inte minst - jag hade nöjet att få en pratstund med Anna och Linda som firar 20 år med Sisters of Soul. Jag har följt dem under deras musikaliska resa genom åren och man kan inte annat än inspireras av deras kärlek och hängivelse för musikbranschen.

Torbjörn Dahlström
Ansvarig utgivare

MAGASINET – en produkt av
Mediamix Event & Media

Ansvarig utgivare
Torbjörn Dahlström
070 433 433 2
tobbe@media-mix.nu

Nästa nummer: 24/3 2019
På omslaget: Sisters of Soul, foto Sara Örqvist
Tryck: V-TAB
Distribution: Svensk Direktreklam

Magasinet distribueras till hushåll i Nyköping och Oxelösund med omnejd samt finns i ställ i Nyköping och Oxelösund.
Magasinet är politiskt och religiöst oberoende.

Under license from Glenn Miller Productions, Inc., New York, U.S.A.

The World Famous GLENN MILLER ORCHESTRA®

Directed by Jan Slotenäs

A Tribute To The Music



The most popular and sought after big band in the world!

CULTURUM

Lördag 23 mars kl 19:30

www.glennmillerorchestra.se

Biljetter: Nyköpings kommun, Kultur & Fritid, Rosvalla, Culturum, Koordinaten samt Nyköpings Turistbyrå tel 0155-24 82 00.
Vid köp en timme före konsert gäller endast kortköp.

Öster Malma

WILDLIFE PARK • VILTRESTAURANG • GÄRDSBUTIK • HOTELL • VILTVÄRDSSTIG



Boka bord
0155-24 62 28



Gör en utflykt till det vilda!

LUNCH Mån – lör, kl 11.30 – 14.

AFTERNOON TEA i slottet söndagar 13/1 – 19/5 (stängt påsk) kl 12.30 – 15.30. Boka bord!

SPORTLOVSKUL för barnen med guidning i Wildlife Park och annat kul. 20–21/2 och 27–28/2.

SLOTTSMIDDAG Avnjut en tvårätters middag med vilt tema, avsluta med dessert eller osttallrik. Lördagar 2/3, 16/3, 6/4 och 27/4. Läs mer på hemsidan.

PÅSKBUFFÉ Påskafton 20/4. Boka bord.

KONFERENS från 1.335,- ex moms/pers.

Svenska Jägareförbundet
ÖSTER MALMA
0155-24 62 28 • www.ostermalma.se



1000 kr rabatt
på progressiva
glasögon

**Kostnadsfri
synundersökning
vid köp av glasögon.**

Värde 395 kr

Synundersökningen avser glasögon
och utförs av legitimerad optiker.

Alltid andra paret för halva priset!

Vi erbjuder alltid ett andra par glasögon för halva priset! (Gäller billigaste paret från samma recept).

Gäller t.o.m. 2019-03-22.



NYKÖPING
Västerport Köpcentrum
0155-28 88 53

Linköping
Nygatan 33
013-13 70 71

Norrköping
Drottninggatan 14
011-13 18 88

Kvalitet & service till rätt pris!

För öppettider, se vår hemsida: www.glasogonmagasinet.se

Nyfiken på - ett samtal med Sisters of Soul

- Vi hade inga tankar på att bli några stora stjärnor. Drömmen var att kunna leva på vår musik, och det har vi gjort i tjugo år nu.

Anna och Linda i Sisters of Soul har ett helt liv ihop. De har vuxit upp ihop, lekt på samma gata som små och hade samma sångpedagog och deltog i samma körer när de gick på gymnasiet. Båda flyttade tidigt till Stockholm för musikstudier. Givetvis bodde man ihop under studierna.

- När vi flyttade tillbaka till Nyköping började jag jobba som radiopratare och Linda som servitris, men ganska snart föddes tankarna på att starta ett gemensamt företag, minns Anna.

Lasse Lindberg var en stor inspirationskälla, han hade visat att man faktiskt kunde leva på musikunderhållning. Alla var dock inte lika positiva.

- När vi sökte starta eget bidrag fick vi först kalla handen, säger Linda. De tyckte inte det var något att satsa på.

Men tjejerna var envisa och 1999 fick de bidraget och kunde starta sitt företag. Artistnamnet blev "Sisters of Soul".

- Visst var det en osäker tillvaro, men vi hade bestämt oss för att visa alla belackare att två tjejer i 20-årsåldern visst kunde försörja sig på att underhålla med sång och musik.

Något kontor hade man inte råd med i början.

- Vi bestämde oss istället för att träffas på Konditori Mekka varje förmiddag 10.00. Där satt vi och gick igenom alla frågor kring vårt företagande och la upp en grundetik.

Efter 20 år i branschen kan Anna och Linda se tillbaka på ett företagande som fört dom tusentals mil runt hela världen.

- Vi har spelat i Shanghai, Paris, London och Berlin på stora evenemang med tusentals besökare. Vi har representerat Sverige och svensk musikindustri på mässor och vi har spelat i hallar fyllda med Volvo- och Scania-lastbilar och vi har spelat på ett otal svenska orter.

Det har varit musikuppträdanden i stort och smått.

- Vi spelar lika gärna för en liten grupp som för en stor publik. Det viktigaste är att vi får förmedla vår musik och att det berör dom som lyssnar. Att spela inför en liten grupp är ofta en större utmaning.



LINDA & ANNA. FOTO PETER SONANDER

Anna om Linda i Sisters of Soul

- Den oredigerade kreatören, inspiratören och dokumentatören. Har förmågan att alltid ge 100 procent av sig själv till publiken. Skapar ett kreativt kaos - ofta orolig. "Det går aldrig"...

Musikaliska förebilder - Linda

Janis Joplin, Dolly Parton, Bette Midler, Lisa Ekdahl och Monika Zetterlund.

"Vi har lite av mycket i vår musikbank"

Linda om Anna i Sisters of Soul

- Administratören, innovatören, redigeraren. Har förmågan att se alla problem som möjligheter och oroas sällan. Gillar ordning och reda, effektiv och ödmjuk.

Musikaliska förebilder - Anna

Dolly Parton, Aretha Franklin, Jill Jonsson, First Aid Kit och Alison Krauss.

2007 började Sisters of Soul spela med eget liveband.

- Vi har haft förmånen att spela med många duktiga musiker sedan dess. Det har gett oss ett större utbud och möjligheter att ta större engagemang.

En av de duktiga musikerna var Jenny Hillman.

- Vi visste att Jenny spelade piano och var en duktig sångerska, så vi frågade om hon inte ville spela med oss när en pianist behövdes.

Så småningom föddes en idé bland de tre tjejerna om att göra något nytt tillsammans.

- Vi bestämde oss ganska snart att country-pop med skandinavisk touch, det skulle bli vårt varumärke, säger Linda.

Gruppen Miss Winter föddes.

- Plötsligt fick vi en hobby och möjligheten att skriva egen musik. Musik som vi själva tycker om och som förhoppningsvis andra också skulle tycka om.

Konceptet visade sig ganska snart bli en succé. I konkurrens med 1400 andra bidrag vann gruppen "World Wide Music Contest" med sitt bidrag "Keys in your pocket".

- Det öppnade dörrarna för oss inom country-kretsar och vi fick bland annat vara med och spela på "Country to Country, Europas största countryfest som varje år lockar ca 80.000 besökare.

Idag spelas Miss Winter på olika radiostationer i över 50 länder. Deras musik når ut över hela världen.

- Det är oerhört inspirerande och vi fortsätter att skriva egen musik tillsammans med Jenny, säger Anna och Linda. Till sommaren planerar vi en turné, vi kommer bland annat att delta på en stor country-festival i Karlskoga i juli.

Det som många påstod absolut inte skulle gå har fungerat utmärkt i tjugo år. Sisters of Soul har inga planer på att sluta underhålla med sin musik.

- Vi är ödmjuka inför framtiden, vår ambition är att fortsätta jobba ihop och med vår musik. Vi är trygga med varandra och ser det som en ynnest att få arbeta med det vi tycker är det roligaste som finns, avslutar Anna och Linda i Sisters of Soul.

Förmodligen kommer Anna och Linda att underhålla sina kamrater när de gått i pension och sitter i gungstolen på äldreboendet... Musiken kommer alltid att vara en del av deras liv.



JENNY, ANNA OCH LINDA. FOTO: HENKE ELSBERG

25-årsjubileum för PR Media och Nyköpings Bomässa

Hasse Johansson och Maria Spring, som tillsammans driver PR Media laddar nu för fullt inför årets Bomässa i Nyköping som går av stapeln den 16-17 mars.

· Vi ser fram emot vårt 25-årsjubileum i Nyköping, som vi tänker fira extra stort, säger Hasse och Maria.

Mycket har hänt på 25 år. Både Bomässan och Nyköping har vuxit.

· Nyköping har utvecklats på ett fantastiskt sätt, från den bruksmentalitet vi upplevde för 25 år sedan, till den "Europastad" man faktiskt är idag. Här kan man uppleva det bästa av två världar, den lilla stadens charm och den moderna stadens möjligheter med hotell, restauranger och inte minst närheten till Skavsta, Stockholm och Europa, säger Maria.

Nyköpings Bomässa har haft en fantastisk utveckling genom åren.

· Idag är det den näst största Bomässan i landet efter Stockholms Hem & Villamässa, berättar Hasse. · Vi räknar med totalt cirka 200 utställare i tre hallar på Rosvalla.

För Hasse och Maria är det som att komma hem varje år när man kommer till Nyköping.

· I Nyköping har vi genom åren inte bara arrangerat Bomässor. "Det goda livet", UF-mässor och Föreningsmässor är andra exempel. Totalt är vi nog uppe i cirka 70 mässor genom åren.

Både Hasse och Maria lovordar Rosvalla och dess personal.

· Vi har genom åren fått en nära relation med Nyköping och personalen på Rosvalla och blir alltid mycket väl omhändertagna. Rosvalla som arena har ju också vuxit och är idag en fantastisk arena där det alltid händer mycket.

Tillbaka till årets mässa som alltså firar 25-årsjubileum. TV-snickarna Pirre & Mackan (från Arga Snickarn och Sommar med Ernst) gästar mässan hela helgen.

· De erbjuder rådgivning, snickrar ett multifunktionellt sidobord/pall som lottas ut bland besökarna, säger Hasse. De föreläser också på temat "Prisvärd och klimatsmart köksrenovering" samt "Relationen och renoveringen".



Hasse Johansson och Maria Spring driver tillsammans PR Media, som bland annat arrangerar Bomässan i Nyköping 16-17 mars.

Ett annat tema på mässan är "Turista hemma". Maria berättar mer.

· Under Gästabudsåret hade vi ett gästabuds-tema som innebar att vi lyfte fram besöksmål på hemmaplan. Lokala turistanläggningar med lokala traditioner. Gårdsbutiker, hantverkare och lokal producerad mat och dryck. Det blev så uppskattat att vi har fortsatt med det temat.

Nyköpings Bomässa har blivit en angelägenhet för hela regionen. Oxelösunds kommun har varit en flitig aktör på mässan de senaste åren.

· Oxelösund har som mål att växa med 1% per år och bomässan är en fantastisk möjlighet att träffa nuvarande och blivande oxelösundare. Oxelösund är unikt med både sin industriella karaktär och med närheten till naturen och

skärgårdslivet. På Bomässan vill vi visa upp lite av allt det som Oxelösund har att erbjuda. Och även om den som besöker oss i montern inte tänker flytta i närtid, så vill vi att Oxelösund finns med som ett attraktivt alternativ när det väl är dags, säger Ylva Sanfridsson från Oxelösunds kommun.

Hasse och Maria ser en fortsatt utveckling i regionen Nyköping/Oxelösund.

· Vi har ett mycket bra samarbete med båda kommunerna och funderar ständigt på hur vi kan utveckla vårt koncept. Regionen är oerhört expansiv och lockar fler och fler boende till sig. Det geografiska läget är unikt, och med både snabbjärnväg och flygplats kommer regionen att fortsätta expandera och blomstra.

**25-ÅRS
JUBILEUM**

**DEN 25:E MÄSSAN
BLIR DEN STÖRSTA!**

**200
utställare**

NYKÖPINGS WFFBOMÄSSA

**16-17
MARS**

LÖR-SÖN 10-16 • NYKÖPINGS ARENOR ROSVALLA



***Vi bjuder på
smakprover av
mat, tillagade av
en kock på plats***

Mackan



Pirre



**Entré 80 kr
2 dagar 100 kr
barn 6-16 år 20 kr**
(endast i målsmans
sällskap)

Nyhet: ART JAM

Besök vårt kreativa torg:

- Prova på aktiviteter**
- Konst och inspiration.**
- Återbruks-tävling**



www.artjam.se

Arr: PR & Media AB

www.nykopingsbomassa.se



TOYOTA

ALWAYS A
BETTER WAY

HELT NYA RAV4. 100% SUV. 100% ELHYBRID.

Upplev nya RAV4 från 295.900 kr eller
Flex Privatleasing från **3.695 kr/mån.**

NEDC*
4,5-4,6 l
/100km

WLTP*
5,5-5,6 l
/100km

**CO₂ Korrel.
NEDC**
102-105 g
/km

CO₂ WLTP
125-128 g
/km

Läs mer och boka din provkörning på toyota.se/bokaRAV4



*RAV4 2WD vid blandad körning. Komfortpaket värde 12.000 kr ingår utan extra kostnad vid köp av en RAV4 Active. Ljudanläggning från JBL värd 12.000 kr ingår utan extra kostnad vid köp av en RAV4 Style eller RAV4 Executive. Erbjudandet gäller endast privatkunder och är giltigt t o m 31 mars 2019. Priserna är rek. ca-pris från generalagent, lokala avvikelser kan förekomma. Finansiering via Toyota Financial: exempel med Flex Privatleasing, månadskostnad inkl. service, baserad på fast ränta, 36 månader, 4.500 mil, och garanterat restvärde. Övermil (12.50 kr/mil) och skador utöver normalt slitage debiteras vid återlämning av bilen. Uppläggnings- och avavgift samt skatt och avgifter från Transportstyrelsen tillkommer. Med reservation för avvikelser, prisändringar och tryckfel. Bilderna på bilderna kan vara extrautrustade med tillval som inte finns i Sverige.

ÖPPETTIDER:

Bilförsäljning: Måndag-fredag 10-18, Lördag 10-14
Verkstad och Reservdelar: Måndag-fredag 07-17
www.toyotanykoping.se



TOYOTA
MOTORCITY · NYKÖPING
Industrigatan 10, Nyköping 0155-21 71 70

Varje livsresa är en egotripp

När det är vinter så väljer många att ta en tripp till varmare länder. Jag kunde ha bott i Karibien nu, men värmen från nära och kära gjorde valet lätt.

Jag älskar att resa och gör det gärna på flera nivåer samtidigt, både fysiskt, psykologiskt och filosofiskt. De första resorna jag gav mig iväg på som tonåring var främst för att slippa ha personer omkring mig som redan hade en fast uppfattning om vem jag är och vad jag ville göra med mitt liv.

Livet är en fantastisk expedition och upptäcktsfärd där vår uppgift är att lära känna oss själva och våra gränser, men också utveckla de inneboende, gränslösa möjligheterna. Under ungdomstiden hände det att jag även besökte rektorns expedition, mest för att jag avskyr orättvisor och uttryckte mina åsikter högt när lärare, enligt mig, betedde sig fel.

Jag försökte resa min talan när jag var liten men blev nästan alltid bemött som lillgammal eftersom jag troligtvis föreslog något som barn inte ska bry sin lilla hjärna med. Jag minns när de vuxna skrattade och la huvudet på sned och bad mig upprepa det jag nyss hade sagt bara för att återigen skratta och himla med ögonen.

Många minns nog färden genom grundskolan fram till det första riktigt stora och förhoppningsvis medvetna valet, gymnasievalet, men innan dess tog vi många beslut utan att riktigt veta vilka konsekvenser det skulle få för vår fortsatta livsresa.

Det finns så många olika vägval att välja mellan jämfört med de vi förväntas välja. Det går också att välja på nytt, om och om igen. Alla har vi egna upplevelser och jag har märkt att en del av andras livsval är så närbesläktade med mina, fast vi inte är släkt. Att få möjlighet att möta andra är som att gå på upptäcktsfärd, ett äventyr som också kan bli ett av de bästa resmålen.

Ibland kan man drabbas av en färdknäpp, det snurrar runt fast man står helt stilla, och det är då man kan få för sig att man är i färd med att bli knäpp. I såna lägen har det alltid varit några som har påpekat att jag borde ha följt den gängse vägen, den förutbestämda. Dessa personer säger att de bara vill mig väl men de känner mig knappt. Jag har därför valt att ha vackra knappar som symbol för min tid här på jorden. "När tiden är knapp kan det bli knäppt".



Är vi omgivna av idioter, psykopater, dåliga chefer och latmaskar på det sätt som beskrivs i några böcker? Jag utgår ifrån att alla kan träna upp sin förmåga att välja hur man tänker, agerar och reagerar men att det finns de som vill behålla några inlärdade beteenden och menar att dessa ingår i deras grundpersonlighet som de fick när de föddes och ska därför inte ändras. Var har man fått det ifrån?

Det är fult att fokusera på sig själv för då är vi för egoistiska, men det är fint att ta ansvar för sin personliga utveckling, vilket i grunden innebär just att fokusera på sig själv. Varför börjar vi med personlig utveckling först som vuxna? Det känns som en onödig omväg att först lära in beteenden som sedan ska bytas ut till några som tjänar oss och vår omgivning mycket bättre. Du vet vad du tjänar, men vem tjänar du?

Vårt ego är hur vi uppfattar oss själva, det vill säga vår självbild, som består av de två delarna självkänsla och självförtroende. Dessa två borde kunna stärkas redan hos barn för det bidrar positivt till alla olika relationer. Om det är att vara ego så är jag det. Hoppas du också vill vara ego, för du é go! Välkomna till é go-ismen!

Anna Källden, Ordläkaren, info@ordlakaren.se

Skol-IF - en roligare skola

Idén skapades för 30 år sedan. Begrepp som Disco Ball Night och Floppendanser lever upp på nytt idag. Skol-IF finns nu på alla högstadieskolor i Nyköping och Oxelösund. Mannen bakom Skol-IF för trettio år sedan och även idag heter Leif Dahlström. Men alla känner honom kort och gott som "Dala".



Leif "Dala" Dahlström omgiven av elever från Skol-IF.

- Jag hade några tuffa år med alkoholmissbruk och när jag lyckades komma igenom det funderade jag på vad jag ville göra i mitt fortsatta liv, säger Dala. Efter ett rådslag med min son Hampus stod det klart, jag ville jobba med ungdomar. Bland ungdomarna trivs jag bäst och här kan jag göra mest nytta. Så kände jag. Vi behöver aktivera och vägleda våra ungdomar lika mycket idag som för trettio år sedan.

Tillsammans med Hampus och Johan Skeppstedt, rektor på Vittraskolan, togs en plan fram för hur man ville jobba.

- En roligare skola ger också en roligare fritid, det var vår utgångspunkt.

Utifrån det tog vi fram en utbildningsplan med fem huvudpunkter;

- Självkänsla/Självförtroende
- Ledarskap
- Positiv förebild
- Entreprenörsskap
- Föreningsliv

- Med dessa ledord får nu alla elever möjligheten att gå en kurs från årskurs sex till årskurs 3 på gymnasiet.

Dala poängterar att Skol-IF inte bara handlar om idrott.

- Det viktigaste är att man aktiverar sig. Det kan vara på fotbollsplan men också genom att vi hyr en biograf och tittar på en film. Genom våra kurser och aktiviteter vill vi att ungdomarna ska växa och få en bättre självkänsla. Våga saker de inte gjort tidigare och lära sig att umgås med kamrater från andra skolor och med olika bakgrund.

Varje skola har en egen förening och sköter sig själva.

- Vi hjälper dom att komma igång och med utbildningspaketet. Det är härligt att se vilka nätverk som nu byggs upp mellan skolorna, på initiativ av eleverna. På så sätt är det enkelt att nå ut med information om Skol-IF.

Ambitionen framöver är att skapa en aktivitet varje fredag året om.

- Vi har valt fredagarna för att det ofta är en dag då våra ungdomar inte har så mycket att göra, säger Dala. En kväll då vi vill aktivera dom istället för att de ska driva runt på stan.

Dala ger exempel på olika aktiviteter.

- Det kan vara en skidresa till Romme, en spökbollsturnering, en bowlingkväll eller en festkväll med fotboll, 9-kamp och disco, för att ta några exempel.

Så här långt finansieras Skol-IF av Svenska Skol-IF, Södermanlands Skol-IF, Sörmlands Sparbank och det lokala näringslivet.

- Glädjande nog har även Nyköpings kommunalråd Urban Granström gett uttryck för att Skol-IF ska vara en viktig del i kommunens framtida fritidsgårds-satsning, säger Dala. Regionen Nyköping/Oxelösund har kommit långt i sin satsning på ungdomar och Skol-IF, och så vill vi gärna fortsätta. Den modell vi just nu bygger i Nyköping och Oxelösund hoppas vi kunna applicera på övriga Sörmlands skolor.

Alla som på olika sätt vill vara med på ett hörn är välkomna.

- Vi välkomnar självklart föräldrar, företag och kommuner som vill veta mer om vår verksamhet och på ett eller annat sätt vara med och stötta verksamheten, att höra

och en roligare fritid!

Kunskapsskolan segrade



Ett 60 tal elever drabbade samman i spökboll efter ett par tuffa omgångar korades Kunskapsskolan till segrare, en kul eftermiddag i bästa Skol-IF anda.

FAKTA SKOL-IF I SÖRMLAND

Södermanlands Skolidrottsförbund satsar hårt på Nyköping och Oxelösund och kommer under våren och sommaren 2019 att arrangera 15 utbildningar för elever i årskurs 6 till årskurs 1 på gymnasiet. **Allt för att skapa en roligare skola och en roligare fritid.**

De 4 huvudpunkterna på kurserna är följande;

- stark självkänsla
- starkt ledarskap
- positiv förebild
- entreprenörskap

Sörmlands Skol-IF kommer också att arrangera;
Disco ball night mellanstadiet

DM-mix stor bredd tävling mellan 12 skolor i juni.

Ett antal **prova på idrotter**

En special utbildning på hög nivå för 1 elev per skola,

Gängserie fotboll 1 dag i veckan

FÖRETAGARE!

Vill du vara med och bidra till en framtida positiv ungdomsgeneration, hör gärna av dig så berättar vi mer.

leif.dahlstrom@vittra.se

Ett stort tack till följande företag som stöttar våra ungdomar!

Grönqvists Bygg AB



Magasinet
Nyköping/Oxelösund

smarteyes



Härliga Liv - dags för *Hälsomässa i Nyköping*

Söndagen den 10 mars 2019 är det upplagt för en dag i hälsans tecken på Träffen i Nyköping. Här inbjuds du som besökare att ta del av en mässa med inspirerande föreläsningar och spännande utställare från när och fjärran.

Den som besökte mässan förra året kommer att känna igen sig, och förhoppningsvis tycka att arrangemanget blivit ännu bättre i år.

– Vi har tagit med oss det som var bra i fjol, och med den erfarenheten i ryggen försökt göra mässan ännu mer intressant, säger arrangören Madeleine Karlsson.

Madeleine är den som först tog initiativ till konceptet med Nyköpings egen hälsomässa "Härliga Liv" och är även detta år den som är ytterst ansvarig för arrangemanget.

– Idén har funnits hos mig i många år,

det finns så otroligt många mindre aktörer inom begreppet hälsa och det kan vara svårt att nå ut och marknadsföra sig som småföretagare. Min vision med Härliga Liv var att skapa en mötesplats för en bred skara med intressanta aktörer som profilerar sig inom hälsa och friskvård på olika sätt.

– Jag tycker själv att vi lyckades bra första året, och ännu bättre nu när det är dags för andra året! Det är, som jag förstått det, ganska unikt här i Sverige att ha så stor spridning på utställarnas inriktningar. Ofta är det fokus på exempelvis träning, massage och

friskvård eller andlighet – på Hälsomässan i Nyköping finns det lite av varje.

Att anordna en mässa kräver en hel del arbete. Till sin hjälp i år har Madeleine Gina Olofsson och Ulrika Juul. Ulrika driver sedan några år tillbaka Oscarsbergs Trädgård med sin make Michael.

– Ulrika och jag är vänner, och hon var med på en kant redan i fjol då hon pyntade mässlokalen med härliga växter från sin trädgårdsbutik. Det kommer hon göra även i år, och nu är hon också med och arrangerar det hela, säger Madeleine.

Hälsomässan besöktes i fjol av omkring 250 besökare, och hölls även då på Träffen. Nytt för i år är att det kommer anordnas föreläsningar och andra arrangemang i två sidolokaler till själva utställningslokalen, Hjorten och Nyckeln. Vissa av dessa föreläsningar ingår i inträdesavgiften medan andra kostar en extra peng.

– Det känns kul att utveckla det hela med lite nya inslag för i år i och med föredragen. Förutom föreläsningarna och de cirka 60-70 utställarna så finns det precis som i fjol möjlighet att köpa fika och lättare lunch under dagen. I år är det Angelica Sjöstedt från Prestationsmat som står för serveringen, så även det kommer gå i hälsans tecken, berättar Madeleine.

Utställarna och föreläsarna utgörs av både lokala och långväga aktörer med många olika specialområden.

– Jag är väldigt glad och tacksam över våra duktiga samarbetspartners, som de ju faktiskt är – utan dem skulle det inte bli någon mässa! De flesta är också väldigt engagerade och det märks att vi



Donna Mårtensson från Tystberga driver egna företaget Healspace och erbjuder en timmes Yoga under Hälsomässan. "Yoga för mig betyder hälsa. Att leva hälsosamt, i acceptans och med eftertänksamhet. Jag vill vara en del av Hälsomässan i Nyköping för att nå ut till de som ännu inte vågat sig till ett yogapass och visa hur underbar och livsförändrande praktiken är!" Foto: Daniel Roos

är många som är måna om att skapa en fantastisk dag tillsammans.

Bakom varumärket "Wise Woman" står Jessica Odén Strand, och hon är en av de föredragshållare som man kan lyssna till under dagen. Hon säger såhär om sin medverkan på Härliga Liv;

– Det är en fantastisk möjlighet som Madeleine med flera har skapat

som gör att jag får tillfälle att träffa så många unika människor på hemmaplan som också vill leva liv där både andlighet, prestation och ledarskap får finnas med. Liv som levs i kontakt med något större och där vi vet att det är nu som vi skapar framtiden tillsammans, inte sen.

En annan lokal aktör som medverkar på mässan är Karolina Lindhe. Hon arbetar som föreläsare och inspi-

*"...en dag i
hälsans tecken"*



Wise Woman - Jessica Odén Strand. Foto: My Södergren



Karolina Lindhe, inspiratör och författare till boken "Extra allt - en handbok för duktiga flickor". Foto: Jonas Ankarsand

ratör, och har skrivit boken "Extra allt – en handbok för duktiga flickor". Under Hälsomässan ger hon en föreläsning på samma tema.

– Jag ser min medverkan på mässan som ett bidrag till att stötta kvinnor, "duktiga flickor", som tycker att det är utmanande och ibland jobbigt att uppleva prestationskraven som leder till stress och negativa mönster. Min önskan är att kunna ge förståelse till varför vi lätt hamnar i dessa mönster och loopar, säger Karolina och fortsätter;

– Jag vill även ge besökarna några nycklar till hur vi kan bli mer medvetna och jobba fram egna strategier som passar in i det livet vi vill leva. Min föreläsning kan stötta den "duktiga flickan" till att hitta det som är viktigt i livet för att nå sin egna fulla potential.

Mässan gästas också av Anna Stomsi, känd från TV3:s nya program "Svenska Medium". Anna kommer både finnas bland utställarna och hålla ett föredrag. I sin programpunkt tar hon upp frågor som "Hur fungerar medialitet?", "Är alla mediala?" och "Har du andliga upplevelser du inte får ordning på?" – en härlig intensivkurs i det mediala språket.

Klockan 11 i lokalen Nyckeln kommer författaren Anna Hamström finnas på plats för att prata om sin bok "Hjärntrötthet med kapacitet", samt bakgrunden till boken med egna erfarenheter. Hjärntrötthet är idag ett alltför vanligt problem i samhället, och det kan vara svårt att veta hur man på bästa sätt kan tackla de svårigheter som kommer med diagnosen.

I sin föreläsning på Hälsomässan förklarar Anna Hamström vad hjärntrötthet innebär, vad man själv kan göra för att lära sig att leva med det och vad som är viktigt för den hjärntröttes omgivning att veta för att kunna stötta och vara hjälpsam på bästa sätt.

– Som sagt, mässan innehåller många spännande aktörer, alla med fokus på att ge besökarna inspiration

till bättre hälsa i allmänhet. Mitt mål och min förhoppning är att alla som besöker mässan kommer därifrån med mer kunskap och idéer kring hur man kan må bättre. Alla är varmt välkomna till Hälsomässan Härliga Liv söndagen den 10 mars på Träffen, hälsar Madeleine Karlsson avslutningsvis.



Välkommen till Hälsomässan i Nyköping!

Söndagen den 10 mars 2019

Plats: Träffen

Tid: Kl. 10.00-16.00

Inträde: 60 kr (0-12 år gratis inträde)

På denna hälsomässa har du chansen att möta utställare av olika slag som har med ditt välmående att göra, allt från psykisk hälsa och andlighet, till fysisk hälsa och träning. Fika och lättare lunch finns till försäljning.

Läs mer om våra utställare och dagens föreläsare på vår hemsida.

Föreläsningar under dagen:

(med reservation för ändringar)

Lokal Hjorten

10.30-11.30 Wise Woman
I kontakt med något större
Ingår i inträdesavgiften.

11.30-12.30 Anna Stomsi
Det andliga språket
Pris: 200 kr

12.30-13.30 Karolina Lindhe
Extra allt! Hur duktiga flickan kan hitta sin fulla potential.
Ingår i inträdesavgiften.

13.30-14.30 Donna Mårtensson
Healspace, Yoga. Yogamatta finns att låna. 12 platser.
Pris: 120 kr

Lokal Nyckeln

11.00-11.30 Mikael & Anna Hamström
Boken "Hjärntrött med kapacitet". Författaren berättar om hjärntrötthet och boken kommer även att finnas till försäljning under dagen.
Ingår i inträdesavgiften

11.30-12.30 Vijaya
Stress- och friskvårdsterapeut
Stress och Stresshantering
Pris: 100 kr

12.30-13.30 Lottas Änglarum
Tidigare Liv - Föreläsning och Seans.
Pris: 50 kr



Härliga Liv Hälsomässa

www.harligaliv.se

Kontakt: 070-498 15 22 (Madeleine)

Offentliga toaletter 1950-1970-talet

I januari i år redogjordes svaret på en bildgåta i lokaltidningen Södermanlands Nyheter. På en bild hade det frågats efter vad det var för armeringsjärn som stack upp ur marken. Svaret var att järnen var från en offentlig toalett, som tidigare fanns vid gamla konstmuseet. Men helt offentlig var inte "toaletten" då den saknade toalettstolar och därmed enbart var för det manliga könet. Sådana toaletter gick under namnet urinoarer, men i folkmun kom de att kallas "pisssoarer". Den här urinoaren var nergrävd i marken i en grässlänt och hade två separata trappor. Man kunde därmed gå ner i en trapp och upp i den andra.

Jag minns tre andra urinoarer varav en fanns vid sidan av Teatern, strax innan nuvarande övergångsstället till busstationen. Det var en rund skapelse i gjutjärn utan tak. På utsidan var den "utsmyckad" med några slags ingjutna motiv. Här gick man in genom ett öppet dörrhål. Man kunde även välja att gå ett vänster- eller högervarv, passerade man här under varma sommark dagar kände man en viss doft...! Här dracks det även en hel del ur flaskor som vissa personer nyligen inhandlat på "spritbolaget".

En annan urinoar fanns på Östra Storgatan, framför Öster Skola. Det var däremot en murad byggnad med tak och väggar, som på utsidan var gulputsade. På framsidan mot Storgatan fanns två ingångar, en på vardera sida, och även här fanns det inga dörrar. En liknande urinoar fanns utmed västra sidan av Brunns-gatan, mitt emot gamla kyrkogården. Hur länge de här urinoarerna funnits är oklart, men av utseende och skick, tror jag att de åtminstone funnits sedan 1920-30 talet. Och kanske även långt tidigare? Urinoarerna kom att rivas under sent 1960-tal, eller tidigt 1970-tal, kanske för att de ansågs osanitära.

Av tidigare offentliga toaletter i stads kärnan minns jag bara en vid Smörtorget, bakom Rådhuset. När sedan huset revs för att ge plats åt Stads-huset ordnade kommunen två nya toaletter, ungefär mitt emot den nybyggda garageinfarten i den nya byggnaden, som inom sinom tid ska bli bostadshus nedanför Stadshuset på Slottsgatan. Toaletterna fanns bredvid varandra, och var även här, likt toaletterna vid Smörtorget, inbyggda i väggen på ett äldre trähus. För att komma in på en toalett fick man stoppa en 25-öring i en automat som fanns i dörrhandtaget. Även här dracks det nog en hel del sprit, framför allt under den kalla årstiden. Efter att huset revs (på 1970-talet, om jag minns rätt) iordning-ställde kommunen två nya toaletter vid Behmbron.

Skämt eller allvar?

Varför fanns då dessa speciella toaletter för män? För normalt behöver väl inte män kissa oftare än kvinnor. Men ändå hade kvinnor under 1950 och 60-talet, och troligen även tidigare, inte lätt att hitta en offentlig toalett, förutom den på Smörtorget. Det fanns dock toaletter att tillgå även för kvinnor på Biblioteket på Kyrkogatan, Busstationen på Trädgårdsgatan, Centralstationen, och Södra Stationen. Men då gällde det att hinna dit i tid, samt att de inte var stängda för dagen.

Bilden till höger: F d toaletter, Behmbrogatan



Som jag förstått det vill kvinnor ogärna smyga bakom någon buske eller husknut för att uträtta sina behov. Vilket nog en del av det manliga könet inte hade några problem med - vilket tycks gälla än idag! Ligger kanske beteendet kvar i någon gen hos mannen? Kan urinoarerna ha något att göra med ett revir-tänk? Välkänt är att flertalet handjur avger doftmarkeringar genom att urinera på olika platser, och då framför allt i ytterområdet av reviret. Har även mannen under historiens gång revirmarkerat runt sina boplatser och jaktområden?

Spånar man vidare kan man fundera på om urinoarerna medvetet placerats vid västra, norra och östra infarterna, där flertalet "utsocknes" kom förbi på sin väg till Nyköping. Man kunde naturligtvis komma till staden på andra vägar, men de flesta besökare kom nog ändå på dessa vägar.

Hade man även tänkt på besökare som kom sjövägen? De som kom med båt åkte troligen ända upp till Fiskbron, för att lägga till vid den långa bryggan. Om de sedan gick upp till centrum passerade nog flertalet den närliggande urinoaren.

Skulle urinoarerna förmedla ett budskap till främmande personer; "här börjar Nyköpings revir, så passa dig!"

Slutligen - dessa gåtfulla armeringsjärn

Jag minns inte att det efter att urinoaren revs och marken återstälts skulle ha funnits några stående armeringsjärn ovan mark. Om det tidigare under åren skett någon utgrävning på platsen, och man av någon anledning böjt upp järnen bör väl dessa ha kapats när arbetet var avslutat? Eller är det ganska nyligen gjort inför den stundande saneringen av hus och mark där Nyköpings första gasverk fanns under åren 1861 till 1910?



Armeringsjärn från Urinoaren?

Magasinet gästskribent
Arne Andersson berättar
om minnen från barndomen
och sin uppväxt i Nyköping
arne.andersson22@comhem.se



Arne Andersson
Gästskribent



Sonja och Lennart Andersson är nöjda med sitt nya kök.



Elon fixade allt – från ax till limpa!

Sonja och Lennart Andersson har bott i sitt hus i 30 år.

Visst har det funnits tankar på att sälja men paret valde en helt annan väg under förra året.

– Vi hade ett gammalt kök från 90-talet och pratade om att vi ville byta till ett modernt kök.

Under en utflykt till Pål Jungs Hage valde man att spontant gå in i Elons butik.

– Vi fick syn på ett utställningskök som motiverade oss att sätta igång med tankarna på att byta kök.

Hasse Kvist från Elon kom hem till Sonja och Lennart och började skissa på en helhetslösning.

– Han ritade upp köket och kom även med

förslag på en helhetslösning med nya tapeter och nytt golv. Vi tyckte det såg jättebra ut och beställde vårt nya kök.

Hela processen gick mycket smidigt.

– Vi är jättenöjda med allt. Man kan säga att vi fick ett ”nyckelfärdigt” kök. Elon och Hasse skötte allt med hjälp av duktiga hantverkare. Vi behövde inte bry oss, hantverkarna städade till och med

efter sig, säger Sonja och Lennart med ett leende.

Nu sitter Sonja och Lennart i sitt nya kök. Båda är mycket nöjda över resultatet och har bara positiva omdömen om Elon på Pål Jungs Hage.

– Glöm inte de duktiga tjejerna i butiken, som hjälpte oss med att hitta rätt belysning i köket, avslutar Sonja.

VI HAR KÖK *i alla prislägen*



BÄCKLUNDA

Bäcklunda är ett prisvärt skandinaviskt kök med leveranstid på mindre än en vecka. Det finns sju snygga luckor att välja på, högblanka, vita, svarta, grå, allmog och helt släta.



KUNGSÄTER KÖK

Kungsäterkök är ett svensktillverkat kvalitetskök med ett brett sortiment av luckor och skåp, stämmer inte måtten anpassar vi köket till dina exklusiva mått. Allt för att kunna göra ditt personliga kök.



Exklusiv

Kungsäter Exklusiv är ett svensktillverkat kvalitetskök med lådor och stommar i massivt trä. Moderna, klassiska, romantiska eller strama luckor i ek, ask eller björk. Färgen bestämmer ni. Exklusiv Hultabeg vann tävlingen årets kök 2015.

Allt från idé till färdigmonterat kök

HUSHÅLLSGRUPPEN

Pål Jungs Hage, NYKÖPING • 0155-29 13 00
elonnyox.se • Må-fr 10-19, lö 10-16, sö 11-16

ELON
SVERIGES STÖRSTA VITVARUKEDJA

kvists el

INSTALLATION OCH SERVICE
Torggatan 19, OXELÖSUND
0155-306 20

Bilder som skildrar lokal

Konfirmationsbilder. Alla Helgona kyrkas tidigare kyrkbänkar. Före detta prästbostaden intill S:t Nicolai kyrka. Det och mycket mer visas i en bildutställning i S:t Nicolai kyrka under mars.

Bildgruppen i Nyköping har – sedan föreningen bildades 1993 – samlat på sig fler än 45 000 äldre bilder från Nyköping med omnejd. I oktober hörde Nyköpings församling av sig till föreningen och frågade om den ville ställa ut i S:t Nicolai kyrka under våren.

– Vi tackade ja till erbjudandet. Det var bra att få förfrågan med så lång framförhållning, eftersom det alltid tar lite tid att leta upp bilder och hitta underlag till bildbeskrivningar, säger Bildgruppens Ronny Sagebrand.

Föreningen vaskade fram ett 30-tal bilder från S:t Nicolai kyrka och Alla Helgona kyrka och dess omgivningar samt ytter-

” Jag har lärt mig mycket om både församlingens och Nyköpings historia.

ligare några bilder med koppling till Nyköpings församling. Malén Eneberg, kommunikatör i Nyköpings församling, kompletterade bildbeskrivningarna.

– Det har varit ett roligt uppdrag, i vilket jag lärt mig mycket om både församlingens och Nyköpings historia. Min inställning är att vi genom vår historia bättre kan förstå vår nutid, säger hon.



Ronny Sagebrand och Hasse Jonsson är välkända profiler i Nyköping. Ronny är pensionerad polischef, Hasse drev tidigare Wilsons guld. Nu är de engagerade i Bildgruppen i Nyköping, som ställer ut i S:t Nicolai kyrka.

I utställningen i S:t Nicolai kyrka porträtteras människor. Här möter betraktaren bland andra Inga-Karin, som blev ett välkänt ansikte som diakonissa under sin tjänstgöring i Nyköping. På en annan bild har sex män – som arbetade med en omfattande renovering i

S:t Nicolai kyrka under 1920-talet – ställt upp sig för fotografering. Och kanske kommer någon av alla som besöker utställningen att känna igen sig själv – eller en närstående – på konfirmandbilderna.

Andra bilder visar Nyköpings två stadskyrkor och dess om-

ANNONS



SLÄCK!
EARTH HOUR
#CONNECT2EARTH
FÖR DU OCH NATUREN HÖR IHOP



ALLA HELGONA KYRKA

KONSERT i stearinljusens sken
"Låt mig värma din frusna själ"

Ungdomskören Cantemus
under ledning av Jenny Tjärnström



30 MARS 2019
KL 20.30

www.se/earthhour



UTTRYCK – vad händer i din lokala kyrka?

I Nyköpings församling finns sju kyrkor och två församlingshem. Här händer mycket hela tiden.

I kalendariet på hemsidan finns aktuellt program för all öppen verksamhet. Vill du hellre ha programmet på papper? Är du mest intresserad av en av kyrkorna? Då passar våra informationsblad Uttryck perfekt för dig!

Sex av våra sju kyrkor har ett eget programblad, som gäller för två månader. Till Svärta kyrka görs inget blad, då det inte är någon regelbunden verksamhet där. Uttryck finns att hämta i våra kyrkor och församlingshem.

Du kan också ladda ner dem som pdf-fil på vår hemsida: www.svenskakyrkan.se/nykoping

historia visas i kyrkan

kringliggande byggnader – exteriört och interiört. I bildtexterna framgår bland annat varför Alla Helgona församlingshem har ett arkitektoniskt värde, vilken byggnad som utgjorde fattigstuga under 170 år, vem som bodde i Stenbrogården på 1500-talet och vem som lät uppföra Prosten Pihls gård.

– Bilderna är ett urval ur vår digitaliserade databas, utskrivna på fotopapper, berättar Ronny Sagebrand.

– Och Nyköpings församling har, inför utställningen, köpt nya utställningsskärmar, säger Malén Eneberg.

Utställningen visas på kyrktorget i S:t Nicolai kyrka från tisdagen den 5 mars till söndagen den 31 mars. Kyrkan är normalt öppen måndag till lördag klockan 10–15 och söndagar i samband med gudstjänst.

Representanter för Bildgruppen i Nyköping finns på



plats tisdagen den 5 mars klockan 13–15.

– När jag gick igenom bilderna tillsammans med Ronny Sagebrand och Hasse Jonsson så fick jag en inblick i vilken bred lokalhistorisk kun-

skap de har. De är som vandra-
nde historieböcker! utbrister
Malén Eneberg.

Onsdagen den 6 mars, klockan 13:30, kommer den öppna verksamheten "Gemenskap i

Oppeby" att besöka utställningen.

– Alla som vill se utställningen tillsammans med andra är välkomna att göra oss sällskap, hälsar Lars-Olof Holmberg, ansvarig för "Gemenskap i Oppeby".



FOTO: GUSTAF HELLSING/IKON



FOTO: ALEX GIACOMINI/IKON



FOTO: PEXELS/COM

RO FÖR SJÄLEN

Sinnesrogudstjänster

S:t Nicolai kyrka

Tisdagar ojämförbara veckor 18.00

Kaffe i kyrkan från 17.30

En gudstjänst till eftertanke och kraftsamling, med musik, meditation och ljusständning.

Lovsångskvällar

Oppebykyrkan

En fredag/månad 19.00

29/3, 12/4, 17/5, 14/6

En enkel, stämningsfull gudstjänst med fokus på lovsång och bön.

Möjlighet till ljusständning.

Fika efteråt för de som vill.

MISSIONSDAG

"Att leva mission"

23/3 Oppebykyrkan 17.00

- Nuläget i Sverige. Ett samhälle i förändring, hur påverkar det oss?
- Missionär där du är. Hur kan vi leva mission i vardagen?

- Internationellt engagemang. Hur får vi fler att intressera sig för internationella frågor?

Missionsdagen leds av Ingrid Lundström, inspiratör inom EFS och Klas Lundström, lärare på Johannelunds teologiska högskola.

Etiopisk lunch serveras.

FAMILJE- GUDSTJÄNSTER

3/3 Alla Helgona kyrka 10.00

Allahelgonakören och barnkörerna

17/3 S:t Nicolai kyrka 11.00

"Dopfest". Barnkörerna

17/3 S:ta Katarina kyrka 16.00

"Tänk dig världen fri". Barnkörerna

24/3 Oppebykyrkan 11.00

Kören Kantaton, sångare ur barn och ungdomskör



www.svenskakyrkan.se/nyköping

MUSIK

Katarinakväll

Gränslösa – folkmusikgrupp från Kulturskolan spelar

7/3 S:ta Katarina kyrka 19.00

Mässa 18.00 och drop in-fika från 18.30 för de som vill

Musikgudstjänst

med tema Melodifestival

10/3 Franciscuskapellet 16.00

Solister: Elin Lindkvist och Lina Björkberg



Svenska kyrkan – Nyköpings församling

Mikaeliskolan

- med tanke, känsla och vilja i fokus



Foto från Mikaeliskolans bildarkiv

År 1986 startade Nyköpings äldsta friskola upp sin verksamhet och är än i dag en populär skola här i trakten. Mikaeliskolan är en icke vinstdrivande waldorfskola med elever från förskoleklass till årskurs 9.

Waldorfpedagogiken skapades år 1919 av österrikaren Rudolf Steiner och har sina grundvärderingar i dennes antroposofilära, där mycket handlar om att minska bryggan mellan vetenskap och kultur. Inom waldorf ligger fokus därför inte bara på vad man lär sig, utan också om hur och när i livet man lär sig.

Idag finns omkring 1000 waldorfskolor runt om i världen. Här i Sverige har det funnits waldorfskolor sedan mitten av 1900-talet, och numera är det cirka 70 förskolor, 40 skolor och ett antal särskolor inom waldorfpedagogiken aktiva i Sverige.

Som vilken skola som helst har de läroplan och kunskapsmål att förhålla sig till – men hur man når upp till dessa är ganska skilt från konventionella skolor. Karin Canestedt är utbildad lärare och waldorfpedagog och har arbetat på Mikaeliskolan sedan starten. Idag är hon klasslärare för årskurs 4-5.

– Vi anpassar undervisningen efter barnens psykologiska utveckling. Inom waldorf delas detta in i sjuårspenoder; mellan år 0-7 skall världen vara god, sett ur barnens ögon. Mellan år

7-14 ska världen vara skön, och mellan år 14-21 talar man om att världen ska vara sann.

– Till exempel innebär detta att barnets lek är väldigt viktig för dess utveckling – ur leken föds intresse för att lära sig saker, istället för att detta ska påtvingas barnet innan hen är mogen nog för det. Det yttersta målet är att waldorfpedagogiken ska ge kreativa och fritänkande människor. Antroposofin kallas ju ofta för "frihetens filosofi", berättar Karin.

Waldorfskolan som helhet är tolvårig, vilket alltså även innefattar gymnasieåren. På Mikaeliskolan kan man som sagt läsa upp till årskurs 9, därefter får man söka sig till någon av de gymnasieskolor med waldorfpedagogik som finns – exempelvis i Järna eller i Stockholm.

Inom waldorfgymnasiet finns tre valmöjligheter; naturvetenskapligt program, samhällsprogrammet och estetiskt program, alla med en särskild waldorfprofil som skiljer dem åt från sin motsvarighet i den konventionella gymnasieskolan.

– Hos oss är det viktigt att involvera hela människan i utvecklingen, med tanke, känsla och vilja. Det är inte bara huvudet som ska få arbeta. Vi brukar beskriva det som att barnets väg till kunskap om sig själv och världen går från handen, via hjärtat, till huvudet. Kunskapen är medlet, kreativiteten är

metoden och friheten är målet. Matematik är inte viktigare än till exempel handarbete när det kommer till barnets utveckling, säger Karin.

Översatt till verkliga livet innebär det att eleverna gör mycket av sin inlärn timer rent fysiskt. En stor del av undervisningstiden består av praktiska övningar. Formteckning är till exempel ett karaktärsämne för waldorfskolan och återfinns bland annat inom matematiken, där eleverna får arbeta med frihandsgeometri för att förstå innebörden av de olika geometriska formerna.

Man är också gärna ute i skog och mark, något som främjar de små barnens lek lust och fantasi. Men det gäller också de äldre barnen – en ekologilektion kan mycket väl hållas utomhus i en kustmiljö för att läraren ska kunna visa upp handfasta exempel på havsbottnar, mikroorganismer och dess livsvillkor.

Men man tar ofta steget längre än så – vad sägs om en eksursionsresa till Soleggen i Norge, där barn från klass 6 och 7 under oktober månad genomförde en fem dygns fjäll- och älvvandring på hög höjd. Förutom ett minne för livet fick man med sig goda kunskaper inom ämnena mineralogi, geologi och geografi.

– Vi pedagoger har också ett stort ansvar att se till att klassrumsundervisningen är kreativ. Hos oss är undervisningen i huvudsak muntlig. Det

betyder läraren berättar om det som ska läras in, ofta på ett annorlunda och spännande sätt som får eleverna att tycka det är kul att lära sig. Det rullas inte in några TV-apparater i våra klassrum utan vi gör hellre historierna till ett levande skådespel, berättar Andrea Balakova, språklärare i engelska och franska på Mikaeliskolan.

Att det råder brist på lärare rent generellt är välkänt, och detsamma gäller för waldorfpedagoger. När de nya kraven gällande förskollärar- och lärarutbildning infördes blev det brist på personal i alla typer av skolor. För att få jobba som waldorfpedagog krävs en särskild utbildning utöver den vanliga lärarutbildningen.

– Det är en utmaning som vi har, och som sagt delar med andra skolor – det behövs fler lärare. Att arbeta som waldorfpedagog är väldigt spännande och utvecklande, det finns alltid möjlighet till fortbildning och utbyte med pedagoger från andra waldorfskolor, säger Karin.

På Mikaeliskolan är det inte bara undervisningen som är en viktig del av skoldagen – här prioriteras även en bra skollunch ur flera perspektiv. – Maten är en jätte viktig del av vardagen. Först och främst är det näring, och det krävs bra mat för att barnen ska orka med skolan och även ges rätt förutsättningar att utvecklas, menar Karin.

– Att äta lunch ska också vara en positiv upplevelse generellt, man ska känna att man i möjligaste mån får äta i lugn och ro och verkligen vara medveten om vad man stoppar i sig. Jag



I Mikaeliskolans matsal serveras vegetarisk mat fyra dagar i veckan, och fisk eller kött den femte dagen. Råvarorna är i så stor utsträckning som möjligt biodynamiskt odlade, ekologiska, kravmärkta och/eller närproducerade. Foto: Mikaeliskolan

tycker att det är en mysig del av dagen när jag får gå och äta tillsammans med barnen, säger Andrea.

Maten som eleverna och personalen på Mikaeliskolan serveras tillagas det egna köket. Fyra dagar i veckan är det vegetarisk kost som gäller, på den femte dagen serveras fisk eller kött. I så stor utsträckning som det går är maten säsongsbetonad, biodynamiskt odlad, ekologisk, kravmärkt och/eller gärna närproducerad. Vad gäller köttätterna så väljs ofta svenskt viltkött som råvara.

– Det ska vara gott, hållbart och vackert för ögat – kärlek och omtanke för oss och vår värld på en tallrik, säger Karin.

Inom waldorfpedagogiken spelar föräldrarna en viktig och aktiv roll. Det är hem och skola som tillsammans utgör barnens vardag och skapar förutsättningar för barnen att utvecklas. Mikaeliskolan styrs av en stiftelse som består av lärare och föräldrar, och redan från dag ett var föräldrarna bokstavligen med och byggde skolan.

– När Mikaeliskolan först bildades på 80-talet hyrde vi lokaler för att bedriva undervisning i. Men tack vare engagerade och närvarande föräldrar fick vi efter några år möjlighet att köpa mark och bygga vår egen skola. Skanska var byggherrar och skötte allt fackmannamässigt arbete, men sedan var det föräldrarna som hjälptes åt med allt ifrån att lägga golv till att inreda lokalerna. Vi flyttade sedan in i våra nuvarande lokaler år 1997, minns Karin.

Även idag finns ett stort engagemang från föräldrarna att på olika sätt

vara delaktiga i skolans verksamhet. Det är föräldrarna som turas om att sköta skolans lokalvård och mindre upprustning, ibland tillsammans med barnen.

”Det ska vara gott, hållbart och vackert för ögat”

Föräldrarna är också välkomna att ta del av barnens skoldag och äta lunch tillsammans med barnen i matsalen.

– Generellt sett har vi också tätare mellan föräldramötena och vi har föräldraforum som bland annat arbetar med

att fördjupa föräldrarnas kunskap om waldorfpedagogik, främja kontakter över årskursgränserna och underlätta information mellan föräldrar och lärare, berättar Karin.

På skolan anordnas varje år ett antal arrangemang med elever, lärare och föräldrar. I april månad är det trädgårdsdag, då alla hjälps åt att göra iordning utemiljön efter vintern. Dagens avslutas med gemensam fest för föräldrar och pedagoger. Det arrangeras också årstidsfester där elever och pedagoger visar upp delar av undervisningen under kreativa former.

Om hösten finns exempelvis det traditionsenliga Mikaelifrandet, då barnen tillsammans spelar upp en musiksaga om riddare, prinsessor och drakar. Helgen efter Mikaeliveckan är det den årliga höstmarknaden som brukar vara populär och välbesökt även utanför den närmaste kretsen. De pengar som dras in under höstmarknaden går till Föräldraforumets verksamheter.

När mörkret lägger sig i november är det dags för lyktfest på Mikaeliskolan. Barnen får tillverka sina egna lyktor, det spelas upp en pjäs och sjungs sånger och kvällen avslutas med en stämningsfull samkväm där det bjuds



Under läsåret arrangeras ett antal "årstidsfester" där elever, pedagoger och föräldrar firar tillsammans. Här en bild från lyktfesten på hösten 2017. Foto: Mikaeliskolan

på godsaker som barnen bakat.

Mikaeliskolan är en skola som fortsätter att satsa framåt. Just nu pågår ett omfattande utbyggnadsarbete i två etapper, där den första etappen stod färdig under hösten 2018. Arbetet påbörjades ett år tidigare, under hösten 2017 och innehåller fler klassrum, grupprum, kapphall, toaletter, förråd samt teknikrum för byggnadernas skötsel.

Ettapp två är ännu inte påbörjad, men planen är att den ska innehålla ett nytt kök, matsal, eurytmisal samt tekniksalar.

– Mikaeliskolan och waldorfpedagogiken är fortsatt populär, vilket vi tycker är jättekul, men det kräver ju också att vi utvecklas och har plats att möta efterfrågan. Därför är det väldigt

fint att vi nu har nya lokaler färdiga. Gällande ettapp två är det en ren nödvändighet, då den nuvarande lokalen är en tillfällig barack måste rivas senast år 2024, berättar Karin som också är med i skolans byggrupp.

Är man intresserad av att låta sina barn gå på Mikaeliskolan är det en bra idé att se till att vara ute i god tid för att ansöka om en plats. Är man inte sedan tidigare insatt i hur waldorfpedagogiken fungerar är det klokt att se till att läsa på ordentligt, och gärna ta kontakt med skolan för mer information och eventuellt studiebesök.



Exkursionsresa inom mineralogi, geologi och geografi med klass 6 och 7 en vecka till Soleggen, Lom i Norge. Fem dygns fjäll- och älvdavandring i oktober på höga höjder och under bergen längs fors och älv. "Waldorf, vi gör det vi undervisar. Lite mer rock'n'roll och hands on", säger Mikaeliskolans rektor Susanne Granat Ahlstrand med glimten i ögat. Foto: Mikaeliskolan



Framtidens Utbildningsmäss

Torsdagen den 28 februari är det dags för utbildningsmäss på Sunlight Hotel. Mässan riktar sig främst till invånare som är intresserade av högre utbildning, yrkesutbildningar och eftergymnasiala studier i Nyköping och Oxelösund.

Det är andra året som "Framtidens utbildningsmäss" arrangeras av Campus Nyköping och Campus Oxelösund i samarbete med Arbetsförmedlingen Södra Sörmland.

– Förra året uppskattar vi att mässan besöktes av omkring 1000 personer. Eftersom det är fritt inträde och folk kan komma och gå så är det svårt att få fram en exakt siffra, men vi hoppas såklart att ännu fler ska komma till mässan i år. Vi har till exempel förlängt tiden för mässan i år och hoppas att det ger möjlighet för fler personer att komma förbi, säger Erik Malm Birkgård, utbildningskoordinator på Campus Oxelösund.

Syftet med mässan är att ge besökarna såväl inspiration som information om vilket utbildningsutbud som finns att tillgå i Nyköping och Oxelösund. Under dagen ges ett antal intressanta föreläsningar och det kommer också att finnas många utställare. I princip alla de organisationer som erbjuder utbildning i Nyköping och Oxelösund finns på plats.

– Föreläsningarna ges löpande under dagen, det är inget man behöver föranmäla sig till utan det är bara att komma förbi om man vill. Även studie- och yrkesvägledare kommer finnas på mässan för tips och rådgivning, berättar Erik.

Att välja en utbildning eller framtida karriär kan vara nog så svårt, och det är inte alltid man själv har koll på vad som faktiskt erbjuds. Det finns såklart massor av information att hitta, men då ska man också veta vad man letar efter. Utbildningsmässan är en god möjlighet



Caxton Njuki är en av de inspirerande föreläsarna under Framtidens Utbildningsmäss på Sunlight Hotel den 28 februari.

för gemene man att på ett otvunget sätt inspireras – och att kanske tänka i nya banor.

– För många var det ju kanske ett tag sedan man studerade, och då är det inte lätt att hänga med i allt som sker inom vuxenutbildningen. Idag finns det möjligheter som inte fanns för fem eller tio år sedan, och såväl utbildningarna som logistiken kring dem är under ständig utveckling. Något som verkligen ökar, och som jag är övertygad om kommer öka ännu mer under de kommande åren, är distansstudier. Det ges massor av utbildningar på distans, och även med olika studietakt – det gör såklart att tillgängligheten för vidareutbildning ökar, menar Erik och fortsätter;

– Därför är det viktigt för den som är intresserad av att vidareutbilda sig att ta kontakt med en studie- och yrkesvägledare, de kan hjälpa dig att hitta rätt utbildning men också att se till att du har rätt förutsättningar att söka och genomföra den. Kanske behöver du läsa upp något ämne, eller har möjlighet att ta vara på tidigare kunskaper genom en validering?

Mässan är som sagt ett samarbete mellan tre tunga aktörer i regionen, Arbetsförmedlingen samt de två kommunernas respektive Campus. Särskilt de två sistnämnda är vana vid att jobba ihop.

– Vi har ett fint samarbete mellan Campus Oxelösund och Campus Nyköping, till exempel försöker vi samordna våra utbildningar så gott det går för att tillsammans kunna erbjuda ett brett utbud i regionen, välkommen att besöka oss på Framtidens Utbildningsmäss för att se vad som finns för just dig, avslutar Erik.

Framtidens Utbildningsmäss

28 februari kl. 10.00-17.00 på Sunlight. Fritt inträde.

Föreläsningsprogram

(med reservation för ändringar)

10:45-11:15

- **Arbetsförmedlingen** – Yrken och jobb möjligheter
- **HR Nyköping & Oxelösunds kommun** – Yrken inom kommunal verksamhet
- **Studie- och yrkesvägledning** – Vilka utbildningsvägar finns det?

11:25-11:55

- **Linköpings universitet**
- **Karlstad universitet** – Vad innebär distansstudier och vad ska du som student tänka på?
- **Campus Nyköping & Arbetsförmedlingen** – Jobbspår för nyanlända.

12:05-12:35

- **Mälardalens högskola** – Välkommen till framtidens och alla möjligheters profession – bli sjuksköterska. Lyssna till studerande och adjunkter som berättar om utbildningen.
- **KunskapsCompaniet & Arbetsförmedlingens byggtutbildning** – Vad innebär det att jobba inom bygg?

13:00-13:30

Caxton Njuki – Lyckas med dina studier och skapa framgång.



Förra året besöktes mässan av uppskattningsvis 1000 personer. I år hoppas arrangörerna på ännu fler besökare. Bland annat har alla elever i gymnasiet årskurs tre i kommunerna bjudits in till mässan för att de ska få se vilka utbildningsmöjligheter som finns i regionen.

14:00-14:30

- **Arbetsförmedlingen** – Yrken och jobb möjligheter
- **Nyköpings kommun/Region Sörmland** – Vad innebär det att arbeta som sjuksköterska?
- **Studie- och yrkesvägledning** – Vilka utbildningsvägar finns det?

14:45-15:15

- **Studie- och yrkesvägledare samt studenter från universitet** – Livet som student, begrepp och saker att tänka på i den akademiska världen.
- **Karlstad universitet** – Vad innebär distansstudier och vad ska du som student tänka på?
- **Campus Oxelösund & Arbetsförmedlingen** – Att arbeta som svetsare

15:30-16:00

- **Linköpings universitet**
- **Campus Nyköping & Arbetsförmedlingen** – Jobbspår för nyanlända.

Vi skräddarsyr utbildningar efter branschens behov!

- På Campus anordnar vi flera yrkesutbildningar för vuxna på gymnasial nivå, till exempel bedriver vi vård- och omsorgsutbildning, byggutbildning, barnskötarutbildning och svetsutbildning inom industriprogrammet, säger Erik Hasselstrand, yrkeslärare på Campus i Oxelösund, som också kan avslöja en nyhet.

- En ny spännande utbildning är på gång, en sprinklerutbildning efter branschens önskemål och behov. Vi kommer att presentera den närmare på Utbildningsmässan den 28 februari.

Svetsarutbildningen på Campus i Oxelösund är däremot ingen nyhet. Skolan har en lång och gedigen erfarenhet av att utbilda svetsare.

- Jag började jobba här 2003 och har sedan dess utbildat svetsare inom ramen för både friskola och kommunal skola, säger Kari Liikanen, en av lärarna på skolan.

Svetsarutbildningen genomförs i nära samarbete med det privata näringslivet.

- Vi skräddarsyr utbildningen efter branschens behov, säger Robin Lindahl, som är praktikansvarig och kontaktperson ut mot företagen. Det är självklart viktigt för oss att ha bra relationer med företagen och veta vilka behov de har.

En utbildning till svetsare tar cirka 41-42 veckor.

- Vi säger att målet med utbildningen är att man ska bli "anställningsbar". Det innebär att man ska få både praktiska och teoretiska kunskaper så man kan få anställning i det privata näringslivet, säger Kari Liikanen. Man får en legitimation, vi kallar det för IW-diplom som ger individen mycket goda förutsättningar att söka jobb, men även att söka vidare utbildning över hela världen. IW-diplom är en legitimitet som gäller i fler än 30 länder.

Utbildningen till svetsare vänder sig till alla, men intresset är stort hos nyanlända. Campus har ett eget spår för nyanlända som tar 60-80 veckor.

- En del har med sig kunskap från sitt tidigare land, då kan vi hjälpa till med validering, säger Kari Liikanen. Stort fokus ligger på att utveckla svenska språket, särskilt den yrkessvenska som används i branschen.

För att underlätta utbildningen för nyanlända ingår även SFI-lärare i arbetslaget, utöver yrkeslärare.

- En primär förutsättning för att lära sig yrket är att man förstår språket. Inom yrket är det även en hel del facktermer, vilket vi också jobbar aktivt med, säger Yvonne Wilhelmsson, SFI-lärare på skolan. Jag stöttar både elever och lärare så att utbildningen är språkutvecklande. Att förstå språket är nyckeln till arbete efter utbildningen.

Campus Oxelösund har ständig kontakt med branschen för att fånga upp vilka behov som finns av yrkeskunnigt folk.

- En av våra styrkor är att vi har bra relationer med näringslivet och kan anpassa vår utbildning efter deras behov, understryker Erik Hasselstrand. Det leder till en väldigt effektiv utbildningsmetod, där en del av lärandet sker på en arbetsplats.

Industribranschen är i stort behov av kompetent arbetskraft. Svetsare är en av regionens



Välkommen till Campus i Oxelösund säger från vänster Robin Lindahl, Yvonne Wilhelmsson, Erik Hasselstrand och Kari Liikanen.

10-i-topp bristyrken, men även andra kompetenser efterfrågas.

- Vi utvecklar hela tiden vårt arbetssätt och vilka utbildningar vi erbjuder. Utöver möjligheten att bli en skicklig svetsare, erbjuder vi eleverna möjligheten att få kunskap om underhålls- och industriprocesser, säger Erik Hasselstrand.

Alla som vill skaffa sig en utbildning som kan leda till jobb - kom till utbildningsmässan den 28 februari så berättar vi mer!

En titt i backspegeln

Ur tidningen Folket den 22 maj 1978:

Fältbiologerna i Oxelösund samlade på fredagskvällen ihop ett helt berg av engångsburkar som placerades vid motorvägen mellan Bara och Stjärnholm. Ett 15-tal medlemmar städade i ett par timmar utmed vägarna i trakten och fick på den tiden ihop en anseelig hög.

Syftet med aktionen var dels att snygga upp lite längs våra vägar men främst ville man protestera mot det kraftiga resursslöseriet som engångsburkarna innebär.

Fotograf okänd, bild från Oxelösundsarkivet.



Hej!

Jag har flyttat till
Brunnsgatan 46 H
(Mitt emot Scandic Hotell)

/Ilhami Celebioglu



**DIN SKOMAKARE
& NYCKELSERVICE**

Öppet: Måndag-fredag 10.00-18.00

Lunchstängt 13.30-14.30

Telefon 0155-701 55

*Jag önskar alla gamla och
nya kunder hjärtligt välkomna!*

NYKÖPINGTILLSAMMANS I FIGHTEN MOT CANCER GER ER

**THE
GREATEST
NIGHT**

★★★★★

**SÅNG★BURLESQUE★CIRKUS★CABARET
EFTERFEST MED SOULSTING!**

VI FIRAR LIVET MED EN STORSLAGEN GALAKVÄLL
PÅ TRÄFFEN I NYKÖPING

INSLÄPP KL 18.30 30 MARS FEST & DANS TILL 01.00

INSAMLINGEN GÅR TILL CANCERFORSKNINGEN

★★★★★ BILJETTER & INFO: ★★★★★
WWW.THEGREATESTNIGHT.COM

VAR MED OCH
TA FIGHTEN!

TILLSAMMANS ÄR
VI STARKA!

VI MÅLAR OCH TAPETSERAR!

Ring 0155-40 04 09
VETERANPOOLLEN

Feriearbete i Oxelösunds kommun

I kommunen finns Sveriges viktigaste jobb!
Under 3 veckor i sommar har du chans att prova på något av dessa arbeten.

Vad är det för jobb? Arbetsplatserna finns bl.a. inom vård- och omsorg, kök och barnomsorg.

Vem kan söka? Du ska vara skriven i Oxelösunds kommun och sommaren 2019 ha slutat årskurs 9 eller 1:a eller 2:a året i gymnasiet.

Läs mer på vår hemsida.

Oxelösund med sina 12 000 invånare är kontrasternas stad.
Småskaligt möter storskaligt.
Industri möter natur.
Motorväg möter hav.

www.oxelosund.se



Suomeksi Oxelösundissa



Är du en av kommunens drygt 1700 invånare med finska rötter? Eller bara nyfiken på den finska kulturen? Oavsett bakgrund och anledning är du välkommen att ta del av aktiviteter som Finskt förvaltningsområde i Oxelösunds kommun anordnar tillsammans med sverigefinska församlingsarbetet och en rad föreningar!

Oletko yksi kunnan yli 1700 asukkaasta joilla on suomalaiset juuret? Olet lämpimästi tervetullut mukaan tapahtumiin joita Suomen kielen hallintoalue Oxelösundin kunnassa järjestää yhdessä ruotsinsuomalaisen seurakuntatyön sekä eri yhdistyksen kanssa!

Kevään ohjelma Program våren

24/2 klo 11 Ruotsinsuomalaisten päivä. Kansanlaulukirkko, lounas ja musiikillinen juhla Ari Haataisen johdolla. [Sverigefinnarnas dag](#). St Katarina, Arnö

9/3 klo 16 Dagen svalnar - Edith Södergran i dikt och ton. Stina Ekblad & David Härenstam. Esityskieli ruotsi, käännökset suomeksi. St Botvid.

11/3 klo 18 Avoin neuvonpito kaikille kansallisille vähemmistöille [Öppet samråd för alla nationella minoriteter](#). Koordinaten

22/3 klo 16 Bussimatka Eino Grönin konserttiin. [Bussresa till Eino Gröns konsert](#). [Finspång](#)

2/4 klo 17 Vanhenemisen salaisuus. [Åldrandets gåta](#). St Botvid

6/4 klo 10-14 Lasten lauantai. [Barnlördagsliv](#). Koordinaten

9/4 klo 17 Askarteluilta. [Pysselkväll](#). Koordinaten

14/4 klo 13 Suomalainen elokuva. [Finsk film](#). Koordinaten

 Haluatko tietää lisää tapahtumista? Ota yhteyttä hallintoalueen koordinaattoriin Päivi Hellbergiin, 0155-38172 tai paivi.hellberg@oxelosund.se

 Asutko yksin ja haluaisitko puuhata ja jutella jonkun kanssa suomeksi? Ota yhteyttä vanhusten kielitukeen Marja Fianderiin! Marjan voi myös tavata Sjöångensissa tai Björntorpissa parillisten viikkojen tiistaina ja perjantaina. 070-5672411 tai marja.fiander@oxelosund.se



Oxelösund

www.oxelosund.se/suomeksi



Allt är gott på Kossan!

Gott bemötande. Gott sällskap. Gott på tallriken.
En genuin kvartersrestaurang med den familjära känslan.

Välkommen till Kossan!

Nu även luncher! Måndag-fredag 11.00-14.00

Lördagslunch 12.00-14.00

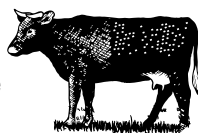
Öppet övriga tider

Måndag-fredag: 16.00 - sent

Lördag: Lunch 12.00-14.00 • A la Carte 14.30 - sent

Boka bord: 0155-26 99 88, 070-60 68 650, info@crazycow.se
Brunnsgatan 41 A • Nyköping • crazycow.se

crazy Cow
Restaurang & Bar



OXELÖSUNDS FÖRSAMLING

Låt barnen komma till mig...

Låt barnen komma till mig och hindra dem inte. Så sa Jesus till sina vänner, lärjungarna, en gång när ivriga föräldrar sökte sig till honom för att han skulle välsigna dem. Föräldrarna ville, som många föräldrar vill, barnens bästa. Men det var inte så det funkade. Barnen skulle inte vara i centrum, barnen skulle inte störa viktiga män som Jesus.



Är det så idag också? Ja, på många håll skulle man nog påstå att de tendenserna finns kvar. Att vi som samhälle inte ger barnen en central

plats och där de får vara just barn. Låt barnen komma till mig. De orden ekar ännu i våra kyrkor och i vår församling. I all vår verksamhet tänker vi att

människor får komma som de är, med sina gåvor och utmaningar. Och det händer mycket i vår församling!

Jesus fortsätter och säger: Guds rike tillhör sådana som dem. Det påminner oss om att skapa och leva verksamhet för barnen och deras vuxna. Barnen

ANNONS



Gudstjänster

24/2 Mässa kl 11.00 – Sexagesima. Mattias Bähr, Bengt Fridén, Gunilla Östberg.
3/3 Mässa kl 11.00 – Fastlagssöndagen Catharina Carlsson, Irina Söderberg, Gunilla Östberg. Sång av Marija Meiszner.
6/3 Finskspråkig andakt kl 14.30
7/3 Kvällsmässa i Taizémässa kl 18.00 Catharina Carlsson, Bengt Fridén.
10/3 Mässa kl 11.00 – 1 i fastan
Biskop Johan Dalman, församlingens alla präster, musiker, diakoner tjänstgör. Sång av S:t Botvids kyrkokör, Finska kören, Barnkören samt Pia Karell spelar flöjt. Denna mässa ingår i biskopsvisitationen. Kyrkkaffe med knytis.
13/3 Morgonmässa kl 8.30 Mattias Bähr, Maria Rasmussen.
17/3 Mässa kl 11.00 – 2 i fastan
Mattias Bähr, Irina Söderberg, Eva Henriksson. Sång av Oxelbären under ledning av Kerstin Bornetoft.
20/3 Finskspråkig andakt kl 14.30
21/3 Kvällsmässa i Taizémässa kl 18.00 Catharina Carlsson, Bengt Fridén.
24/3 Mässa kl 11.00 – Jungfru Marie bebildelsedag
Catharina Carlsson, Maria Rasmussen, Gunilla Östberg.
Finsk mässa kl 14.00, S:t Katarina, Arnö.



KAFFEDRALEN

Onsdagar mellan kl 13.30-16 i församlingshemmet.

Sång- & musikprogram kl 14.00:

27/2 Linda Widner

13/3 Oxelbären under ledning av Kerstin Bornetoft

27/3 Obs Kaffedraalen är stängd pga utbildning.



Visitationsmässa med biskop Johan Dalman. Invigning av Ove Brandels konstverk Frälsarkransen i Församlingshemmet.

10/3
kl 11.00



23/3
kl 16.00

Lena Willemark,
Lisa Långbacka &
Lisa Rydberg bjuder på ett

möte mellan tre, på sina respektive instrument, unika musikanter. Scenvana, musikalitet och spelskicklighet här förkroppsligad av några av landets mest begåvade spelkvinnor. Följ med i ett samtal som kan leda såväl längs gamla stigar och färdvägar som in på helt nya marker!

OBS Entré 150:- insläpp från kl 15:30.

Ev förköp görs på expeditionens öppettider. Kontant eller swishbetalning.

Familjefrukostar i församlingshemmet

1/3, 8/3, 15/3, 22/3, 29/3
kl 9-11. Kostnad 30:-/vuxen

Kyrkans expedition, Kyrkogatan 12, 0155-29 34 00. Öppet må, tis kl 9-12 och tors kl 13-16.

Kyrkogårdens exp. Kyrkogårdsv 4, 0155-29 34 20. S:t Botvids kyrka är öppen alla dagar 9-16. Guideanläggning finns på olika språk.



har rätt och hör hemma i församlingens gemenskap. I vår församling har vi skapat gemenskaper som syftar till att bjuda in barnet och dess vuxna och ge en trygg plats för gemenskap, måltid och vänskap.

I församlingens lokaler pågår massor av olika verksamheter. För alla! Det är bara att välja och vraka bland familjefrukostar, körer, barntimmar, mindfulness, pilgrimsgrupper och annat – eller gotta sig i lite av varje, beroende på vad som passar just Dig.

Har du mindre barn, som ännu inte börjat skolan, är ni välkomna på Familjefrukost i församlingshemmet varje fredag, kl. 9-11. Här gör det ingenting om barnet inte vill sitta stilla och äta. Det kan få leka medan du äter i "lugn och ro" (Gör man någonsin det som småbarnsförälder?). Samma sak gäller på Kyrkis, på tisdagsförmiddagarna. Kom förbi, titta in, stanna en stund och lek, fika, mys och sjung med i sångstunden.

Varannan fredag är det Sverigefinska barntimmar, kl. 15-17, för barn i alla åldrar, tillsammans med vuxen. Pyssel, lek, fika och sångstund med finska sånger. En superhärlig start på helgen! Du behöver inte kunna finska. Det går jättebra att komma oavsett vilket språk du talar.

Det gäller för alla våra verksamheter. Varför inte ha en mysig "fika-mitt-i-veckan"-stund tillsammans, förresten? Varje onsdag har vårt café Kaffedralet öppet. Här finns gott fika, spel och en underbar möjlighet att sitta ner en stund tillsammans med ditt barn eller barnbarn och prata med varandra, måla tillsammans eller leka en stund. Varannan vecka har vi sångstund.

Gillar du att sjunga? Gillar ditt barn eller barnbarn att sjunga? För körer har vi gott om! Barnkörerna t ex, träffas på tisdagar. För att få veta mer om all körverksamhet är det lättast att gå in på hemsidan och kolla utbudet. Där står det också om våra kurser i Mindfulness och Tikva. Det står om Pilgrimsgruppen, Stickcaféet och bibelstudierna.

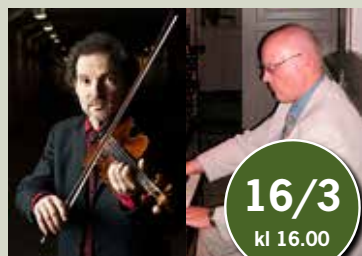
Så... vad väntar du på? Gud struntar fullkomligt i om du har fläckar på kläderna, hål i strumporna eller om du är svart under ögonen av sömnbrist, och faktum är, att det gör vi också! Vi vill mer än gärna träffa dig och ditt barn eller barnbarn eller grannens barn, om du får låna dem! Strunta i tvätten där hemma (den finns troligtvis fortfarande kvar när du kommer hem igen) och kom och häng med oss en stund.

Text: Catharina, präst & Tessa, barnledare



9/3, S:t Botvid kl 16
Stina Ekblad &

David Härenstam – "Nordisk vår"
Samarrangemang med Finskt förvaltningsområde, Oxelösunds kommun.
Fri entré, med frivillig kollekt till Räddningsplankan.



S:t Botvid kl 16 med violinisten Semmy Stahlhammer och organisten Nils Larsson. Fri entré, med frivillig kollekt till församlingens musikverksamhet.

Oxelösundin Ruotsinsuomalainen seurakuntatyö

4/3, 11/3, 18/3 13-15 Kuoroharjoitukset,
St. Botvidin kirkko

26/2, 12/3 13.30-15.30 Laulukahvittelut
Sjötängens tiloissa

5/3, 19/3 17-19 Ompeluseura, srk-koti
6/3, 20/3 14.30 Hartaushetki St. Botvidin kirkko

13/3 17-19 Seurakuntapiiri Sankta Katari-
nassa Arnössa.

7/3, 21/3 18-20 Naisten sauna, Stjärn-
holm

28/2, 14/3 18-20 Miesten sauna, Stjärn-
holm

1/3, 15/3 9.30-11.30 Laulukahvittelut
Björntorpin tiloissa

1/3, 15/3 15-17 Kerhotunnit, lapset
aikuisen kanssa

**Lau 9/3 16.00 S:t Botvidin kirkko Kuukau-
den konsertti** Stina Ekblad esittää Edith
Södergranin runoja.

Su 10/3 11.00 S:t Botvidin kirkko.

**Piispantarkastusmessu. Piispa Johan
Dahlman.** Jälkeenpäin nyytiketit seura-
kuntakodissa.

**22/3 16.15 Lähtö kirkonmäeltä Eino
Grönin konserttiin** Finspångiin. Ilmoittau-
tuneille. Yhteistyö Oxelösundin hallintoalue-
en kanssa.

Su 24/3 14.00 Messu Sankta Katari-
nassa Arnössa. Nyköpingin ja Oxelösundin
yhteinen messu. Kirkkokahvit.



**VARMT
VÄLKOMMEN
IN TILL OSS!**



smarteyes®

En annorlunda syn på glasögon

DESIGNADE GLASÖGON FÖR ALLA

ATTRAKTIVA GLASÖGONPRISER

KVALITET PÅ BÅDE DESIGN OCH GLAS



VÄRDEKUPONG

Fri Synundersökning, värde 400:-

Gäller t.o.m. 7/4 -19.

Kan kombineras med andra kampanjer.

smarteyes®

Öppet: Mån-Fre 10-18, Lör 10-15
Smarteyes Nyköping
Västra Storgatan 8, 0155-61 84 08
www.smarteyes.se



Följ och gilla oss på Facebook!
www.svenskakyrkan.se/oxelosund



Ljus & Värme 4-5 maj

Oxelösunds Centrumförening har beslutat att fortsätta med konceptet **Ljus & Värme** - vårversionen som startade förra året. Underrubriken är "Värme och Solljus" och arrangemanget äger rum 4-5 maj.

På torget under lördagen kommer en stor **torgloppis** att äga rum och på söndagen anordnas en **koncert i S:t Botvids kyrka**. Mer information kring detta i nästa nummer av Magasinet.

Under dagen samlas pengar in till **Räddningsplankan**, som är Svenska Kyrkan i Oxelösunds akuta hjälpkassa för behövande i Oxelösund.



Barnlördagsliv 6 april

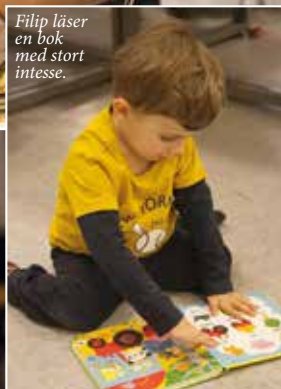
Lördag 6 april mellan 10.00-15.00 är det åter dags för "Barnlördagsliv" på **Koordinaten i Oxelösund**. Lions i Oxelösund i samarbete med Svenska Kyrkan och Koordinaten står som arrangörer. Bilderna nedan är hämtade från tidigare års Barnlördagsliv.



Lions delar ut böcker.



Jack koncentrerar sig under ansiktsmålningen.



Filip läser en bok med stort intresse.

GASTRO - PUB - BAR

Charlie's

WERE HAPPY PEOPLE GO

LUNCH, A LA CARTE, CATERING & PUB

FACEBOOK.COM/CHARLIES INSTAGRAM.COM/CHARLIES 0155 - 334 50 JÄRNTORGET 4 61330 OXELÖSUND

3 för 2

på Eucerin hudvård

Billigast på köpet.
Rek.pr. 35-439,-/st

1000 EXTRA poäng kundklubben

Exklusive de sällan utvalda produkterna i 2019 års katalog. Med reservation för lokala avvikelser och en tryckfel.

Apoteket Ejdern
Järntorget 2 Oxelösund
0771-760 760
www.apoteksgruppen.se

Öppettider
mån-fre 09.30-18.00
lör 10.00-13.00

20% rabatt

på byxor & jeans

25:e feb - 2:a mar

gäller ej cavaliere

SVEDLINDS

OXELÖSUND

mån-fre: 10-18
lör: 10-13

Vi möter dig med omtanke!

Praktikertjänst

TANDLÄKARE

Göran Herbring

Torggatan 13, Oxelösund
Tel. 0155-316 60
www.tandlakareherbring.se



Christian Kjellvander till Oxelösund i mars

Torsdag 14 mars gästas Koordinatens scen av Christian Kjellvander som givit sig ut på vägarna efter höstens hyllade skivsläpp. Magasinet har fått en intervju med den flitigt turnerande artisten.

Christian är en väletablerad och uppskattad musiker i gränslandet mellan folkrock, blues, jazz och americana. Självt anser han sig vandra genom olika genrer med grunden i den engelska folkrocken.

- För mig handlar det mer om att ha en berättartan, att man som artist gör "sin grej" i sitt musikskap, oavsett i vilken genre man arbetar i.

I oktober 2018 släpptes hans senaste skiva, "Wild Hxmans", som har fått stor uppmärksamhet i pressen och hos Christians stora fanskara. I närområdet är Christian välbekant och har gjort flera spelningar i Nyköping, bland annat som förband till Winnerbäck. Senaste spelningen var i juli 2018 på ett fullsatt Fåfången. Nu kommer han till Koordinaten för första gången.

- Jag föredrar mindre scener, det blir mer intimt så, säger Christian. Även om jag givetvis spelar för större publik också.

"Wild Hxmans", hans sjunde soloalbum, har fått lysande recensioner, inte minst för förmågan att trollbinda med sin unika röst och vemodiga texter som färdas mellan det mörka och det ljusa i livet. Christian poängterar att han själv anser sin musik vara fylld med glädje, att vemod inte behöver vara synonymt med tungsinthet. Låten "Curtain Maker" är själva navet i senaste

skivan och han berättar att den nästan skrev sig själv.

- Ibland hittar man bara "det där" direkt.

På Koordinatens scen kommer vi att få ta del av låtarna från "Wild Hxmans" men även en hel del från Christians musikkatalog under sitt snart 25-åriga musikerskap.

Sedan ett antal år lever och arbetar Christian på den sörmländska landsbygden, där även de två senaste skivorna spelats in i hemmastudion.

- Det blev praktiskt för oss som familj, att kunna kombinera jobbet i studion med att vara närvarande i småbarnslivet. Att bo mitt i naturen är en viktig inspirationskälla, jag tycker om vyer, synen är min bästa receptor tror jag. Men vi älskar stan också, det ena utesluter inte det andra.

Förutom vårturnén arbetar han med tre skivor parallellt, en av dem är en duoplatte med sin fru Karla-Therese. Deras röster passar väldigt bra tillsammans vilket publiken vid Fåfången 2018 kan vittna om.

- Det är svårt med det kreativa hjulet när man är ute på turné, avslutar Christian. Det blir vissa begränsningar i arbetsmöjligheter och för mig är det jätteviktigt att vi ger så mycket vi kan till publiken live.

Vi är övertygade om att publiken i Oxelösund kommer att få en fin dos av Kjellvander. För den som inte lyssnat till Christians musik tidigare och är nyfiken, finns den på Spotify. Info om konserten och biljetter hittar du på www.visitoxelosund.se



FAKTA CHRISTIAN KJELLVANDER

1993 bildade han bandet Loosegoats, 2002 kom soloalbumet "Songs from a two-room chapel" "Wild Hxmans" är det senaste utkomna albumet.

Åker ut på vårturné i februari – april, både i Sverige och utomlands. Spelar i Oxelösund 14 mars.

Favoritalbum från sin egen katalog: "Songs of Soil" som han spelade in med sin bror. "Den har en air och wibe som jag uppskattar."

Lyssnar själv på: Instrumental musik, helst minimalistisk jazz.

Blir inspirerad av: naturen och vidsträckta vyer. "Havet är som att blicka ut över en öken, vatten är ett viktigt element"

Alla dessa fantastiska lagbilder

Genom alla tider har det varit självklart att föreviga olika lag med en lagbild. Bilder som sparas till eftervärlden och som kan plockas fram då och då och ge möjligheter till minnen och spännande diskussioner. Spelade han eller hon i det laget vid den tidpunkten? Magasinet har valt ut ett antal lagbilder ur Oxelösundsarkivet från olika epoker i oxelösundsfotbollens historia.



IFK Oxelösunds fotbollslag 1961

IFK Oxelösunds A-lag vid match mot OSK 3 maj 1961. Det var första matchen på Ramdalens gräsplan. OSK vann med 4-2. Stående från vänster: Leif Gladh, Kjell Nordlander, Bernt Nordlander, Sven Sundelius, Stig König, Göran Svedlind. Knästående från vänster: Jan Pierrou, Arne Forsberg, Göran Haglind, Sture Johansson, Lars Svedlind. Källa: Text tillhörande kortet, SN 1961-05-04. Fotograf: Okänd



OSK:s A-lag i fotboll för damer, år 1978

Stående från vänster: Leif Rodén, Kerstin Abrahamsson (Näsström), Anette Boström (Eriksson), Irene Österberg, Kyllikki Ahlgren, Harriet Sandbacka, Birgitta Viklund, Lars Ahlgren. Sittande från vänster: Anita Gustavsson, Eva Eriksson, Monica Pöllänen, Britt-Marie Eriksson, Tarja Hillilä, Mona Gustavsson (Lundgren) och Madeleine Gustavsson. Källa: Anita Gustavsson. Fotograf: Okänd

KÄLLA: Oxelösundsarkivet

www.koordinaten.se

Vi tar gärna emot fler bilder från Oxelösund, eller mer information om befintliga bilder i arkivet. Välkommen att kontakta oss! 0155-383 52, eva.sundberg@oxelosund.se berit.jonsvreten.rasmussen@oxelosund.se



OSK Fotbollslag

Översta raden från vänster; Börje Wattström, Leif Grönvall, Göran Karlsson, Reijo Kaski, Ingemar Andersson, Tommy Höglén, Kjell Nordlander och Jerry Grönvall. Nedersta raden från vänster; Anders Karlsson, Anders Gustavsson, Ilka Immonen, Bo Möller, Göte Karlsson, Okänd och Kenneth Johansson. Källa Stig Kjellberg. Fotograf: okänd. År: 1973/79



Mekaniska avdelningens segerrika fotbollslag vid Femöreplan, År 1962

Stående från vänster: Henrik Skoglund, Lennart Bomben Lidell, Åke Andersson, Ove Lannerstrand, Nils Rydberg, Börje Lill-Masse Johansson och Inge Sjöström. Knästående: Roland Enkvist, Hans Johansson, Lars Kina Eriksson, Ingemar Enkvist och Rolf Eriksson. I bakgrunden ser man omklädningsrummet som flyttades hit från Malmvallen. Källa: Lars-Erik Karlsson, Folket/Sörmlands Nyheter. Fotograf: Okänd.



Oxelösunds kvinnliga fotbollslag 1939.

Vet någon mer om bilden? Vad heter flickorna? Fotograf: Okänd. År: 1939

Våga bry dig med Huskurance

Hur kan vi stärka vårt civilkurance och skapa tryggare hem för barn och vuxna? En fråga som Peter Svensson, grundare till Huskurance, talade om när Kustbostäder bjöd in till föreläsning i Oxelösund.

Peter Svensson berättade om hur det ser ut med våld i nära relationer i Sverige och vad som enligt honom är orsaken till våldet. Han menar att våra stereotypa könsroller har en stor påverkan.

Dagens rådande machokultur formar oss människor redan i unga år och bibehålls genom, som han själv säger "positiv förstärkning av skitbeetenden" i kompisgäng, på arbetsplatser och inom idrottsföreningar. Beteenden som kan sluta i våldshandlingar.

Peter menar att det är viktigt att bryta dessa allmänt accepterade attityder redan i unga år. Där har samarbetet mellan Huskurance och olika idrottsföreningar en stor betydelse.

Men det är även viktigt att bryta de attityder som finns när väl våldet är ett faktum. Att stärka vårt civilkurance och komma bort från tanken att "jag behöver inte agera det är säkert någon annan som gör det". Huskurance har tagit fram en metod som ger kunskap om hur vi kan göra om du till exempel misstänker att en granne blir slagen.

Kustbostäder har tillsammans med Zonta och Hyresgästföreningen tagit initiativet till att sprida metoden i Oxelösund.

Kustbostäders anställda och hyresgäster, Hyresgästföreningen, personal från socialtjänsten med flera fick chansen att lyssna på Peter Svensson och ta del av vad vi alla kan göra för att skapa en tryggare värld.

- Huskurance lyfter frågor som vi tycker är viktiga. Föreläsningen är ett startskott för att börja sprida metoden i Oxelösund, berättar Julia Bergman och Ann-Katrin Hultman, från Kustbostäder.



Grundarna till Huskurance, Peter Svensson och Nina Rung som båda jobbat många år med frågor som rör våld och våldsprevention.



VID ORO FÖR VÅLD AGERA ENLIGT FÖLJANDE

1. Knacka på hos grannen.
2. Vid behov - hämta hjälp av andra. Fler grannar kan bidra till att skapa mer trygghet.
3. Ring Polisen. Kontakta alltid polisen i första hand vid situationer som upplevs akuta eller hotfulla.



Passa på!

Beställ Stadsnät senast 28 februari 2019 till 2018 års priser.

Telia nu i Stadsnätet

Efter höstens uppgradering kan vi nu erbjuda fler tjänsteverantörer som till exempel Telia, ett större utbud och en högre driftsäkerhet.

Läs och ta del av förmånliga erbjudande på oxds.se. Vill du veta mer? Kontakta Kundcenter på telefon 0155-388 40



Lediga båtplatser

Väljer du att ha din båt i någon av Oxelösunds båthamnar får du nära till den yttre skärgården med sin vackra natur.

Vi har ett antal lediga båtplatser i varierande storlekar. Intresserad?

Kontakta Kustbostäder på telefon 0155-388 50.





Oxelösund

www.oxelosund.se

Sinnesrummet – från idé till verklighet

1 februari var det invigning av det nya sinnesrummet på Björntorps äldreboende. Ett rum med porlande vatten, stor fototapet med skogsmotiv, akvarium, växter, fågelsång samt olika naturmaterial att titta och känna på.

Sinnesrummet invigdes av Vård- och omsorgsnämndens ordförande Linus Fogel, som talade om bland annat den inre resan och sinnesro i naturen. Det bjöds på snacks och dryck och de boende tillsammans med inbjudna fick en stund i sinnesrummet.

– Det är jättefint. Jag känner hur lugn jag blir här inne, säger Birgit Friberg, en av de boende på Björntorp som var med under invigningen.

Idén till sinnesrummet kom under ett Förändra radikalt-projekt i Oxelösunds kommun hösten 2017. I arbetet med att skapa en meningsfull vardag för de äldre såg projektgruppen att djur och natur skapar välbefinnande. Då föddes idén att försöka skapa ett så kallat sinnesrum.

– Kan du som boende inte ta dig ut i naturen, tar vi in naturen på äldreboendet, säger Marita Lindh, undersköterska på Björntorps äldreboende och en av deltagarna i projektet.

Birgit Friberg tillsammans med Marita Lindh, en av deltagarna i projektgruppen.

Tanken med rummet är att det ska vara en rofylld oas och stimulera de olika sinnen. Tillsammans med demenssjuksköterska utformades rummet på Björntorps äldreboende. Nu är även en mindre sinneshörna under uppbyggnad på Sjötangens äldreboende.

– Oxelösunds kommun arbetar aktivt med innovation och utveckling av våra verksamheter. För att klara av att framtidens utmaningar och samtidigt bibehålla kvalitet i verksamheterna så måste vi jobba på nya sätt. Sinnesrummet är ett exempel på brukardriven verksamhetsutveckling. Här vet vi att resurserna läggs där de skapar ett värde för dem som verksamheten är till för. Det känns fantastiskt bra att få vara med och se sinnesrummet gå från idé till verklighet, säger Susanna Shaibu, projektledare för Förändra radikalt



”

Kan du som
boende inte ta
dig ut i naturen,
tar vi in naturen
på äldreboendet.



Välkommen till din naturliga matvarubutik!

Vi älskar mat -
Vi älskar böcker



Bokrea!

På tisdag 26 februari 08.00 öppnar vi dörrarna för årets stora bokrea. Jocke har som vanligt laddat upp med ett stort utbud av böcker. Deckare • Romaner • Barn • Ungdom • Kokböcker • Faktaböcker • Biografier



Välkommen i gänget, Emelie!

NAMN

Emelie Johansson

ÅLDER

21 år

AKTUELL

Fått fast anställning på ICA Kvantum. Kommer att arbeta i kassan och Spelbutiken.

TIDIGARE ARBETE

Jag började sommarjobba på ICA Kvantum 2013, och har efter det även jobbat extra i butiken. Flyttade en kort period till Skåne, och när jag kom hem fick jag möjligheten att jobba extra på ICA Kvantum igen.

BOSTADSORT/FAMILJ

Jag bor i Nyköping och min mamma, pappa och syster bor i Oxelösund. Jag kom till Oxelösund vid 4 års ålder och har vuxit upp i Oxelösund.

PERSONLIGA EGENSKAPER

Jag är positivt lagd men också väldigt enviss. Vill jag något ger jag mig inte i första taget. Jag gillar att jobba med människor.

INTRESSE UTANFÖR ICA

Jag spelar fotboll i IK Tun, och har tidigare spelat i både OIK och Harg. Fotbollen tar en stor del av min fritid. Favoritlag är Djurgården och favoritspelare Lionel Messi i Barcelona.

DRÖMRESAN

Jag har alltid drömt om att få bila genom USA - från kust till kust.

TANKAR OM FRAMTIDEN

Jag hade ambitionen att bli polis och har sökt polishögskolan några gånger. Nu lägger jag det på hyllan och satsar på mitt nya jobb här på ICA Kvantum istället.

Gilla oss på facebook: www.facebook.com/icakvantumoxelosund

VI HAR ÖPPET
ALLA DAGAR **8-21**

ICA KVANTUM
OXELÖSUND
En riktig mataffär