

MAGAZINET

Nyköping-Oxelösund

Att leva & verka i möjligheternas region

Nr 8 2020

Nyfiken på

Johan Scherlin



Ovissa tider

Hur många gånger jag sagt "jag vet inte" eller "det beror på" som svar på en fråga de senaste månaderna? Tja, jag vet inte. Nog för att man som företagare och eventarrangör till stor del är styrd av staten även normalt, men aldrig kunde jag väl tro min verksamhet skulle hänga på regeringsbesked grundade på just Folkhälsomyndighetens rekommendationer.

Det började med inställda konserter i våras, just som pandemin tog sin början. Restriktionerna som endast tillät femtio personer i allmänna sammankomster infördes, och vi var snabbt tvungna att planera om. Som så många andra valde vi att flytta fram de planerade evenemangen till hösten. Att samma problem skulle kvarstå till hösten var otänkbart.

Nå, hösten är här. De framflyttade arrangemangen närmar sig. För egen del är det två konserter med det populära bandet Ikaros i slutet av oktober som är först ut att hantera. Därefter har vi Ljus & Värme. Och vi vet fortfarande, i skrivande stund, egentligen inget nytt. Ett nytt besked "snart" har utlovats av kulturministern, vars verkan i så fall ska börja gälla från oktober månad.

För en bransch vars motto är "The show must go on" är det en extremt knivig situation. Om restriktionerna lättas, och vi kan genomföra de event vi

har planerat – ja, då måste de ju också förberedas. Och förberedelserna för höstens evenemang kan inte börja 1 oktober, så mycket kan jag säga. Hittills har ju regeringen gått på FHM:s rekommendationer, så vi får väl tro att de gör det nu också. Vi håller i alla fall tummarna för det, eftersom det i så fall skulle innebära att vi kan genomföra våra arrangemang.

Tills definitivt besked kommer gör vi vad vi kan för att förbereda oss som om det blir av. Grabbarna i Ikaros repar vidare, och vi har redan nu bestämt att flytta Ikaros-konserterna från Eventsalen till S:t Botvids Kyrka. Detta för att kunna se till att Folkhälsomyndighetens rekommendationer kan efterföljas. Likaså planerar jag och resten av Oxelösunds Centrumförening för att Ljus & Värme ska kunna genomföras vid första advent om regeringen ger klartecken. Och jag hoppas av hela mitt hjärta att det blir en Oxelösundsgala även i år.

Det skulle ju också vara en idé att bara ge upp höstens arrangemang. Dra tillbaka allt och vänta in bättre tider. Men det är inte ett alternativ. **The show must go on.** I den form det är möjligt. Jag och mina samarbetspartners är rörande överens om att evenen ska genomföras om det bara går och tillåts. Självfallet med alla säkerhetsåtgärder som finns till hands för att vi alla ska känna oss trygga.

Trots allt så finns det ju hopp. För varje dag lär sig forskarna allt mer om Covid-19 och det talas om vaccin, även om det ligger en bit fram i tiden. Besöksförbudet på landets äldreboenden har hävts, något som jag tror

kommer vara en stor lättnad för många. Det är bara att hoppas på att folk tänker sig för och ser till att visa hänsyn för de äldre, så att inte smittan sätter fart igen.

I det här numret av Magazinet kan du bland annat läsa om Johan Scherlin, ny näringslivsansvarig i Oxelösund, samt hur en gammal höskulle omvandlats till ett gym. **Trevlig läsning!**

Torbjörn Dahlström
Ansvarig utgivare

070-433 433 2
tobbe@media-mix.nu



MAGAZINET

Magazinet Nyköping-Oxelösund distribueras till 20.000 hushåll i Nyköping och Oxelösund, samt med 5.000 exemplar i ställ på välbesökta platser i kommunerna.

Nästa nummer: 25 oktober

På omslaget: Johan Scherlin

Omslagsfoto: Torbjörn Dahlström

Tryck: V-TAB

Distribution: Svensk Direktreklam

Magazinet Nyköping-Oxelösund – en produkt av Mediamix Event & Media

Mer information: www.media-mix.nu

Magazinet är politiskt och religiöst oberoende.

DRÖM DAGEN

TÄVLA OM CHANSEN ATT FÅ

SPENDERA

10K

UNDER EN DAG



Tävla och vinn 10.000:- att shoppa för tillsammans med en vän! När du handlar för minst 300kr i Axet och Västerports butiker får du en tävlingstalong.

OBS! Vinnaren ska kunna uppvisa kvitto på dessa köp. Motivera vem du vill ta med dig och varför, och lägg talongen i brevlådan på Västerport eller Axet senast 13 oktober 18.00. Vinsten gäller på Drömdagen den 24 oktober och hela vinstsumman måste spenderas samma dag.

Läs fullständiga tävlingsvillkor på någon av våra hemsidor.



AXET

VÄSTERPORT
30år

Service och kvalitet, alltid till pressade priser - välkommen!

En butik skapad så som vi själva vill att en optiker ska vara.



**Glasögonmagasinet
Optikkällaren**

- Service över förväntan
- Kvalitetsprodukter - alltid till pressat pris
- Legitimerade optiker och hög hygienivå
- Spännande sortiment med lokal prägel
- Ögonhälsa och avancerade synundersökningar

Märkesbågar 500 kr rabatt



Helly Hansen
ord. pris 1495:-

NU 995:-



Barbour

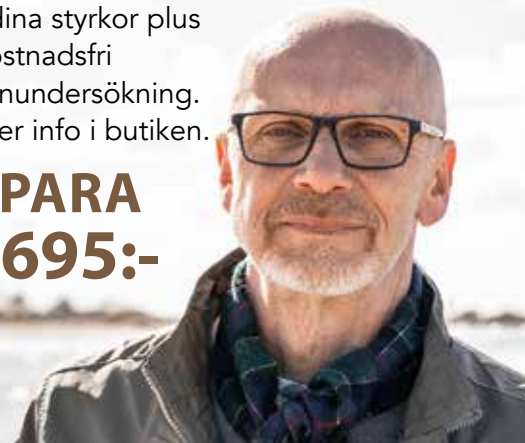
Barbour
ord. pris 1695:-

NU 1195:-

Extra glasögon på köpet, vid köp av progressiva!

Vid köp av progressiva glasögon bjuder vi på ett extra par läs, avstånds, eller solglasögon i dina styrkor plus kostnadsfri synundersökning. Mer info i butiken.

**SPARA
1695:-**



NYHET!

JULIA BACKER
- prisvärt mode
för bara 1195:-

SVERIGEPREMIÄR!




JULIA BACKER

Kostnadsfri synundersökning

vid köp av glasögon, spara 395:-

Utförs av legitimerad optiker och gäller
vid köp av glasögon tom 2020-11-15



**Glasögonmagasinet
Optikkällaren**

Klipp ut och ta
med till butiken



**Glasögonmagasinet
Optikkällaren**

Vi tillsammans.

Nyköping

Västerport Köpcentrum
Tel: 0155-28 88 53

Oxelösund

Järntorget 1
Tel: 0155-362 20
(Fd Sörners)

Nyfiken på - ett samtal med Johan Scherlin



Johan Scherlin är ny näringslivsansvarig i Oxelösunds kommun. Efter en framgångsrik karriär inom IT-branschen har han återvänt till staden han växte upp i på 70- och 80-talet. Nu väntar en utmaning att driva näringslivsfrågorna framåt, att stimulera nyföretagandet och att locka nya spännande etableringar till Oxelösund, både stora och små. Jobbet som näringslivsansvarig är det första jobbet för Johan i Nyköping/Oxelösund även om han bott i trakten sedan 1998 och från 2014 i Oxelösund.

Johan Scherlin föddes i Finspång i mars 1965. Men redan efter ett par månader flyttade familjen till Oxelösund.

- Pappa var nytexaminerad polis och fick sin första tjänst i Oxelösund. Min mamma fick jobb på Apoteket efter några år hemma med mig och min lillasyster Ewa. Vår första adress var Punkt-husen på Villagatan, därefter flyttade vi runt i Oxelösund på olika adresser som Hagvägen, Alkvägen och Sköldvägen.

Johan minns en trygg uppväxt i Oxelösund.

- Jag gick på Vallsundskolan och sedan på Ramdalskolan. Spelade lite fotboll och hockey i IFK Oxelösund, men mitt främsta intresse var orienteringen i OK Måsen.

I Oxelösund fanns en stark optimism och framtidstro.

- Staden växte och man byggde det framtida Oxelösund. Allt var möjligt. Nya skolor och en ny idrottsanläggning byggdes. Oxelösund var en varm och trygg plats att växa upp på.

OK Måsen var en av Sveriges bästa orienteringsklubbar.

- Kamratskapet och andan i klubben präglade mycket av min uppväxt och har gett mig en grundtrygghet genom livet.

Yrkesvalet var i unga år inte självklart för Johan.

- Jag hade ingen direkt plan men hade hört talas om IT, eller som det hette på den tiden, ADB. Min maggropskänsla sa att det var något för framtiden. Sökte en programmerarkurs och kom in.

Sitt första jobb som programmerare fick Johan på SAAB:s flygdivision i Linköping.

- Efter ett tag kände jag att det inte riktigt var min grej. Jag bestämde mig för att vidareutbilda mig till civilekonom med inriktning mot marknadsstrategi och organisation.

Nu började Johan göra mer medvetna val i sin yrkeskarriär.

- Jag sökte och fick ett jobb på Owell som PC-säljare. Det var i början av 1990-talet då marknaden exploderade och PC blev till var mans egendom på kontoren.

Nu började karriären ta fart. Johan avancerade till säljchef, därefter platschef och när Owell 1995 blev uppköpta av WM-data blev han erbjuden ett jobb som regionchef i Skåne.

- Familjen flyttade till Helsingborg där vi bodde i två år, minns Johan. Det gick bra och efter några år fick jag en förfrågan om att bli marknadschef för ett WM-databolag med huvudkontor i Stockholm.

Efter några år som marknadschef fick Johan den riktigt stora utmaningen av företaget.

- Jag fick uppdraget att bryta ut PC-delen ur WM-data, att skapa något helt nytt. Jag fick en påse

pengar och fria händer av ledningen. Atea föddes och är idag ett av Nordens största IT-bolag, något jag är oerhört stolt över att ha varit med och grundat. Sedan följde ca 15 år med huvudsakligen uppdrag som managementkonsult och de sista 4 åren som affärsområdeschef på analys- och rådgivningsföretaget Radar.

Johan bor idag i Oxelösund, i ett hus han har helrenoverat med hjälp av lokala hantverkare och leverantörer.

- Det var självklart för mig att använda duktiga lokala yrkesmän. Bor och trivs där idag med min sambo Petra och ibland kommer mina respektive Petras två döttrar och hälsar på.

Sedan kort tid tillbaka har Johan tillträtt en tjänst som näringslivsansvarig i kommunen.

- Det känns jättekul, min ambition är att betala tillbaka för den fina uppväxt jag fick här. I Oxelösund finns en närhet, vänlighet och värme som jag uppskattar. Man hejar gärna på varandra när man möts på ICA eller på en löp- eller cykelrunda på Femöre, Jagersö, Danvik eller Brannäs.

Johan pratar engagerat om vilken potential som finns i Oxelösund.

- Många fler borde upptäcka staden med dess möjligheter. Inte minst oxelösundarna själva. Gynna det lokala näringslivet samtidigt som du hjälper lokala företagare att utvecklas. På så sätt kan man hjälpas åt att "växeldra" varandra till något ännu bättre.

Nu gäller en ny kompass-
riktning för Johan Scherlin.

Som ny näringslivsansvarig i
Oxelösund blir den framtida
utmaningen att utveckla och
stimulera företagandet på
orten.





DET ÄR ENKELT



DET ÄR NYA TOYOTA YARIS HYBRID

- Alltid automat med Toyota elhybrid
- Låg fordonsskatt (360 kr/år)
- Klassledande CO₂-utsläpp & bränsleförbrukning
- Toyota Safety Sense som standard
- Lanseringserbudanden från **199.900** kr (ord. pris från 204.900 kr)
- Flex Privatleasing från **2.495** kr/mån (ord. pris från 2.695 kr/mån).

Välkommen in och provkör!

I GENOMSNITT 50% AV KÖRTIDEN PÅ EL	BRÄNSLE- FÖRBRUKNING 3,8-4,3 L/100 KM
LÅG FORDONSSKATT FRÅN 360 KR/ÅR	87-98 CO ₂ G/KM
TRYGGHET MED FAST RÄNTA FLEX PRIVATLEASING	MED FLEX PRIVATLEASING 1.500 MIL/ÅR

*Bränsleförbrukning och CO₂-utsläpp vid blandad körning. Finansiering via Toyota Financial Services: exempel med Flex Privatleasing, månadskostnad inkl. service, baserad på fast ränta, 36 månader, 4500 mil, och garanterat restvärde. Övermil (8 kr/mil) och skador utöver normalt slitage debiteras vid återlämning av bilen. Uppläggnings- och avavgift samt skatt och avgifter från Transportstyrelsen tillkommer. Flex Privatleasing-erbjudandet gäller t o m 30 sept. 2020. Kampanjpriset gäller endast privatkunder och är giltigt t o m 31 okt 2020. Kan inte kombineras med Flex Privatleasing, andra avtal eller rabatter. Miljöklass Euro 6. Priserna är rek. ca-pris från generalagent, lokala avvikelser kan förekomma. Uppmätt genomsnittlig andel eldrift av total körtid i normal körning i stads- och tätortstrafik. Med reservation för avvikelser, prisändringar och tryckfel. Bilarna på bilderna kan vara extrautrustade med tillval som inte finns i Sverige.

**ÖPPETTIDER: Mån-fre 10-18,
Lördag 10-14**
www.toyotanykoping.se

Industrigatan 10,
Nyköping
0155-217170



TOYOTA
MOTORCITY • NYKÖPING

Skyttekungen från Stigtomta

sadlade om och blev en av Nyköpings bästa backar genom tiderna

Kenneth Forsberg dominerade som 15-åring i Stigtomtas A-lag och spelade där i fyra år och var bland annat med att spela hem division VII och VIII. På den tiden spelade Kenneth i kedjan och var given skyttekung.

Sju eller åtta mål per match var inte ovanligt från skyttekungens sida. Speciellt heta var matcherna mot Vrena, som hade en stor stjärna i sitt lag vid namn Roger Landström...

Både Roger och Kenneth beslöt sig för att lämna de lägre seriesystemen och gick till Nyköpings AIK hösten 1962. Att NAIK värvade just Kenneth var nog i första hand med förhoppningen om att han skulle sätta fart på anfallsspelet. Han beskrevs som en hyperfarlig, ruschande typ, oöm och snabb och debuterade som center i NAIK mot Sylvia den 6 oktober 1962.

När NAIK skulle spela en träningsmatch mot IFK Norrköpings reserver provades han som back. Det blev en succé direkt. Sedan den matchen var Kenneth bofast i backlinjen. Det gick bra för Kenneth i division II fotbollen. Så bra att ett expertgång tog ut honom i "seriens lag" tillsammans med storheter som "Julle" Gustavsson och Roger Magnusson. Efter serien fick han chansen att provspela för IFK Norrköping i tipscupen. Det skulle dock bli allsvenska Elfsborg som lockade till sig den eftertraktade backen. Den 28 oktober 1964 skrev han på för klubben. På två år hade Kenneth avancerat från division VII till allsvenskan.

Det blev två säsonger i Elfsborg innan Kenneth till säsongen 1966 återvände till Nyköping och den nybildade föreningen Nyköpings BIS. Inför säsongen 1970 stod åter allsvenska klubbar i kö för att få Kenneths namnteckning. Han ville gärna spela allsvenskt igen, men också vara kvar och spela upp NBIS i division II. Klubbkänslan visade sig vara stark och Kenneth blev kvar och var med och spelade upp Bissarna i division II. Han blev klubben trogen och blev efter avslutad karriär i Bissarna spelande tränare i IK Tun.



Kenneth Forsberg gratuleras av Thord Larsson till vänster och Roger Landström till höger. Här i Nyköpings BIS tröjor.

Korta fakta om Kenneth Forsberg

Klubbtilhörighet

Stigtomta IF	1953-1962
Nyköpings AIK	1963-1964
IF Elfsborg	1965-1966
Nyköpings BIS	1967-1973
IK Tun	1974-1980

Kenneth spelade dessutom 10 år i Sörmlandslaget.

Så kunde det gå till förr...

1963 spelade Nyköpings AIK en seriefinal borta mot Sylvia och var på ett fantastiskt spelhumör. På plats var den kända norrköpingsprofilen och sedermera förbundskaptenen Georg "Åby" Ericsson, som bestämde sig för att gå hem i halvtid med motiveringen - Bättre fotboll kan jag inte få se, så nu går jag. Bra betyg, eller hur?

Samma match innehåller en annan kul historia. Kalle "Pommis" Ardeheim låg på repmanad och fick inte ledigt till matchen. Men påhittiga ledare hämtade Kalle mitt inne i skogen, en seriefinal kunde man ju inte missa. Kalle "bonnade" helt enkelt.

Efter matchen kördes Kalle tillbaka till skogen och förläggningen. Trodde man, ja. Under matchen hade man flyttat förläggningen och i skogen stod en rådvill högerinner och hittade inte "hem".

Om Kalle hittade sina kamrater och om äventyret slutade i burens förtäljer inte historien...



Kalle "Pommis" Ardeheim

Musikaliska kompisar i över 50 år

Eva Lindqvist och Barbro Westergren möttes i tidig ålder genom det gemensamma intresset för musik. Ett intresse de fortfarande delar trots att det gått över 50 år sedan de började spela tillsammans.



Barbro Westergren och Eva Lindqvist har spelat ihop i över 50 år.

För Eva var det helt naturligt att börja spela ett instrument i tidig ålder.

- Min pappa var kantor och mina syskon spelade olika instrument. Min dröm var att få spela harpa, men det blev viola, ett instrument som jag fortfarande spelar, säger Eva.

Barbro hade inget ärtlig påbrå, förutom att hennes farfar gärna sjöng mycket.

- När jag var sju år fick jag bo en vecka hos en bekant till familjen. Hos henne fanns en blockflöjt som jag fick prova att spela på. Jag blev helt frälst och lånade med mig blockflöjten hem. Min mor jobbade på Högbrunnsskolan där det fanns en blockflöjtsgrupp i musikskolans regi som jag fick gå med i. Ledaren hette Folke Lindberg, han spelade fiol, ett instrument som jag blev nyfiken på, och som jag sedan dess spelat, berättar Barbro.

Den kommunala musikskolan la en grund för både Eva och Barbros musikintresse. Musikskolan var också anledningen till att de möttes.

- Vi fick båda vara med i en ensemble av musikaliska barn när vi var 9-10 år och sedan dess har vi spelat ihop i olika konstellationer.

50 års-jubileumet firades på ett speciellt sätt.

- Vi bestämde oss för att fira genom att åka till De Geerhallen i Norrköping och lyssna på Norrköpings Symfoniorkester som spelade Beethovens 5:e symfoni, säger Eva.

Nu spelar Eva och Barbro tillsammans i Filharmoniska Sällskapet i Nyköping.

- Vi har, som många andra, inte kunnat uppträda inför publik på länge, men i oktober får vi äntligen uppträda igen. Det ska bli jättekul, säger båda avslutningsvis.



**Lördag 10 oktober 2020
Culturum
två konserter
kl 15.00 och 17.00**

pga begränsat biljettantal/tillfälle

"PÄRLOR FÖR STRÅKAR"
Violinkonsert E-dur JS Bach
Stråkserenad P Tjajkovski
Ledare, solist Anne Holmer

**Pris: Vuxna 250 + serviceavgift, barn och skolungdom gratis.
Medlemmar i Sällskapetets vänner rabatterat pris.**

Biljetter: Endast förköp!

0155-24 89 88 (mån-fre 13-15) www.nykopingsguiden.se/program

BOKA HÖSTSERVICE PÅ BILEN

Norrköpingsv 2, Nyköping
0723-66 60 11 • 070-310 18 28



KUPAN FLYTTAR OCH BLIR SECONDHAND

Kupan i Nyköping har under en längre tid letat efter ny och mera anpassad lokal till sin nya butik med Röda Korsets Secondhandkoncept.
Förväntad inflyttning runt årsskiftet.



Ny adress blir Fruängsgatan och 4Sounds gamla lokaler.



Lina inspirerar till hälsosamma vanor i sin

TRÄNINGSLADA

Att leka och ha roligt på höskullen är ett nöje som många barn är väl förtrogna med. Oftast är det något vi så småningom växer ifrån, som så mycket annat här i livet. Men på en gamla höskulle utanför Runtuna har lekluften fått nytt liv. Idag är förvisso lekarna bland höbalarna utbytta mot svettiga träningspass under ledning av hälso-coachen Lina Olsson, men i träningsladan East Village Gym går det inte att ta miste på att det är glädje och lust som står i fokus.

Det var ett antal till synes slumpmässiga händelser som ledde fram till Linas satsning som egenföretagare inom hälsa och friskvård.

– Jag har alltid haft ett intresse för träning och tränat en hel del på gym. Men jag har också känt att det är svårt att få tiden att räcka till. Det var egentligen där det började – jag hade svårt att hinna ta mig till gymmet, så jag började träna på egen hand hemma på min veranda. Snart fick jag frågan från familj och vänner om de inte kunde få hänga med på träningen, och snart var vi hela åtta personer på min lilla veranda!

Lina är uppvuxen på gården Runtuna Ösby Haga, där hon också bor och har sin verksamhet idag. Gården är en släktgård sedan flera generationer tillbaka, och här bedrevs förr lantbruk med

inriktning på mjölkkor. Sedan gårdens verksamhet fasats ut stod den gamla höskullen tom sedan många år tillbaka. Eller, tom är kanske fel ord.

– Det var lite utav ett förråd för onödiga prylar. Har man mycket plats är det lätt att man samlar på sig alldeles för mycket saker, säger Lina och skrattar.

Prylarna fick i alla fall flytta på sig i takt med att Linas informella träningsgrupp växte ur verandan.

– Vi började med att rensa ut en del av höskullen, men sedan har vi fått öka på succesivt allt eftersom. Från början var det verkligen bara en kul grej, en hobby, men snart väcktes ett större intresse och jag fick en massa idéer som formades till en dröm om en ny karriär. Jag ville göra ett företag av mitt intresse!



Carolina "Lina" Olsson jobbar som hälsocoach och bedriver mestadelen av verksamheten hemma på gården utanför Runtuna i sin träningslada East Village Gym.

Innan arbetade hon som dekoratör i nittion år. Idag har Lina ett antal gedigna utbildningar inom hälsa i bagaget. Bland annat är hon utbildad livsstilscoach hos Bergklint Education och har även genomgått en utbildning till hälsocoach på Stensunds Folkhögskola. Hon är också certifierad massör och licensierad livsstilsrådgivare med inriktning mot kost.

– Jag är även medlem i Kroppsterapeuterna, som gör kvalitetskontroller av sina medlemmars utbildning och kunskaper. Det finns så otroligt många utbildningar inom friskvård idag, av varierande kvalitet, så det känns viktigt för både mig och mina kunder att jag ser till att mina kunskaper är kvalitetsssäkrade, säger Lina.

Men de kanske viktigaste egenskaperna hon tar med sig in i yrkesrollen är de egna erfarenheterna.

– Jag har själv haft både fysiska och psykiska motgångar – till exempel så har jag haft problem med knäna och stelopererat ryggen efter en skada. Det var en stor operation med lång rehabtid efteråt. Dessutom har jag varit utbränd och deprimerad. Kort sagt så vet jag att hur det är att ha ont och må dåligt. Mina upplevelser har gjort mig mer ödmjuk och tacksam för det jag har, och nu vill jag gärna använda mina erfarenheter till att hjälpa andra att hitta nya, hälsosamma vanor, säger Lina.

I träningsladans rustika och luftiga miljö coachar Lina både enskilda PT-kunder och gruppträningar.

– Min filosofi är ganska enkel, vi mår alla bra av att röra på oss! Sen vad man gör är egentligen mindre viktigt, det gäller att hitta en träningsform eller motionsform som passar just dig så att det håller i längden. Tyvärr finns det en lite negativ bild av träning som florerar, att det måste vara på ett visst sätt för att det ska "räknas". Men den bästa träningen är den som blir av, oavsett om det handlar om promenader, gruppträning eller högtintensiva cirkelpass.

Just gruppträningen har blivit lite utav Linas och träningsladans signum.

– Det var ju där det hela började på verandan då för flera år sedan, och det har fortsatt så. Nu har jag flera gruppträningspass i veckan och de är alltid populära. Mina kunder är en härlig blandning, allt i från nybörjare till elitmotionärer, och åldersspannet är någonstans mellan tolv och sextio plus. Alla kommer de hit och tränar och har kul tillsammans, och många kommer lite tidigare för att hinna prata och umgås också.

På gården finns också en liten stuga där Lina har sin massagestudio.

– Massage var en del av min utbildning, det hörde egentligen inte till min grundplan utan var mer något jag fick på köpet. Men det visade sig vara mer intressant än jag först hade trott! Det har varit stor efterfrågan på massage redan från början vilket såklart har varit

"Jag ville göra ett företag av mitt intresse!"

Fortsättning på nästa sida



Uteträning har aldrig varit mer inne. Passa på att träna och motionera utomhus i den härliga höstluften.

jätteroligt. Jag känner också att massgeutbildningen ger mig mycket också i min PT-roll, och vice versa, eftersom jag har en större förståelse för hur kroppen fungerar. Nyligen har jag utökat mina tjänster med behandlingar med djupvågsbehandling som fokuserar på bindväven i kroppen. Det är alltid kul att lära sig nya saker, och ju fler tjänster jag kan erbjuda – desto stabilare blir också företaget. Dessutom får jag ett varierat arbete som håller mig både frisk och motiverad, berättar Lina.

Träningsladan har funnits i snart tre år, men det var först för ett år sedan som Lina startade upp sitt företag "Wellness by Lina". I september firade företaget ettårsjubileum. Ett år som har varit både roligt, spännande och minst sagt händelserikt, menar Lina.

– Jag hade ju precis kommit igång på allvar när pandemin slog till, och det är klart att jag blev nervös när det hände. Skulle jag förlora alla mina kunder? Men effekten blev snarare den motsatta. Jag har varit nästintill fullbokad både med massagekunder och träningskunder. Faktum

är att PT-delen, där man tränar ensam i ladnan med mig som coach, har fått sig ett uppsving. Det verkar som att intresset för hälsa och träning har ökat med anledning av pandemin, kanske har folk fått upp ögonen för vikten av att ha en bra grundstyrka och kondition, funderar Lina.

– Sen hade jag ju lite tur i att min verksamhet faktiskt var relativt smittsäker redan innan pandemins utbrott.

Ladan är luftig, jag har ganska små grupper som tränar tillsammans och dessutom går mycket att göra utomhus en stor del av året. Jag har såklart gjort några ytterligare åtgärder för att det ska vara tryggt för oss alla, men jag har inte behövt ställa om på samma sätt som många andra har tvingats till.

I våras fick också Lina en fin utmärkelse i form av Hushållningssällskapets "Årets landsbygdsföretagare".

– Det är något jag är väldigt stolt över. Jag vurmär verkligen för bygden och vill fortsätta att jobba för Runtuna på det sätt jag kan, och utmärkelsen var ett kvitto på att jag gjort saker och ting rätt hittills, säger Lina avslutningsvis.

"Det verkar som att intresset för hälsa och träning har ökat..."

Sunda tips inför

VINTERHALVÅRET

1. RÖR PÅ DIG

Stillasittande utgör en stor risk för vårt välmående. Våra kroppar är designade för att vara i rörelse, och med dagens kontorsarbeten som innebär allt mer stillasittande behöver vi hitta rörelse där det går. Gamla tips som att välja trappan istället för hissen fungerar ännu! Ta för vara att röra på dig minst en gång per timme, om det så bara är att ställa dig upp eller gå och hämta en ny kopp kaffe. Rörelse är ofta förknippat med träning och hög intensitet med svett och flås, men vi behöver också lågintensiv rörelse kontinuerligt under dagen. En idé är att skaffa en stegräknare och sätta upp ett stegmål för varje dag för att hålla koll på att du rör dig ordentligt.

2. FÄRGGLAD TALLRIK

Ät en varierad kost och ät mycket grönsaker. Utmana gärna dig själv att få tallriken att bli så färgglad som möjligt, och försök att äta minst fem olika grönsaker varje dag. Nu till hösten är många av de svenska grönsakerna, såsom kål och rotsaker, i säsong. Här finns en bred variation av goda nyttigheter att välja bland.

3. VAR HÄR & NU

Vi matas ständigt med information i dagens samhälle. Försök att få en stunds paus varje dag där du lägger undan alla skärmar. Passa på att läsa en bok eller gör något kreativt som att måla, skriva dagbok eller utföra något handarbete. Med hösten kommer också mörkret. Försök att gå ut i dagsljuset varje dag, om så bara för en liten stund. Kanske kan ett tillskott av vitamin D, som vi under sommarhalvåret får av solens strålar, vara lämpligt under vintern. Gå gärna ut i skog och mark. Naturen har en bevisat lugnande och läkande effekt för vår psykiska hälsa. Lokalt finns härliga naturmiljöer även centralt – till exempel åpromenaden i Nyköping och skärgården i Oxelösund.

4. PROVA NÅGOT NYTT

Är du en av dem som tänker att träning inte är för dig, eller börjar du tröttna på din nuvarande träningsform? Passa på att testa något nytt under hösten! Det finns ett enormt stort utbud både vad gäller ute- och inneaktiviteter i Nyköping och Oxelösund. Många företag och föreningar erbjuder även "prova på" gratis eller till en liten kostnad. Ett annat tips är att anlita en personlig tränare som kan hjälpa dig att lägga upp ett träningsprogram efter just dina mål, preferenser och vardagsrutiner.

5. GÖR MEDVETNA VAL

Till sist – vad du än gör, så försök att göra medvetna val i din vardag. Se till att det är du och ingen annan som bestämmer hur ditt liv ska se ut. Be om hjälp när det behövs. Var snäll mot dig själv, gör du mindre bra val ibland så skuldbelägg inte dig själv. Acceptera det som skett, ta lärdom av det och gå vidare. Och glöm inte att ha roligt, även när livet är svårt. Att skratta frigör endorfiner, "må bra"-hormoner, i kroppen. Samtidigt minskas utsöndringen av stresshormonet kortisol. Ett gott skratt kan faktiskt förlänga livet, om du ser till att skratta ofta!



Är du pensionär och vill fortsätta ditt aktiva liv? Bli veteran i Nyköping.

Veteranpoolen Nyköping söker fler aktiva pensionärer som kan jobba med trädgårdsarbete, hantverk och hemstäd.

Hos oss arbetar du på egna villkor. När du vill och hur mycket du vill. Du får nya utmaningar, träffar trevliga kollegor och mår bättre.

Vi arbetar både inomhus och utomhus – tryggt och säkert för kunder och veteraner.



Ring oss så berättar vi mer!

Karin Lindvall & Kristin Bladh Ström

VETERANPOOLEN

HEMMET | HANTVERK | TRÄDGÅRD

0155-40 04 09 | nykoping@veteranpoolen.se

Djupviks Gård

i Kolmården



Ridterapi ✿ Stugor ✿ Nybörjar-ridning

Mellan Nävevarn och Kvarsebo, invid Bråvikens strand, finns Djupviks Gård. Här erbjuds ridning och hästkunskap för nybörjare, hästunderstödd terapi samt uthyrning av stugor - vardag som helg.

Välkommen till varmt bemötande, personliga stugor och lugna trygga hästar!



www.djupvik.se ✿ bokning@djupvik.se ✿ 070-232 08 01

Vill du marknadsföra ditt företag i Magazinet?

Temasidor under hösten!

Förmånliga annonspriser på både klassisk och redaktionell annons

25 OKTOBER *Hemmafix & Inredning*

22 NOVEMBER *Vintriga nöjen & Guldskorn*

Under oktober och november också extra bra erbjudanden till dig som vill annonsera inom temat *Julbord & Mat*

Varmt välkommen att kontakta mig!

Peter Pettersson

Säljare

070-659 21 88

peter@media-mix.nu

MAGAZINET





Höstig färgprakt

Hösten är här, vare sig vi vill eller inte, men nu råkar det vara så att hösten faktiskt är min favoritårstid. Soliga dagar med frisk luft och klarblå himmel där du kan ta en skogs promenad, plocka lite svamp, dricka en kopp varm choklad och njuta av en ostsmörgås, det är nostalgi och livskvalitet för mig.

Färgprakten som omger oss nu är magisk och vådret och marken är perfekt för plantering, då det inte ställer så höga krav på din skötsel efter att du fått ner växterna i jorden. Kan det bli bättre? När skymningen sedan kryper på oss tidigare och tidigare får vi tända ljus eller kanske till och med en brasa. Baka en äppelkaka på nyskördade äpplen och njut av dofterna som sprids i hemmet, slå dig sedan ner i soffan och planera ditt nästa trädgårdsprojekt.

På Oscarsbergs har vi ett av Nyköpings bredaste utbud av perenner, och våra kunder förvånas över att vi har så många olika sorter i lager. Vi jobbar hårt för att hitta en bra bas, blandat med favoriter och rariteter. Som vanligt försöker vi alltid ordna fram de växter som önskas av både perenner, buskar och träd, om vi mot förmodan inte har det hemma. Frågan är fri och vi tycker om att hitta alternativ eller lösningar som passar just dig och din trädgård.

” På Oscarsbergs

har vi ett av

Nyköpings bredaste

utbud av perenner ”

Du kan nu fynda perenner, vintergrönt och utomhuskrukor på vår höstrea och då det är så gynnsamt väder passar det alldeles

utmärkt att plantera. Vi vill tipsa om vår nya produkt från Ecoturf. Bio Plante Aktivator, som är ett 100 % organisk gödsel med humusämnen, tång, mykorrhiza och bakterier. Det bidrar till att den naturliga biologin i marken är optimal, eftersom den ökar antalet gynnsamma svampar och bakterier i jorden. Samtidigt förhindras många växtsjukdomar och angrepp. Mycelet

fungerar som ett antibiotika för växterna och minskar stressen vid exempelvis torka. Mykorrhizan avsondrar ett protein som håller kvar näringsämnen i marken samt tar upp näring som inte är tillgänglig för växten och omvandlar den till rätt form så att även växten kan ha nytta av den. Ett måste för dig som vill ge dina växter en gynnsam start och bästa förutsättningar att klara sig i framtiden.

För dig som inte fick plats på workshopen ”Planera din trädgård” under Stora Planteringsveckan, kör vi ytterligare ett tillfälle den 4 oktober. Anmäl dig via vår hemsida för att säkra din plats. Kursen är ett mycket uppskattat forum där du under ledning kan planera och strukturera din trädgård med hjälp av en professionell trädgårdsmästare.

Ett sätt att skapa dynamik och nyanser i din trädgård är att plantera in vintergröna växter. Ofta tänker man då på barrväxter, men det finns många olika växter, både perenner och buskar som håller färgen och bladen över vintern på våra breddgrader.



Alunroten är en av de perenner med otaliga färgnyanser som gärna står i rabatterna året om, som också passar fint i kukan vid entrén.

Många är vi som minns sjuttioalets trädgårdar som efter några år gav oss förvuxna barrväxter som tagit över trädgårdar och entréer. Många har tagit bort dem helt då man ledsnat på ljusborfall och den lite kvävande känslan de lätt kan ge. Men de vintergröna växternas fördelar är trots allt många och rätt använda börjar fler att se fördelarna med hur de tillför form och struktur året om, även när alla andra växter har gett upp för vintern.

Färgerna är allt från mörkaste djupgrön till ljusaste limegult, och de blåa tonerna i en cypress kan lyfta vilken rabatt som helst. De bjuder inte bara på en mångfald av färg utan också form. Välj mellan låga marktäckande barrväxter som mjukt böljar ut eller strikt upprätt växande pelarformade, som skapar ett utropstecken i rabatten, eller varför inte några läckra klot av thuja eller buxbom på rad. Även nytillväxten eller blomningen på barrträd kan vara mycket effektiv bland vissa sorter som de vackert röda honkottarna på en gran. Möjligheterna att variera färg och form är oändliga.

Barrväxterna trivs i näringsrik och genomsläpplig jord. Du kan blanda upp sandig eller lerig jord med torv, barkmull, planterings- eller kompostjord. Gödsla med kogödsel eller specifik barrväxtgödning, men senast i juli månad så att de hinner avmognat innan vintern.

Att plantera vintergröna växter går bra så länge det inte är tjäle, men du behöver tänka på att alla vintergröna växter avdunstar vatten från sina blad och barr hela året. Så vattna rejält i samband med planteringen.



ring och ge dem en rejäl rotblöta innan tjälen går i backen. Tänk också på att skydda dem mot den starka vårsolen.

På Oscarsbergs brukar vi säga att de dagar i februari du gärna tar ut kaffekoppen och sätter dig mot en solig vägg och myser, då får du ta en liten stund till att täcka dina vintergröna växter med säckväv så du inte riskerar tjältorka.

*” Att plantera
vintergröna växter
går bra så länge
det inte är tjäle ”*

Att odla sin egen vitlök är en av de lättaste saker du

kan ge dig in på i trädgården, och vi delar med oss av några enkla knep för att lyckas. Vitlöken gillar inte att stå fuktigt på vintern men vill ha ganska mycket vatten under växtsäsongen. Den ska planteras relativt sent på säsongen, exakt när i tiden är svårt att säga. Men runt tio grader i jorden och någon månad innan tjälen går i jorden är riktlinjerna. I slutet av oktober, början av november brukar blir ganska lagom.

För att undvika risken att drabbas av sjukdomar rekommenderar vi att du köper certifierat utsäde. Vitlöken som du kan köpa i matvarubutiken är oftast importerad från Medelhavsländerna och risken är hög att du får sjukdomarna på köpet. Ofta är vitlöken i butik bestrålad och då gör den inte överhuvudtaget.

Dela upp vitlöken i klyftor och stoppa ned varje klyfta med spetsen uppåt, mellan 5 och 10 centimeter djupt. Ha ungefär 15 centimeter mellan varje lök och ett radavstånd på 25 centimeter. Vattna rejält när du planterat dem, sedan kan du låta dem klara sig själv till våren. På våren börjar du gödsla och vattna regelbundet enda fram till juli-september, använd gärna hönsködsel som du blandar upp med vatten. Du vet att vitlöken är klar när bladen börjar gulna och vissna.

Den ekologiska vitlöken finns i butik från månadsskiftet september/oktober. Det kommer finnas många spännande och goda sorter att välja mellan. Utbudet i år är utökat då vi märker en stor efterfrågan på vitlök. Vi satsar framför allt på den franska vitlöken som är anpassad för vårt nordiska klimat. Nya sorter för i



Granens röda honkottar bjuder på härliga färgklickar i trädgården.

är är Flavor och Vigor. Flavor är en lite senare sort som både går att fläta och har goda lagringsegenskaper.

Så om ni vill ses vi i butiken någon dag framöver, kom in på en kopp kaffe och lite goda råd. Fynda något fint till din trädgård eller bara njut av alla härliga höstfärger. Välkommen!

Ulrika Juul

Oscarsbergs
trädgård



Höstrea 20 %

Perenner & Vintergrönt

Gäller endast växter i lager, ej säsongsväxter och ej i kombination med andra rabatter.



Öppet: Vard 10-18 • Lörd & sönd 10-15
Oscarsbergsvägen 4, Nyköping • Tel 0155-22 79 72
www.oscarsbergstradgard.se
Vi finns även på Facebook och Instagram



I början på 1960- talet var det hängselbyxor som gällde och på huvudet satt ofta en reklammössa. Målare gjorde även egna mössor av golvpapp. Tidigare var det vanligt att målare hade vit skjorta och slips! Under 1960-talet fanns det fortfarande målare som hade dessa plagg i arbetet. På bild ses målaremästare Harry Svensson som med sina två bröder, Einar och Gustav, drev Målerifirma H F Svensson & Söner. Harry var den som oftast tog hand om firmans lärlingar under deras första tid i yrket. Foto: Ove Thunström år 1963.

Albin var född i en stad i Norrland vilket han ofta med stolthet nämnde. Han var en stridbar person med starka åsikter. Han var inte rädd att påpeka orättvisor, vare sig det gällde kunder, kollegor eller arbetsledning! Politiskt stod han långt ut på vänsterkanten, vilket han dock inte nämnde så ofta.

Under en frukostrast på en byggarbetsplats fick vi besök av en målare som även jobbade aktivt i målarfacket. Efter lite småprat uppmärksammade han oss som inte var aktiva i facket att bli det. Albin hade inte behövt bry sig om vad som sagts, men kunde tydligen inte låta bli då han sa "Kom inte här och 'snacka skit'. Facket och ditt parti har svikit arbetarna och det vet du mycket väl!"

Vad han avsåg med det sa han inte. Kanske berodde det på att de tillhörde två olika partier, som

båda sa sig vara det parti som brydde sig mest om "arbetarna". Naturligtvis höjde även den fackliga målaren rösten och en högljudd diskussion uppstod. Ett tag befarade jag att de skulle urarta till handgemäng, men det lugnade som väl ner sig innan rasten var slut.

Vid ett annat tillfälle jobbade vi i en nybyggd villa då ägarparet kom på besök för att välja tapeter. För den kvinnliga ägaren verkade tapeterna inte vara så viktiga då hon flera gånger påtalade att hennes son studerade till läkare! Då Albin inte imponerades av några "titlar", snarare tvärtom, sa han något liknande "Grabben tycks ha läshuvud, hoppas bara att han kan läsa av sina patienter och ställa rätt diagnoser. Om han nu blir läkare!" Kvinnan såg ut som ett åskmoln, men sa inget.

På morgonen dagen därpå kom chefen och sa att firmans fått ett nytt

jobb som det även var bråttom med. I ett äldre hus skulle det spännas papp i tak, väggar och snickerierna skulle laseras. Arbetsmetoder som var vanliga förr var nu på väg att försvinna, då man nu istället satte gipsskivor på ojämnt underlag innan målning och tapetsering. Chefen sa även att den nya generationens målare inte behärskade den gamla metoden så bra!

Då Albin tillhörde den äldre generationen frågade chefen naturligtvis om han kunde åta sig jobbet. Albin svarade att han hade utfört mängder av sådana jobb hemma i Norrland. Därefter tog det inte lång stund innan han hade samlat ihop sina verktyg och var på väg till det nya jobbet! – Jag tror nästan att Albin var lite stolt över att chefen förstått att han behärskade allt i måleriyrket!

Löste kanske chefen konflikten vad Albin sagt om läkarstudier med list

och förtäckt beröm? För jag anar att ägarinnan ringt firmans för att få bort den som sårat henne så mycket med kommentarerna om sonens läkarstudier!

Rune var en annan arbetskamrat som var inflyttad från Stockholm. Han bodde i ett äldre trähus på Prästgatan, om han inte bodde i sin stuga på Hällets koloniområde. När man jobbade med honom tog han sig alltid tid och visade hur arbetet bäst och enklast kunde utföras. Redan som första års lärling fick man med honom prova på alla moment i måleriet, vilket inte var så vanligt hos andra målare.

På en arbetsplats med ett flertal målare sa en av dessa; "Jag vill inte ha med mig några lärlingar då de mest är i vägen och allmänt besvärliga". Kanske var uttalandet ett skämt, men Rune reagerade direkt. "Det är din skyldighet att hjälpa lärlingar att bli bra målare. Men du vill väl bara tjäna pengar på att utnyttja

Tre ARBETS- KAMRATER under tidigt 1960-tal

I det här numret av Magazinet minns jag tillbaka på mitt yrkesliv som målare – och några av de minst sagt karismatiska arbetskamrater jag då träffade på!

"Kvinnan såg ut som ett åskmoln, men sa inget"



Vi håller trädgården i topptrim hela hösten. Boka oss idag!
VETERANPOOLEN

0155-40 04 09 | nykoping@veteranpoolen.se

Rut
avdrag

dessa till att göra skitjobb som skrapa element, slipa väggar och grundmåla. Du delar heller inte med dig något av ackordet, har jag hört!" (Vilket man dock inte behövde göra före tredje lärlingsåret, men de flesta målare gjorde det ändå.) Den gnällande målaren skämdes märkbart och ångrade nog vad han sagt!

Sista arbetsdagen före en jul bjöd Rune hem firmans lärlingar och spring-schas. Det var jag, Ove, Jörgen och Joa. Vi trodde nog att det skulle bli någon slags julmid-dag. Men på köksbordet var det framdukat bullar, kakor, varsin apelsin och Coca Cola. Under varje colaflaske hade han lagt en tiokronorssedel, vilket var rätt mycket pengar på den här tiden. Det här var väl Runes sätt att skapa någon slags julstämning med andra, även om det bara var för någon timme!

Ett annat minne med Rune var då han bott i kolonistugan ett par dagar och återvänt "skitfull" till lägenheten, vilket jag hörde fastighetsägaren säga när han kom till firman och beklagade sig över Rune. Han sa även att Rune hade supit bort nyckeln till lägenheten, vilket också det var ett problem. Tyd-ligen tyckte inte Rune det, då han helt enkelt hade tagit brandyxan och slagit ett stort hål i dörren och gått in och lagt sig för att sova! (I trapphus i gamla trähus hängde förr ofta en stor yxa för att användas i händelse av brand.)

Chefen, som var bekant med fast-ighetsägaren, sa att han var väldigt besviken på Rune men hoppades ändå att han skulle få bo kvar. Han sa även att firman skulle stå för kostnad och arbete för att återställa dörren. Kanske var det därför han fick bo kvar tills vidare. Rune jobbade kvar något år. Hur det sedan gick

för honom vet jag inte då jag jobbade med andra målare, och jag frågade heller inte vart Rune tog vägen. Kanske flyttade han tillbaka till Stockholm?

Och så har vi till sist Valter som var en mångsysslare av rang. Han visste hur det mesta skulle göras, åtminstone sa han det själv! Exempel: En dag hade han med sig ett par nya skor och pekade på en "hälkappa" - Det är konstigt att skotillverkare inte förstår att man inte kan ha samma sorts läder i hälarna på skor! För att det skulle bli bra, som han sa, skulle han byta ut lädret på de nya skorna, och sy in ett annat sorts läder!

Förkylning och halsont botade han med att använda en

lång ståltråd som han i ena änden fäst en vaxbit. När han kände sig krasslig tog han fram en glasburk med brännvin där han doppade vaxbiten för att sedan "pensla" sig långt ner i halsen, samtidigt som han harklade sig och nästan spydde. Det gick väl an om han var ensam, men det gjorde han ibland även när det var andra personer vid frukostbordet!

Valter kunde som sagt det mesta, så varför skulle han köpa en kostym till sin son när han skulle konfirmeras? Det är ju bättre att sy en kostym själv så att det blir bra redan från början! Sagt och gjort.

Ett annat exempel var "mopeden". Under 1950-talet kom påhängsmotorn som monterades på cyklar, vilket var föregångare till mopeden. En bit in på 60-talet då mopeder var vanliga kom han att göra tvärt emot. Han gjorde en cykel av en gammal moped!!

Arne Andersson
berättar om
historier och minnen
från sin barndom
och uppväxten i
Nyköping.

arne.andersson22@
comhem.se



KÄLLOR: Arbetskamraterna, Ove Thunström, Jörgen Johansson.

Namnen på arbetskamraterna i artikeln är fingerade.

Finns det svenskt kaffe på hotellet?

Stig-Helmers smått ikoniska fråga i Sällskapsresan beskriver ganska väl en viktig del av den mänskliga själen. Vi människor är vanedjur. Det innebär att de flesta av oss gillar rutiner, alltså att göra samma sak om och om igen enligt ett visst mönster. Dessa mönster kan vara både på individnivå men också i ett större perspektiv. Ta bara tacofredagen som exempel. Tacos kan förvisso ätas veckans alla dagar, men visst smakar salsan och guacamolen lite bättre när det serveras en fredagskväll? Att rulla ihop sin burrito eller fylla sitt tacoskal och veta att samma sak sker i hundratals sentals andra svenska hem samtidigt. Det är väl samhörighet, om något!

När det ska införas hälsosamma förändringar talar det ofta om att göra det till en vana. Just därför att det är större chans att de nya rutinerna faktiskt stannar kvar. Att implementera en ny vana är inte lätt, det sägs att det i genomsnitt tar sextiosex dagar att få in en daglig rutin. Allt beroende på den nya rutinens komplexitet. När en rutin väl är invand så gör vi det oftast utan att tänka. Hjärnan gillar vanor och rutiner eftersom det sparar energi, något som är högprioriterat i det undermedvetna hos alla levande varelser.

Dessvärre ser hjärnan ingen större skillnad på bra och dåliga vanor. Fråga bara någon som försökt att sluta röka. Att vänja sig av med nikotinet är en sak, men många talar också om tomheten som uppkommer när de inte får ta den där ciggen till morgonkaffet eller ta ett par snabba bloss under lunchrasten. Helt enkelt för att det är en vana som ger trygghet och tillfredsställelse.

Vanor som är trevliga är såklart enklare att lägga till sig. Som när charterresor tog över den svenska semestermarknaden på senare delen av 1900-talet. Från att ha varit något ganska exotiskt och exklusivt blev utlandsresor plötsligt en självklar del av svenskarnas semestrar. Det blev en vana för många att åka utomlands åtminstone en gång per år. En vana som håller i sig än idag. För en del är det inte ens "riktig semester" om man inte får den där veckan/veckorna utomlands. Och för de flesta handlar det inte ens om nya upplevelser. Nej, många återvänder faktiskt år efter år till samma resmål. Samma ö, samma stad, samma hotell. År efter år. Tryggt och invariant.

Och ja, trygga vanor är förskräckligt svåra att bryta. Det har varit fascinerande att följa chartersvenskarnas semesterplaner detta coronaår. Skulle pandemin lyckas med det som klimatkatastrofen inte klarat av; att få svenskarna att flyga mindre? Nja. Många har valt att stanna hemma i år, medan vissa andra knappst kunde vänta tills restriktionerna lättats innan de for iväg till sydligare breddgrader. En hel del av dem har sedan uttryckt sin besvikelse över att resan inte blivit som de tänkt sig; det har varit bristfälliga frukostbufféer, stängda stränder, ödelagda bargator och plötsliga karantäner. *Inte kunde de väl tänka sig att pandemin kunde sträcka sig så långt som till deras trygga semesterresmål?*

Vanans makt är stor. Uppenbarligen i många fall större än både klimatkatastrofer och pandemier. Den närmast primitiva tillfredsställelsen som ligger i att få göra den där invanda trippen till favoritresmålet överskuggar det mesta. I alla fall så länge det finns svenskt kaffe på hotellet.

/Kerstin



Kerstin är Magazinet's fristående krönikör som tar upp samtida frågor och iakttagelser, stort som smått, allvar som humor. Eventuella åsikter som uttrycks i texten är med det sagt krönikörens egna, och delas inte nödvändigtvis av Magazinet.

Christopher bytte riktning -

Mitt i livet bytte Christopher Denker karriär. Efter många år i den finansiella sektorn blev han präst. – Att mitt i livet byta riktning är en spännande erfarenhet och en resa som är pågående.

Christopher Denker har bland annat arbetat på ABB, Electrolux och på Ericsson. Han har arbetat inom process- och verksamhetsutveckling samt med kompetensförsörjning, projektledning och kommunikation.

Det kan låta drastiskt att gå från den finansiella sektorn till att bli präst. Men för Christopher Denker var processen lång.

– Jag var den motsträvlige prästkandidaten. Vägen till att bli präst har varit en lång resa.

Han tror att ett frö såddes redan när han som barn gick på Svenska kyrkans lekskola hemma i Solna.

Som vuxen närmade han sig kyrkan. Han blev kyrkvård. Och han var nyfiken på den kristna tron.

– Gud började knacka på dörren. Först tyckte jag själv att det var en befängd idé. Men sedan insåg jag att jag inte skulle vara vara ärlig mot mig själv om jag inte öppnade dörren.

Christopher Denker började år 2008 studera teologi vid Uppsala universitet, där han så småningom tog en kandidatexamen.

När han kände sig mogen tog han kontakt med Strängnäs stifts rekryteringsansvarige och lämnade in en ansökan om att bli antagen som prästkandidat.

Efter en ett år lång process blev han 2016 antagen som prästkandidat i Strängnäs stift.

– Under utbildningstiden tjänstgjorde jag som tjänste-



”Svenska kyrkan finns för dig var du än bor i hela Sverige och var du än befinner dig i livet. Det är helt unikt! I Nyköping måste det ha funnits kyrka och församling i över 1000 år, påminner Christopher Denker, nyvigd präst.

biträde i Nyköping. Jag var bland annat med på konfirmandläger på Gotland och ledde musikgudstjänster i Franciscuskapellet.

Söndagen den 14 juni i år vigdes Christopher Denker till

tjänst i Svenska kyrkan och Strängnäs stift. På grund av restriktionerna kopplade till corona blev det en livesänd prästvigning med få närvarande.

– Det var annorlunda, men en stark upplevelse – kanske just för att det var ett mindre

ANNONS



FOTO: MAGNUS ARONSON

SPRÅKCAFÉ Nu har vi öppnat igen!

Vill du bli bättre på svenska?
Vill du träna det du lärt dig på SFI?
Vi träffas över en kopp kaffe eller te och en smörgås. Vi tränar svenska, pratar och har trevligt ihop. Du kan också få hjälp med läxor. På grund av pandemin så kan vi endast erbjuda ett begränsat antal platser inomhus. Det finns även möjlighet att träna svenska utomhus. Gå en promenad eller sitta ute och samtala.

S:t Nicolai församlingshem
Måndagar 10.15–13.30

Allt är gratis och vi möts vid det grå huset mellan kyrkan och Culturum. Nära torget och Campus! Välkommen!

Information: Jenny Larsson,
0155-751 27, 072-218 92 60,
jenny.e.larsson@svenskakyrkan.se



FOTO: JOHANNES FRANSEN/IKON

ÖPPEN KVÄLL (UTOMHUS)

på Mariagården
Tisdagar 17.00–19.00
Det blir enkel mat och gemensamma aktiviteter för barn och vuxna. Max antal deltagare är 50 st.

VANDRINGSGUDSTJÄNSTER (UTOMHUS)

vid Oppebykyrkan
Söndag 4/10 10.00 och 11.00
Sång av Barnkören Oppe Poppis. Johan Lundgren, Per Gustafsson och Helén Andersson. Kläder efter väder...

KONSERT

Alla Helgona kyrka
25/10 kl 18.00

Sara Michelin, domkyrkoorganist i Linköping
Begränsat antal. Biljetter i Kyrkans hus (Västra Storgatan 33), från 10.00 tisdagen samma vecka som konserten

LOVSÅNGSKVÄLLAR

Oppebykyrkan
En fredag per månad 19.00
Lite modernare lovsånger, tid för bön, stillhet och ljusständning.
Datum: 2/10, 6/11, 11/12

- mitt i livet

format. Vi som prästvigdes fick bjuda fyra gäster var. Mina fyra gäster har varit med på min teologiska resa, varit mina förbedjare och fått mig att växa i tro och som människa.

Under sitt första arbetsår tjänstgör Christopher Denker som pastorsadjunkt i Nyköpings församling.

– Jag är satt som Guds redskap att tjäna i Nyköping. Jag upplever att det finns en gudstjänst-glädje här i församlingen, vilket gläder mig.

Han beskriver Nyköping som en "söt stad" som han lär känna allt mer.

– Mycket av det jag skriver – predikningar till exempel – formas i löparspåret eller på gymmet.

En längre text om Christopher Denker finns att läsa på www.svenskakyrkan.se/nykoping



Hon är också nyanställd

Heter: Camilla Groth

Ålder: 47 år

Växte upp och bor i: Oxelösund.

Bakgrund i yrkeslivet: Arbetat med ekonomi och administration i hela mitt yrkesverksamma liv. Har under de senaste 7–8 åren arbetat i ett par olika ledarroller.

Arbetar som: Redovisningsekonom på Servicebyrån i Nyköpings församling.



FOTO: JOHANNES FRANSEN/KON

BABYSÅNG

För de yngsta i vuxens sällskap

Alla Helgona kyrka

Tisdagar 10.00

Just nu begränsat antal. Anmälan görs på måndagen 10.00–12.00, 13.00–15.00 på tel 0155-751 00. Avsägelse via SMS direkt till ledarna (kontaktuppgifter se hemsidan).

ÖPPEN FÖRSKOLA

För föräldrar och barn 0–6 år

S:t Nicolai församlingshem

Onsdagar 14.00–16.00

Fredagar 9.00–12.00

Oppebykyrkan

Fredagar 9.00–12.00



FOTO: LOTTA WISS

KYRKOGÅRDSFRÅGOR

Har du frågor som handlar om någon av Nyköpings församlings kyrkogårdar, gravar, gravrätt eller skötsel?

Kanske du vill veta skillnaden mellan Minneslund och Askgravlund, vad som händer om de efterlevande inte längre vill ha kvar en gravrätt eller vilka olika alternativ som erbjuds när det gäller gravskötsel.

Välkommen att kontakta Kyrkogårds-Expeditionen på följande telefonnumera: Mån–tis, tor–fre 10.00–12.00, ons 13.00–15.00
Tel 0155-751 03. E-post nykoping.kyrkogardsexp@svenskakyrkan.se



FOTO: LOTTA WISS OCH ALEX GIACOMINI/KON

GUDSTJÄNSTTIDER

Nytt från 1 september 2020

ALLA HELGONA KYRKA

Söndagar • Högmässa 10.00

OPPEBYKYRKAN

Söndagar • Mässa alt. gudstjänst 10.00

Torsdagar • Mässa 18.30 (ojämna veckor)

MARIAKAPELLET

Söndagar • Mässa 15.00

S:T NICOLAI KYRKA

Söndagar • Aftonsång 18.00

NYHET! Mycket musik och fördjupad förkunnelse. Olika teman.

Afternoon tea i församlingshemmet 17.00

FRANCISCUSKAPELLET

Torsdagar • Morgonbön alt. mässa 09.00

CAFÉ - DROP IN

För dig som är dagledig

PROSTEN PIHLS GÅRD

Måndag–fredag 13.00–15.30

FRANCISCUSGÅRDEN

Måndagar 13.30–15.30

S:T NICOLAI FÖRSAMLINGSHEM

Tisdagar 13.30–15.30

OPPEBYKYRKAN

Onsdagar 13.30–15.00

MARIAGÅRDEN

Torsdagar 13.00–16.00

S:TA KATARINA KYRKA

Torsdagar 14.00–16.00



www.svenskakyrkan.se/nykoping

Svenska kyrkan 
NYKÖPINGS FÖRSAMLING



Cornholl - nya succespelet där alla kan delta!

Perfekt för företagsfesten, föreningar, svensexor, möhippor, kick off och konferenser

För mer info och offert maila till daladahlstrom20@gmail.com



Cornholl
- ett spel för alla

Ny butik i Micke & Companys lokal

Lenita Holmgren och hennes son Mattias tog över Svedlindhs Herr och Dam i Oxelösund för två år sedan. Nu satsar Mattias vidare inom klädbranschen och tar över Micke & Companys lokal i Nyköping. Butiken öppnar i oktober.



Nu går mor och son åt olika håll. Lenita fortsätter driva Svedlindhs i Oxelösund och Mattias tar över Micke & Companys lokaler i Nyköping.

Mattias Lundberg halkade in på ett banaskal i klädbranschen.

- Min mor förvärvade Svedlindhs i Oxelösund och jag hade lovat hjälpa henne med marknadsföringen och lite annat. Men det slutade med att jag sa upp mitt jobb på Systembolaget och gick in som delägare i butiken.

Mattias har inte ångrat sitt beslut en sekund.

- Den frihet och energi entreprenörnsrollen gett mig är fantastisk. Jag går till jobbet med glädje varje dag.

I januari i år hörde ägaren till Micke & Company i Nyköping av sig till Mattias.

- Vi kände varandra sedan tidigare och träffades ofta för att prata kläder och utbyta idéer, säger Mattias.

Den tidigare ägaren planerade en flytt till Öland, och frågan var om Mattias var intresserad av att ta över lokalen.

- Det var en dröm som slog in, ett bra läge i Nyköping och med ett utbud som passade mig. En butik som jag dessutom kan sätta min egen prägel på.

I oktober slår Mattias upp portarna.

- Det nya namnet är klart, men än så länge hemligt, men avslöjas självklart premiärdagen, avslutar Mattias.

VARMT
VÄLKOMMEN
IN TILL OSS!

smarteyes®

En annorlunda syn på glasögon

DESIGNADE GLASÖGON FÖR ALLA

ATTRAKTIVA GLASÖGONPRISER

KVALITET PÅ BÅDE DESIGN OCH GLAS



NYHET!

PRENUMERERA PÅ GLASÖGON

från 90kr i månaden.

Kom in till oss så berättar vi mer!



VÄRDEKUPONG

Fri Synundersökning, värde 400:-

Gäller t.o.m. 31/10-20.

Kan kombineras med andra kampanjer.

smarteyes®

Öppettider: Mån-Fre 10.00-18.00 • Lör 10.00-15.00

Smarteyes Nyköping

Västra Storgatan 8, 0155-61 84 08

www.smarteyes.se

Larsson & Kjellberg

140 år i privat regi

Det började med en smed och en hovslagare i Nyköping 1880. 140 år senare är Larsson & Kjellberg ett företag med en modern svets- och maskinverkstad samt industrimåleri beläget i Oxelösund. Företaget har således överlevt två världskrig och fyra av världshistoriens värsta pandemier och är fortfarande i privat ägo.

Lars Fredrik Larsson och Carl Fredrik Kjellberg startade tillsammans Larsson & Kjellberg i Nyköping 1880. Rörelsen etablerade sig på Brunnsgatan 36 i Nyköping. 1919 fick företaget nya ägare och 1924 införlivades även en smedja som låg vid Västra Trädgårdsgatan 33 och drevs av Per Gustav Hofdell.

1943 köptes Oxelösunds Mekaniska Verkstad av Larsson & Kjellberg och drevs som en filial, och 1947 byggdes en ny verkstad vid hamnen i Oxelösund.

Med tiden blev lokalerna i centrala Nyköping alltmer otidsenliga och svårarbetade. Bland annat var portarna in till gården vid båda verkstäderna trånga och svårpasserade med allt större konstruktioner. Vid Brunnsgatan inhyste man även AGA:s gasdepå. Denna ville kommunen inte gärna ha kvar i centrum. 1960 köpte KF tomten för att bygga Domus-varuhuset, numera Gallerian Nyckeln.

Kommunen erbjöd istället en tomt vid Gasverksvägen. 1964 kunde Larsson & Kjellberg flytta in i de nya lokalerna, men verksamheten fortsatte även vid Trädgårdsgatan en tid, smedjan och verkstaden revs först 1976.

I samband med en hopslagning av verksamheterna i Nyköping och Oxelösund 1982 blir verksamheten koncentrerad till moderna lokaler i Sundsörsområdet i Oxelösund.

Ejfel Erlandsson startade Luleå Konstmede 1958 tillsammans med sina söner Rolf och Bengt och senare även Hans. Firman såldes 1977, delvis beroende på rädslan för löntagarfonderna. Rolf ville flytta söderut och började söka efter en verkstad att köpa. Valet föll på Larsson & Kjellberg och 1979 köpte han företaget tillsammans med sina bröder. Efter några år löste Rolf ut sina bröder, som aldrig flyttade från Luleå.

Rolf Erlandsson avled 2004 men redan 1991 sålde han företaget till sina söner Lars, Mikael och Jan. Idag är Lars Erlandsson ensam ägare till företaget.

- Jag har vuxit upp med företaget och är stolt över att driva den 140-åriga entreprenörsandan vidare, säger Lars. Nya idéer dyker upp hela tiden och från och med november månad tillträder Mattias Skeppstedt som ny VD för Larsson & Kjellberg. Jag övergår då till en övergripande roll i koncernens olika bolag och kommer att arbeta med olika utvecklingsprojekt.



Lars Erlandsson till höger tillsammans med Marco Sepulveda.
Foto: Torbjörn Dahlström



Smedjan vid Västra Trädgårdsgatan 33, år 1942. Fotograf okänd.



Verkstaden vid Gasverksvägen på 1980-talet. Foto: Göran Dahlberg.



Rolf Erlandsson på kontoret i Nyköping 1980. Foto: Lars Erlandsson



Verkstaden vid hamnen i Oxelösund, byggd 1947. Foto: Rolf Erlandsson.

Vem vill du se som vinnare till Hållbarhetspriset 2020?

Från och med förra året, delar Oxelö Energi och Bixia ut ett Hållbarhetspris på 5 000 kr. Priset instiftades för att belöna en person eller en verksamhet som ses som en god förebild och inspiratör i omställningen till ett hållbart samhälle.

Pristagarna 2019 blev Berit och Kenneth Karlsson som genom att göra aktiva miljömedvetna val i vardagen bidragit till en hållbarare värld och verkligen var värdiga vinnare. Miljötänk är något som funnits med väldigt länge hos familjen Karlsson. Bland annat finns en varmkompost för minskat matsvinn i trädgården, tygkassar används istället för plastkassar, cykel prioriteras framför bil så långt som möjligt och när köket renoverades blev det genomgående energisnåla vitvaror.

Förra året installerades även solceller på villan, ur ett rent miljömässigt perspektiv då det vägde tyngre än det ekonomiska.

Nu har du chansen att nominera den som du vill se som vinnare av Hållbarhetspriset 2020.

Skicka in namn på den du vill nominera med din motivering senast 30 oktober till oxeloenergi@oxelosund.se.

Mer information hittar du på www.oxeloenergi.se



Berit och Kenneth Karlsson vann årets Hållbarhetspris 2019.



Vinn en elcykel eller matkassar!

Delta i Hållbarhetsjakten under oktober månad



Värde
17.800 kr



Värde
500 kr

Genomför så många som möjligt av prestationerna på nästa uppslag och delta i utlottningen.





Oxelö Energi

Jakten på en

☐ Jag har gjort 10 prestationer och vill vara med i utlottningen av ekologiska matkassar.

☐ Jag har dessutom gjort mitt klimatavtryck och deltar i utlottningen av en elcykel.

Gör ditt
klimatavtryck
på
climatehero.se

Namn _____ Telefon _____

Jag deltar genom att...

lämna in samtliga förpackningar till källsortering, och inte slänga en enda förpackning i soppsäsen.



laga mat på mina matrester.



stänga av vattenkranen när jag borstar tänderna.



handla på second-hand.



minska min duschtid.



ta med en kasse till affären och inte köpa någon plastpåse eller papperskasse.



köpa något återbrukat på One More Time eller Second hand på Röda Korset i Oxelösund.



byta prylar med någon annan.



laga något istället för att köpa nytt.



plocka bär, svamp, eller örter och nyttja naturens eget skaffer.



Göra mitt klimatavtryck på
climatehero.se



hållbarare värld!

Du bidrar säkert till en bättre och hållbarare värld redan nu, troligen utan att ens tänka på det.

Men är du nyfiken på att pröva nya utmaningar eller få inspiration?

Genomför så många som möjligt av följande prestationer under hela oktober och vinn en elcykel eller en matkasse för 500 kronor.

Enklast fyller du i de prestationer du gjort på oxeloenergi.se eller så lämnar du denna sida på Koordinaten eller på Återvinningscentralen i Oxelösund. Hållbarhetsjakten pågår fram till 31 oktober.

Vinnarna meddelas via telefon. Du måste bo i Oxelösund för att kunna delta.

ha pedalhink i badrummet och på toaletten, och aldrig använda toaletten som soptunna.



cykla eller gå istället för att ta bilen.



ta del av tipsen på oxeloenergi.se och lär mig mer om hållbarhet.



samla mina batterier och slänga i en batteriholk.



använda Miljötratten till överblivet matfett. Miljötratten hämtar jag kostnadsfritt på Koordinaten eller på ÅVC om jag inte har någon.



besöka Benjamins Återbruk och lämna något jag inte har användning för eller ta något jag behöver.



Värde
17.800 kr



Värde
500 kr



OXELÖSUNDS FÖRSAMLING

Min längtan växte mer och mer

Eva Henriksson är en av två diakoner i Oxelösunds församling och starkt engagerad i kyrkan. Så har det inte alltid varit. När vi träffas en tidig höstdag över en kopp kaffe utomhus får jag veta att hon kommer från en familj där kyrkan besöktes sällan men flickan Eva började i söndagsskolan i närheten.

– En händelse har format mig starkt, avslöjar Eva. När jag var nio fick min bästa kompis och granne cancer. Jag följde förloppet på nära håll, ända tills min vän rycktes bort.

Eva insåg att döden drabbar barn, inte bara gamla. Hon visste som nioåring att döden är oåterkallelig, ingen går säker.

– Under min skoltid förlorade jag tre klasskamrater i sjukdom och olyckor, berättar Eva allvarligt. På 70-talet pratade man inte med barn om döden, varken i hemmen eller i skolan.

– Jag var rädd och bad till Gud varje kväll. Jag ville så gärna tro, berättar Eva. Hon tillbringade mycket tid i Oppebykyrkans scouter och ville bli konfirmerad, som de flesta i klassen. Men konfirmationstiden blev av olika skäl en besvikelse.

– Om jag tvivlat innan så tvivlade jag ännu mer nu, konstaterar Eva som efter några år lämnade Svenska kyrkan.

Men så började allting vända. Eva mötte sin blivande man vars familj hade en naturlig relation till kyrkan. Svärmor var körledare och Eva insåg var hon hörde hemma: i Svenska kyrkan!

– Jag gick med igen och vi gifte oss i Bälinge kyrka, fick tre barn som alla är döpta och välkomnade in i församlingen. När barnen döps lovar man att de ska få dopundervisning och lära känna den kristna tron, säger Eva.



Gudstjänster

27/9 Gudstjänst - kl 11.00 – 16 söndagen e. trefaldighet. Avskedspredikan av Sebastian Söderberg. Mattias Bähr, Maria Rasmussen, Eva Henriksson. Sång av barnkören.

4/10 Gudstjänst - kl 11.00 – Den helige Mikael's dag. Mattias Bähr, Maria Rasmussen, Therese Cambrant Berg, Gunilla Östberg. Sång av barnkören. Bibelutdelning till alla 7-åringar.

7/10 Morgonandakt kl 8.30. Mattias Bähr, Maria Rasmussen.

11/10 Gudstjänst - kl 11.00 – Tacksägelsedagen. Jukka Laari, Irina Söderberg, Gunilla Östberg. Kyrkokören medverkar. Försäljning av ljus efter gudstjänsten.

18/10 Gudstjänst kl 11.00 – 19 söndagen e. trefaldighet. Ole Kristian Skadberg, Irina Söderberg, Ingaliil Amaya. Tribus Vox medverkar.

25/10 Gudstjänst kl 11.00 – 20 söndagen e. trefaldighet. Ole Kristian Skadberg, Maria Rasmussen, Eva Henriksson.



KAFFEDRALEN i coronatid

Församlingens café är öppet i församlingshemmet **onsdagar 13:30-15:30**.

Onsdagar med musikprogram är hela verksamheten flyttad till S:t Botvids kyrka.

Musikprogram kl 14:00-15:00

7/10 Jazztrio

14/10 STÅNGT

21/10 Irina Söderberg

OBS! Platsantalet i kyrkan är begränsat (50st) och väl utspritt. Boka gärna plats i förväg på 0155-29 34 00.



MÅNADENS KONSERT

Lördag 17 oktober kl 16.00 i S:t Botvids kyrka. **"Två jubilerande symfoniska orgelgiganter"** med Mattias Kjellgren, som spelar musik av jubilarerna Widor och Vierne. 175 år resp 150 års jubileum. Han spelar hela Viernes Symfoni nr 1 samt inleder med de sista två satserna ur Widors Symfoni nr 5.

Obs begränsat antal platser!

Foto: Kjell Hellman



Så familjen knöts närmare kyrkan, först genom familjegudstjänster och barntimmar, senare via kör och ungdomsverksamhet. Mannen sjöng i kyrkokören och Eva blev kyrkvärd.

– Min längtan växte och jag ville ha mer och mer, säger Eva och minns att det var ett stort steg att bekänna sig som troende.

– Till slut vågade jag släppa taget, strunta i "Gudsbevis" och landa i Guds kupade händer, berättar hon.

Just så hade Eva visualiserat sitt trossteg. På en blå himmel syns en gammal trädörr med karm och tröskel. Under den två kupade händer. Efteråt har Eva gjort en målning som hon visar mig.

– Den dörren hade jag gläntat på, stängt och till och med låst när jag lämnade kyrkan. Men en dag var jag redo att gå över tröskeln – nyckeln fanns kvar, säger Eva leende.

Det skulle dröja ännu en tid tills hon var redo att gå in i tjänsten som

diakon. Eva arbetade som textillärare, men intresset växte och hon gick Svenska kyrkans grundkurs. När ett vikariat öppnade sig inom barn- och ungdomsverksamheten såg hon det som ett tecken från ovan. Hon vågade lämna skolan för att prova på. Samtidigt fick hon möjlighet att utbilda sig till diakon på Vårsta diakoni i Härnösand. Så en dag var hon färdig att viga till diakon i Strängnäs domkyrka.

– Här är jag nu, säger Eva och strålar i kapp med sensommarsolen.

I uppdraget som diakon möter hon människor i livets alla skeenden, många i behov av stöd och hjälp. Då är det en tillgång att Evas väg till diakontjänsten inte blev spikrak och att hon redan som nioåring mötte livets svåraste frågor.

Bo Högländer



ALLA HELGONS DAG

Lördagen 31 oktober finns personal på plats vid Oxelösunds kyrkogård mellan kl 9-18. Kaffe och te serveras. Ljussförsäljning. Stämningsfull musik med Maria Rasmussen kl 11 och 13 i Frösängskapellet. Finsk gudstjänst kl 15 och minneskonsert kl 18, i S:t Botvid.

KYRKKAFFE

Välkommen tillbaka till ett enklare kyrkkaffe efter söndagens gudstjänst. Vi startar 4 oktober.



Oxelösundin Ruotsinsuomalainen seurakuntatyö



9/10, 23/10 15-17

Kerhoretki. Aloitamme matkamme jalo in seurakuntakodin ulkopuolelta. Kläder efter väder. Omat eväät reppuun.

29/9, 13/10 17-19

Ompeluseura, seurakuntakoti

4/10 14.00

Jumalanpalvelus St. Nicolain kirkko Nyköpingissä. Sinne voit soittaa itsellesi kirkkotaksin Oxelösundista.



Suomeksi Oxelösundissa



Hösten är här men aktivitetsprogrammet ser inte riktigt ut som vanligt. Corona orsaker fortfarande begränsningar i samlingarna. Filmvisningarna och föreläsningen har ett begränsat antal platser och kostnadsfria biljetter finns att hämta på Koordinaten i förväg. Utflykten är utomhus för att minimera risken för smittspridning. Vi behöver hålla fysisk avstånd på aktiviteterna, men med mental närhet!

Syksy on jo täällä mutta toimintaohjelma ei näytä ihan tavalliselta. Korona rajoittaa valitettavasti edelleen tapaamisia. Elokuviin ja luento on varattu rajallinen määrä paikkoja ja maksuttomat liput niihin on noudettavissa Koordinatenista etukäteen. Retki on ulkona taudin leviämiskäteen vähentämiseksi. Meidän täytyy pitää fyysistä etäisyyttä tapahtumissa, mutta luodaan samalla henkistä läheisyyttä!



Syksyn ohjelma Program hösten

- 2/10 Retki. **Utflykt. Stjärnholm**
11/10 Elokuva "Olen suomalainen". **Finsk film. Koordinaten**
17/10 "Lakupiiput ja makkarasoppa" på LitterART. **Nyköping**
3/11 Lääkäri Leif Stavåker luennoi koronasta.
Föreläsning. Församlingshemmet
15/11 Elokuva "Ihmisen osa". **Finsk film. Koordinaten**
26/11 Vähemmistöpäivä. **Minoritetsdag.**
(mer information kommer senere)

Suomen kielen kurssi keskiviikkoisin klo 17-19 alkaen 30/9.
Finskakurs onsdagar kl 17-19 from 30/9. Företagshuset

Ohjelma saattaa muuttua jos olosuhteet covid-19 suhteen muuttuvat.
Programmet kan komma att ändras om förutsättningarna med covid-19 ändras.

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! 070-5672411 tai marja.fiander@oxelosund.se

Vill du fräscha upp dina kunskaper i finska? Kontakta språkpedagog Nanni Piilhjärta på 073-4349724 .



Oxelösund

www.oxelosund.se/suomeksi



Konserter med Ikaros i ny lokal

- Om Folkhälsomyndighetens rekommendationer slås fast av regeringen väljer vi att byta lokal för våra konserter den 23 och 24 oktober. Ny lokal är S:t Botvids kyrka, där klarar vi de restriktioner myndigheten har givit.

Lennart Wantzin hoppas kunna genomföra de planerade jubileumskonserterna, trots det rådande läget. - Alla biljetter är slutsålda, och det skulle kännas bra att kunna bjuda vår trogna publik på en avslutande konsert med Ikaros, säger Lennart.

IKAROS

Grande Finale

-20 år med Björn Afzelius musik-



Ikaros firar 20 år med två jubileumskonserter i oktober 2020.

Bandet består av från vänster; Lars Fornarve, Håkan Herlogsson, Lennart Wantzin, Kenneth Karlsson, Christer Fredriksson och Jonny Andersson,

Under förutsättning att regeringen fastslår de rekommendationer Folkhälsomyndigheten givit.

Ny lokal för konserterna: S:t Botvids Kyrka

Fredag 23 och lördag 24 oktober 19.00.

Köpta biljetter gäller.

Vi är med och sponsrar jubileumskonserterna



Konserterna genomförs i samarbete med Mediamix Event & Media

Vi möter dig
med omtanke!

Praktikertjänst

TANDLÄKARE
Göran Herbring

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

flanell- skortor 299;-



ERLA OF SWEDEN

SINCE 1892

blandade färger

• 1953 •
SVEDLINDHS
• OXELÖSUND •

Populär deckarduo löser mysterier på Koordinaten i höst



På biblioteket förbereder biblioteksassistent Halaa med LasseMajaböcker inför utställningen.

Biblioteket i Oxelösund huserar under närmare två månader det populära deckarparet Lasse och Maja i den interaktiva utställningen "LasseMaja och Cirkusmysteriet".

I över 18 år har barn kunnat läsa om detektivduon LasseMaja, skapad av författaren Martin Widmark och illustrerad av Helena Willis. Lasse och Maja driver en detektivbyrå tillsammans och har sedan 2002 löst ett otal antal mysterium i staden Valleby.

Böckerna är översatta till närmare 40 språk. Barnutställningar.nu har i samarbete med Martin och Helena och förlaget BonnierCarlsen skapat en interaktiv utställning som nu kommer till Oxelösund.

Utställningen består av ett antal små hus för barnen att leka i som baseras på boken "Cirkusmysteriet". I utställningen ingår också böcker på flera språk och ett pedagogiskt program har tagits fram för de skolor som vill komma på besök med sina klasser. Besökarna kommer också att kunna lösa mysterier.

- Vi kommer att coronaanpassa utställningen så att det inte är för många besökare inne i gallerierna samtidigt, berättar Malin Göthberg, bibliotekschef i Oxelösund. Vi är jättegglade att det här kan bli av under rådande omständigheter, känns bra att kunna genomföra detta för barnen. Och andra nyfikna personer också förstås.

Under hösten kommer musiktöner återigen att strömma ut från Eventsalen på Koordinaten. Håll dig uppdaterad om kommande evenemang på visitoxelosund.se.



Kenneth Bodin tolkar Stefan Demert, på Koordinatens scen 29 oktober.

Händer på Koordinaten i höst

Biljetter till konserterna släpps 1 oktober

3 oktober, utställning, vernissage av LasseMaja & Cirkusmysteriet.

17 oktober, barnteater "Vem ser Dim?"

29 oktober, konsert "Brottas aldrig med ett Toy" - Bodin tolkar Demert.

12 november, konsert "Öppna landskap" med Karin Ericsson Back & Simon Stålspets.

V 44, Höstlovskul, Pysseldagar, halloweendisco med mera.

25 november, föreläsning, Vibeke Nielsen föreläser om Kristina Gyllenstierna och reformationen.

28 november, utställning, vernissage av Oxelösundssalongen 2020.

Stjärnholms ridskola



Medlemmar från Stjärnholms ridskola år 1982.

Fotograf okänd

Vet du mer om bilderna, eller känner igen de okända personerna?

Kontakta gärna Oxelösundsarkivet med din information.

Stjärnholms ridskola år 1982. Fotograf: Okänd



Den stora ladugården av sten i Stjärnholm uppfördes av Märten Lindhielm, ägare av slottet 1680-1697. Marken där den byggdes var så sank att man först måste påla för att få en fast grund. Under senare år har Stjärnholms ridskola hållit till här.



Källa: Nikolai socken

Årtal okänt, fotograf okänd



Hela sommaren pågår dagrid-läger vid Stjärnholm. Man kör veckovis och skickligheten varierar mellan de olika grupperna. Ett läger kostar cirka 500 kronor men trots att det alltså rör sig om rätt mycket pengar tycker deltagarna att avgiften är värd att betalas. På bilden ser vi Sara Svensson 10 år med sin lägerhäst Padjor. Sara drömmer om att få köpa en egen höst när hon blir stor.

Källa: Folket L G Bergman

Fotograf: L G Bergman

År: 1978

Ryttarinnor vid Stjärnholms ridskola. Ryttartävlingar under jubileumsåret 2000.

Fotograf: Bildgruppen Fantasia



Stjärnholm år 1978. För fjärde året arrangerade Stjärnholms Ryttarförenings ungdomssektion en ponnytävling som lockade till 40 startande. Det kvinnliga ryttarinslaget var mycket stort och endast två killar ställde upp. På bilden ser vi Flipper med sina två ryttare som deltog med framgång i ponnytävlingen. Här med Björn Sandberg stående och Eva Svensson i sadeln.

Källa: Folket 1978-04-19, 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!

Telefon: 0155-383 52 **E-post:** eva.sundberg@oxelosund.se

TÄVLING

Var med och nominera Oxelösunds trevligaste butikssäljare

Nominera den du tycker ska vinna titeln
"Oxelösunds trevligaste butikssäljare 2020"

Skicka in namn och arbetsplats på den person du vill nominera.
Skriv en kort motivering till varför du tycker personen ska vinna.

Tidigare vinnare



*Fredrik Björklund,
2017.*



*Fredrik Andersson,
2018.*



*Lenita Holmgren,
2019.*

**Vinnare
2020**

?

Skicka in din nominering senast 15 oktober till tobbe@media-mix.nu

**En jury utser tre finalister som presenteras i Magasinet 27 oktober.
Därefter kan du rösta på din favorit.**

Vinnaren presenteras på Oxelösundsgalan alternativt Ljus & Värme.



Oxelösunds Centrumförening i samarbete med
Magasinet Nyköping/Oxelösund

Familjecentralen i nya fräscha lokaler

Nu finns Familjecentralen i nyrenoverade lokaler på Södra Malmgatan 16 i Oxelösund.

– Vi har tillsammans med arkitekter och fastighetsförvaltare fått vara med och utforma våra nya lokaler, och vi är mycket nöjda med resultatet, säger Sara Karlsson, samordnare för verksamheten.

Under samma tak erbjuder Familjecentralen barnmorskemottagning, barnavårdscentral, öppen förskola, rådgivning och stöd från socialtjänsten.

– Vårt uppdrag omfattar barn mellan 0-6 år och deras föräldrar. Deltagandet är frivilligt, öppet för alla familjer och det är gratis att komma till oss, fortsätter Sara.

Förutom nya fräscha lokaler ser

personalen en ytterligare fördel med de nya lokalerna.

– Vi har flyttat till ett barnrikt område i Oxelösund, och därmed kommit närmare våra besökare.

Personalen poängterar att Familjecentralen är till för barnen och deras föräldrar.

– Det går bra att fråga om det mesta. Allt från oro kring barnets hälsa och utveckling till olika vardagsproblem. Hos oss finns flera olika yrkesgrupper som arbetar tillsammans för föräldrarna och barnens bästa. Hur vår verksamhet ser ut beror till stor del på barnfamiljernas behov.

Redan dagen Familjecentralen öppnar är det full fart. Barn i olika åldrar leker med varandra och föräldrarna är mycket nöjda

över de nya lokalerna.

– Kul med nya lokaler, säger Sara, som är på besök med sin son Oliver på Öppna förskolan. Min son ska börja på förskola inom kort och det här är ett bra sätt att få träffa andra barn och vänja sig vid att vara från sin mamma en stund.

En trygg plats att gå till och få hjälp med allt som rör barn och föräldraskap. Uppdraget är att främja en god hälsa hos barn och föräldrar.

– Genom våra nya, fina och ändamålsenliga lokaler har vi fått förutsättningar att göra ett bra jobb tillsammans, alla vi som arbetar på Familjecentralen i Oxelösund, avslutar Sara Karlsson och hälsar nya och gamla besökare välkomna till Södra Malmgatan 16 och den "nya" Familjecentralen i Oxelösund.



Det är vi som jobbar på familjecentralen i Oxelösund. Bilden till vänster, övre raden från vänster: Annika, förskollärare, Terhi, barnmorska och Sara, föräldrastödjare. Undre raden från vänster: Eva, BHV-sköterska, Eva, undersköterska och Lina, BHV-sköterska.

Bilden ovan från vänster: Linnea och Linnea, barnmorskor.



Välkommen till din naturliga matvarubutik!



Handla online - vi förenklar din vardag

Du vet väl att du kan beställa dina varor online hos oss! Det är enklare än du tror.

- Gå in på vår hemsida och tryck på knappen "Börja handla".



- Sedan är det bara att följa instruktionerna.
- Beställ dina varor senast 23.59, så kan du hämta varorna dagen efter, måndag-lördag.
- Eller beställ hemkörning, så kommer vi till er med varorna.



Handla online - lika smidigt och enkelt för alla - privatpersoner som företag.

Passa på att handla när du har några minuter över.

- På tåget hem
- På uteplatsen
- Hemma hos kärleken
- I baksätet på bilen

Har du några frågor kring att handla online - kontakta oss på online.oxelosund@kvantum.ica.se

/Jesper
Ansvarig onlinehandel
ICA Kvantum

Gilla oss på facebook: www.facebook.com/icakvantumoxelosund
Följ oss gärna på Instagram

ÖPPETTIDER I OKTOBER
MÅN-FRE LÖR-SÖN

7-21 8-21

ICA KVANTUM
OXELÖSUND
En riktig mataffär