

MAGAZINET

Nyköping-Oxelösund

Att leva & verka i möjligheternas region

Januari 2021



Nyfiken på

Andreas Nord

Om fina dansminnen och att gilla läget

**År 2020 är äntligen till ända och vi har, i skrivande stund, just påbörjat ett nytt år. Sällan har vi väl varit så glada att få lägga ett år till handlingarna. Fjölåret bjöd sann-
ligen på sorg och utmaningar utan dess like för många av oss. Frågan är nu bara vad vi har att vänta oss av år 2021?**

Kanske ligger svaret i just ordet "vänta". Det är ju något vi fått vänja oss vid nu, att vänta. Att ge oss till tåls och se hur saker och ting utformar sig. Att kontrollen över våra egna liv just nu ligger någon annanstans än i våra egna händer. Jag kände, som många andra, stor frustration under förra året. Frustrationen finns förvisso kvar, men den har fått sällskap av, till och med överskuggats, av någon form av acceptans och "gilla läget"-känsla. Det var nog helt och hållet nödvändigt för att behålla någon form av energi. Man kan inte leva hand i hand med frustration, oro och upprördhet hur länge som helst. Det leder sällan till goda ting.

Istället får man försöka att gilla läget. Är det inte ett lustigt uttryck egentligen? "Gilla läget". Vi vet ju alla den egentliga innebörden av orden, men det är ju sällan man faktiskt gillar läget när man säger sig göra just det. Oftast handlar det ju om, som nu, en negativ situation som man inte kan göra något åt men måste acceptera. Att försöka hitta något ljus i det mörka. Och det är väl med den känslan vi får inleda det nya året. Med försiktiga förhoppningar om att det här året trots allt blir bättre, om inte nu direkt så i alla fall senare.

Det har funnits gott om tid till reflektion under jul och nyår. Eftersom jag har uppnått en (åtminstone relativt sett) ansevärd ålder finns det gott av gamla minnen sparade i medvetandet. Och det är lustigt hur hjärnan fungerar, vad den väljer att plocka fram och när. Kanske har det att göra med alla inställda evenemang år 2020, vem vet, men ett kärt minne som varit återkommande den senaste tiden är faktiskt något så "udda" som danskvällar på Träffen i Nyköping.

Lite bakgrund för den som inte vet: För cirka 15-20 år sedan drev jag verksamheten på Träffen tillsammans med goda vänner och kollegor. Danskvällarna var en tradition vi fick "ärva" av kommunen när vi tog över. Eller tvingades ärva är nog mer korrekt, för som jag minns det var varken jag eller mina kompanjoner särskilt sugna på att bedriva just dansverksamhet. Det kändes till en början mer som ett måste, för inte kunde vi ställa in danskvällarna. Det hade ju alltid varit dans på Träffen! Vi insåg rätt snart att det också skulle få fortsätta vara det, om vi inte ville möta ett ramaskri från den lokala danspubliken.

Så vi gillade läget och körde på med danskvällarna. Varje fredag under vår och höst rullade de på. Och varje fredag kom den trogna danspubliken och svängde sina lurviga. Få gäster var så engagerade och hängivna som danspubliken – och detsamma gällde dansbanden. De som kuskade land och rike runt i sina turnébussar för

att sprida glädje i danslokaler över hela Sverige. Alltid glada och ödmjuka. Jag har faktiskt aldrig träffat på en dansbandsmusiker med dålig attityd, och då blev det ändå rätt många möten under de år vi hade Träffen.

Danskvällarna blev snart, till min förvåning, en av veckans höjdpunkter. Det var lättjobbat, trevligt och givande på alla sätt. Det var sällan bråk eller fylla utan nästan enbart glädje och lättsamhet. Kvällarna gick enligt ett förbestämt schema som alla – gäster, personal och vakter – var väl införstådda med. Kvällen inleddes med supé för dem som önskade på hyllan intill dansgolvet, sedan var det dans, paus med fika i den angränsande lokalen Hjorten, dans igen, sedan stängning klockan 01, varpå en drös svettiga och nöjda människor vällde ut från Träffen. De stannade bara upp helt kort för att avnjuta en korv med bröd, flinkt serverad av representanter från den lokala innebandyförbundet, på vägen ut.

Mestadels var det samma dansband som återkom, de rullade på som enligt ett noga uträknat schema under säsongerna och vi lärde oss snart vilka band som drog mest publik. Vid några tillfällen dök "storbanden" upp, de som förvisso föll in under kategorin dansband men som i verkligheten var mer popstjärnor. Ett mycket levande minne är när vi hade Barbados på scenen och Träffen fylldes till bredden. Över tusen besökare hade vi den kvällen, en stor siffra med tanke på att danskvällarna normalt hade ett snitt på femhundra eller däromkring. Dansgästerna var dock inte särskilt nöjda, eftersom de fick trängas på dansgolvet med skrikande ungdomar som ville komma så nära Magnus Carlsson som det bara gick.

Ett annat minne är när vi, med kort varsel, bokade in en spelning med giganterna Thorleifs. Om jag minns rätt råkade Träffen ligga perfekt placerat mellan två andra spelorter och därför tänkte de att de väl lika gärna kunde stanna till på Träffen också och "spela på dörren" – alltså dela på de entréintäkter som blev istället för det vanliga gaget – om vi ville ha dem? **Det ville vi såklart.** Jag minns inte hur många gäster vi hade den kvällen, men något jag minns med stor värme är mötet med Thorleif Torstensson sent på kvällen efter spelningen när vi sammanstrålade på mitt kontor för att göra upp finanserna. Han var artig, ordningssam och försynt och hade tydligt båda fötterna kvar på jorden trots bandets mångåriga framgångar. Jag är glad att jag fick tillfälle att träffa honom.

Så var det ju det där med minnets lustiga funktion. När jag skriver detta är det bara ett par dagar sedan vi nåddes av beskedet att Thorleif avlidit i sviterna av Covid-19. Hur kommer det sig egentligen att jag en kort tid innan detta tragiska besked får upp minnesbilder av den där kvällen på mitt kontor för länge sedan? Säg det. Men det var med sorg i hjärtat jag tog emot beskedet.

Annars är det mycket minnen med gemenskap i olika form som kommit till liv igen. Det är väl bristen på detsamma just nu som ligger bakom. Jag saknar att

på ett enkelt sätt få umgås med familj och kompisar. Att kunna träffas utan större eftertanke för ett möte, oavsett orsak. Jag tänker på min barndom när gemenskapen alltid fanns utanför dörren och hur vi tog det för givet att det alltid skulle finnas där. Hos grannungarna, bland skolkompisarna och i föreningslivet.

Det gör mig ont att se hur många lokala föreningar som har det svårt nu. De är en så viktig del av samhället. I föreningsidrotten finns glädje och gemenskap för en liten peng eller till och med gratis i vissa fall. Jag vill uppmuntra dig som läser att höra av dig till den förening som du har närmast hjärtat och bidra med pengar och/eller engagemang om möjligt. Gör även dina lokala politiker uppmärksammade på frågan så att föreningsidrotten får en plats på agendan inför nästa val. Tillsammans kan vi se till att det finns en levande föreningsverksamhet kvar lokalt när pandemin och dess konsekvenser har lagt sig!

Några nyårslöften har det inte blivit i år. Men jag har gjort en deal med mig själv om att ta hand om mig själv ännu bättre i år. Bättre kostrutiner, träning och rörelse i lagom mängd och försöka gå ner några kilo för ryggens skull. Och om eller när det är möjligt igen – se till att njuta av umgänge och gemenskap med goda vänner. Låt oss aldrig mer ta det för givet.

Jag önskar dig en God fortsättning på det nya året 2021. Och som alltid – var rädda om er!

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: 28 februari

På omslaget: Andreas Nord

Omslagsfoto: Hanna Maxstad

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.

500 KR RABATT

Stort parti märkesbågar från William Morris

GREAT BRITISH EYEWEAR
WILLIAM MORRIS | LONDON



KOSTNADSFRI SYNUNDERSÖKNING!

Alltid vid köp av kompletta glasögon. Värde 395 kr.

EXTRA GLASÖGON PÅ KÖPET

**SPARA
2290:-**



Vid köp av progressiva glasögon bjuder vi på ett extra par läs-, avstånds- eller solglasögon i dina styrkor samt kostnadsfri synundersökning.

Värde 2290 kr inkluderar synundersökning 395 kr, båge upp till 595 kr, samt enkelslipade glas med färg eller reptålig yta 1300 kr.

Mer information i butiken.

SÄKRARE MÖRKERKÖRNING MED FORMULA 2 DRIVE



Kör du bil i mörker har du säkert upplevt reflexer i glaset eller starkt ljus från medtrafikanter som negativt. I bästa fall är detta bara lite störande men i värsta fall blir man förblindad en stund.

Med Formula 2 Drive filter skärps kontrastseendet genom en svag toning av glaset, dessutom minskar restreflexerna i glaset. Upplevelsen är ett mycket mer avslappnat seende.



**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 **Andreas Nord**

Han är musikläraren som sadlade om och blev mäklare. Andreas Nord växte upp i Forssjö utanför Katrineholm.

- I Forssjö pysslade de flesta ungdomar med någon form av sport, främst fotboll, den andra "falangen" ägnade sig åt motorer och mekande med mopeder. Jag hamnade mitt emellan allt det där, accepterad av båda läger, men ej hängiven något av lägren. Jag hittade ganska snart min grej som var musiken. Tror att alla som var i min omgivning på mitten av 80-talet kunde skriva under på att jag var ett energifullt och mycket kreativt barn.

Saxofon blev Andreas instrument.

- Jag började spela saxofon när jag var 10 år och ganska snart gick det upp för mig att det här var grejen för mig. Blev den yngsta medlemmen i Katrineholms Musikkår genom tiderna (12 år). På 1:a maj när vi skulle gå och spela marschmusik så fick min uniform sys om. Intresset för musik bara växte sig allt starkare och under högstadiet var jag säkert med i 5 olika band och spelade.

Andreas har alltid haft ett stort intresse för affärer och entreprenörskap.

- Intresset för affärer och att göra affärer har funnits med hela tiden. Jag anlitas ofta som hjälpreda eller person som man rådfrågade när man skulle byta instrument. Jag stod ofta över disken och köpslog med Tom i Nyköpings musikaffär om priser på inlämnade instrument och mellanskillnader som skulle erläggas. Det händer något när pengar ska byta ägare som intresserade mig tidigt.

Yrkesvalet var klart i tidig ålder.

- Jag var oerhört inställd på musiker tills jag var drygt 25 år.

Utbildning och den tidiga yrkeskarriären dominerades av musik.

- Under hela 90-talet ägnades all vaken tid åt musik och musikstudier. Jag har gått musikgymnasium i Norrköping, Bollnäs Folkhögskola och Musikhögskolan i Örebro på Saxofon. Parallellt med alla studier så spelade jag i massor olika band i diverse olika sammanhang. Allt växte och blev mer och mer seriöst.

Andreas pappa hade andra planer för sin son.

- Min pappa skolade om sig från kamrer till Fastighetsmäklare i slutet på 80-talet. Pappa inledde väldigt tidigt en slags övertalningskampanj att jag borde göra samma sak. Jag sa konsekvent och bestämt nej i 15 års tid. Men så en dag.... Jag och min fru var på visning av ett hus och plötsligt säger mäklaren för huset (som kände mig flyktigt) - Andreas, vill inte du börja jobba hos mig och kanske utbilda dig till mäklare? När detta erbjudande och idé kom från annat håll än från min egen pappa så lyssnade jag och jag hörde mig själv säga: - Ja kanske det...

Nu fick Andreas ta ett snack med sin pappa.

- Efter några veckor så meddelade jag min pappa att vi skulle bli konkurrenter. När jag lagom blev klar med utbildningen så sökte Fastighetsbyrån franchisetagare i Katrineholm. Jag kontaktade huvudkontoret och berättade att jag var mannen de sökte. Blev kallad på intervju. Efter många och långa samtal landade allt i att jag fick franchisen för Katrineholm, Vingåker och Flen med villkoret att den förste jag anställer är min pappa och sätter honom på kontoret i Flen. Sagt och gjort min pappa blev anställd som nr 1 på Flenskontoret, och ett febrilt sökande efter mäklare till Katrineholmskontoret drog igång. Förutom att anställa min egen pappa så förband

jag mig även att vara marknadsledande på orten inom 3 år. Jag lyckades med den bedriften.

Pappa gick i pension efter några år, men jag var faktiskt hans chef i sex år. Har varit verksam inom Fastighetsbyrån sedan 2006 och är sedan april 2020 franchisetagare för Nyköping/Oxelösund tillsammans med Anders Wallen (gammal räv på orten.)

Ansvarig för Fastighetsbyråns kontor i Katrineholm och nu även i Nyköping.

Berätta om dig själv som entreprenör och företagare. Vad är det viktigaste att tänka på som entreprenör?

- Laget! Jag älskar att vara med och bygga lag som vinner. Min styrka är definitivt att coacha och leda andra människor, den talangen är större än att vara mäklare och det är även det jag brinner för. Att vara framgångsrik mäklare är förknippat med hårt och målinriktat arbete, det finns inga genvägar eller quick fix. Även om mäklaryrket är ett "ensamjobb" så blir utväxlingen påtaglig om man ingår i ett lag som arbetar mot samma mål tillsammans. För att det ska lyckas krävs ledning och en ledare, jag gillar denna roll och känner mig uppskattad. 2017 blev jag faktiskt utsedd till årets ledare av Fastighetsbyrån. Att vara verksam på mindre orter som Nyköping och Oxelösund ställer på många sätt högre krav på en mäklare än om man jämför med ex. Stockholm. Du kan inte gömma dig, folk vet ganska snart vem du är och vad du går för. Jag har ett järngång idag, det finns båda gamla erfarna rävar och nya unga hungriga och oerfarna. Mixen är perfekt och jag känner att jag har en funktion att fylla som ledare. Laget kommer att gå mot seger, finns inget annat.

Hur ser du på boendemarknaden i Nyköping och Oxelösund?

"Jag älskar att vara med och bygga lag som vinner"

- Vi har en ljus framtid framför oss, både vår geografiska placering och prisbilden vi har på orterna borgar för en ljus framtid. Jag tror att priserna kommer att fortsätta sakta men stabilt uppåt på båda orterna.

Personliga egenskaper i övrigt. Du verkar gärna prova på olika saker?

- Jag tillbringar mycket tid i svenska fjällen. Har en stuga i Lofsdalen. I Lofsdalen tillbringar jag de flesta av mina ledigheter, det åks snöskoter, längdåkning, slalom och bräda. Jag har en stor familj, fyra barn och två bonusbarn med en spridning från 7 till 24 år. Jag är gift med Jenny sedan 2013, vi har sonen William, 7 år, gemensamt. Vi bor i en stor villa utanför Katrineholm, barnens fritidsintressen och aktiviteter har ju medfört att man fått en god inblick i....fotboll, bandy, hästridning, kulturskolans verksamheter och så vidare.

Kan du avslutningsvis berätta något mer spännande om dig som person?

- Jag äger 4 snöskotrar och en snöslunga och har varit med och vunnit Melodifestivalen, spelade saxofon på Martin Stenmarks vinnarmelodi Las Vegas.



Familjeföretaget TB Bil



TB Bil har flyttat in i nya lokaler på Oldenburgs Allé i Hemgården.

TB Bil är familjeföretaget som grundades 1993 i Norrköping och har sedan 2018 etablerat sig i Nyköping. Vi har sedan starten funnits i tillfälliga lokaler på Gumsbacken, men nu har vi äntligen flyttat till vår helt nya anläggning i Hemgården på Oldenburgs Allé.

TB Bil drivs och ägs idag av andra och tredje generationen Berglund. Mattias är VD och Philip servicemarknadschef, son och barnbarn till grundaren Tommy Berglund.

- Vi värnar om vår personal och våra kunder, här finns en familjär känsla och vi arbetar hela tiden efter att våra kunder ska få ett "ovanligt bra biläggande" oavsett om de besöker oss för att köpa en bil eller serva den. Det känns fantastiskt att vi trots dessa tuffa pandemitider har satsat och byggt en helt ny anläggning. Vi har inte behövt permitterat någon, istället har vi sedan december utökat personalstyrkan med ytterligare två säljare, Emil Moberg och Abdu Damra, en servicerådgivare, Karl Österholm och en tekniker, Tobias Eriksson, berättar Philip.

Nu har vi varit i Nyköping ett par år och märker att våra kunder kommer tillbaka till oss vilket är jättekul och ett betyg på att våra kunder är nöjda med oss på TB Bil och Kia. Magnus Björn, platschef och Jan Erlandsson, verkstadschef på TB Bil i Nyköping berättar vidare om flytten.

- Vi ligger nu i ett område intill flera bilhandlare och det blir som ett bilmekka här vilket vi ser som positivt, säger Magnus.

Jan berättar att TB Bil nu blir en fullserviceverkstad vilket betyder att vi inte enbart säljer reservdelar, servar och reparerar bilar utan även nu kan erbjuda tjänster som bland annat stenscottslagning, vindrutebyte och hjulförvaring. Vi ligger nära centrum men fortsätter självklart med lånebilar och lånecyklar till de som lämnar in sin bil hos oss.

TB Bil är auktoriserade återförsäljare och verkstad för Kia i Nyköping och kan glädjas åt att Kia för fjärde året i rad är Sveriges tredje största bilmärke.

Kia Sverige summerar ett framgångsrikt 2020. Av alla nyregistrerade bilar var 32 procent laddbara, men för Kia var den andelen nästan den dubbla: 61 procent. Under december månad var hela 90 procent av Kia-registreringarna laddbara bilar.

Kia ligger i framkant när det gäller elektrifiering och satsningen fortsätter under 2021 där nya sjusitsiga och fyrhjulsdrevna familjesuven Kia Sorento Plug-In Hybrid lanseras i slutet av första kvartalet. Senare i år lanseras även en helt ny dedikerad elbil med lång räckvidd och möjlighet att snabb-ladda tack vare 800 V-teknik.

Sara Örqvist är marknadsansvarig på TB Bil och ser fram emot att öka kännedomen kring TB Bil och Kia i Nyköping.

- Vi har smygstartat under januari i vår nya anläggning för att se så allt fungerar, men från och med nu och under hela februari är det äntligen dags för vår invigningsmånad med attraktiva kampanjer vilket känns otroligt kul och spännande!

- Även om vi enligt restriktionerna kan välkomna upp till så mycket som 140 besökare samtidigt vill vi på grund av pågående pandemi sprida ut invigningen under en hel månad istället för att skapa folksamling i dessa tider under en specifik invigningshelg. Det blir en annorlunda invigning jämfört med hur det brukar vara, men vi ser fram emot att både vi och våra kunder kan njuta av det nya i lugn och ro på ett tryggt och säkert sätt! De kunder som är i riskgrupp kan självklart kontakta oss för att ta del av våra invigningskampanjer och hitta en lösning som passar båda parter. Vi har från och med i år även utökat våra öppettider, så nu har vi öppet alla dagar i veckan, vilket vi är först ut med i Nyköping!

Vi står nu väl redo och hälsar alla varmt välkomna att fira vår nya anläggning under hela februari månad på Oldenburgs Allé i Hemgården, avslutar Sara.

satsar vidare i Nyköping

Välkommen till vår nya fullserviceanläggning!



Säljavdelningen från vänster; Fidan Ferizi, Abdu Damra, Johan Rising och Emil Moberg.



Serviceavdelningen från vänster; Johan Nylander, Karl Österholm och Åsa Karlsson

Vi firar vår nya
bilhall i Nyköping



INVIGNINGSERBJUDANDE

Kampanjränta på **1,95%**

Vi bjuder på första servicen



Ceed SW Plug-In Hybrid
Advance

KAMPANJPRIS FR: 316 900 KR

Rek. ca pris fr. 341 900 kr

Avdrag för klimatbonus 39 294 kr ej inräknat**

Den 30 januari inviger vi vår nya bilhall på Oldenburgs Allé 8

Det firar vi med ett ränterbudande på 1,95%* och bjuder alla som köper en ny, valfri Kia på den första servicen! Välkommen in och provkör och ta del av våra fina invigningserbudanden.

TB BIL
I NYKÖPING

Oldenburgs Allé 8

Må-fr 9-18, lö 10-15, sö 12-15
Tel 0155-460670, www.tbvil.se

Erbjudandena gäller registrerade bilar t.o.m. 28/2 2021 eller så långt lagret räcker. *Ränterbudande 30/1-28/2 2021: 1,95%, 20% kontant/inbytesbil, avi- och uppläggningsavgifter tillkommer. **Exklusive klimatbonus som beslutas och utbetalas av Transportstyrelsen. För mer information se transportstyrelsen.se. Bränsleförbrukning blandad körning Ceed SW Plug-In Hybrid-XCeed Plug-In Hybrid 1,3-1,7 l/100 km, CO₂-utsläpp 29-38 g/km enligt körcykeln WLTP. Bilarna på bilden kan vara extrautrustade. Med reservation för eventuella tryckfel.



Välkommen in till oss!

Varför inte prova ett digitalt möte?



Fastighetsbyrån



Fastighetsbyran.se

**TUR
TIMMEN**

Står du i kassan när klockan ringer?

Klockren tävling mellan 12.00-13.00
sista söndagen i månaden hela året.

Vinn varor till ett värde av max 500kr
Se mer om tävlingen på vasterport.com

REA!

50 % rabatt på allt i butiken.
Välkommen in!



Bagaregatan 33, NYKÖPING

GUBBIEN VID STAKIET

Huset och området vid Västra Storgatan 40 i Nyköping förekommer rätt ofta i sociala medier. Att döma av kommentarer till bilderna tycks många komma ihåg "Gubben" som ofta stod vid staketet vid huset och iakttog trafiken på Storgatan. Många personer, kända och okända, stannade ofta för en pratstund. Han tycktes gilla att prata med de poliser som den här tiden även hade fotpatrullering utmed Storgatan. Kanske var det inte bara morfar som uppskattade samtalen då poliserna fick ett avbrott under en kanske ganska tråkig patrullering.

"Gubben" – ja, det var faktiskt min morfar Bengt Hansson, född år 1879. Han bodde på nedre boten med fönster mot Storgatan. Dit hade han flyttat under tidigt 1950-tal efter att hans fru Charlotta gått ur tiden. Jag började redan i sjuårsåldern besöka morfar, vilket ofta hände flera gånger i veckan. Och senare i tonåren när man började vara ute på stan var det lätt att titta in till honom, om det så bara var för en kort stund, när man ofta gick utmed Storgatan.

Våra samtal handlade om allt möjligt.

Själv ville jag höra hur det var när han var ung i slutet av 1800-talet. Lika intresserad var han att höra hur det nu var. Idrott var ett annat samtalsämne, framför allt om det rörde sig om fotboll, och då särskilt om Nyköpings AIK. Han tillhörde lagets verkliga supportrar och såg

mängder av lagets matcher på Folkungavallen. Vid bortamatcher följde han ofta med i spelarbussen!

Djur och natur var ett annat intresse hos morfar, och då särskilt fåglar. Vid sin kolonistuga på Hället var han ofta under odlingsäsongen. Även där var jag ofta på besök. Men det var inte bara besök då han gärna ville ha hjälp med det som behövdes göras i "trädgården". Han var noga med att allt skulle vara fint, så ibland var det bara att göra om – till exempel om man dragit potatisårdern alltför snett!

Morfar blev medlem i Handels år 1925. Under år 1936 upptäckte han en skräpig tomt vid Brannäs i Oxelösund. På tomten hade han ambitioner att få till ett semesterhem för handelsmedlemmar. Han blev därför en tid "proffstiggare" och tiggde pengar hos alla han kom

*"Två fingrar begrav –
Tages in – Njutes –
Tages ut –
Säges smaka gott,
min vän!"*

semesterhem för handelsmedlemmar. Han blev därför en tid "proffstiggare" och tiggde pengar hos alla han kom



Huset där morfar bodde på Västra Storgatan 40 i Nyköping.

åt, både företag och privatpersoner. Redan år 1937 blev hans ansträngningar förverkligade och huset stod klart. Sjuttionio år senare (år 2016) besökte jag platsen och fick veta att hus och tomt kommit i privat ägo till ett pris på dryga 5 miljoner kronor. Undrar just vad morfar skulle ha sagt om det i idag?

Morfar hade ett stort antal gamla "silvermynt" som han förvarade i en glasburk. Bland mynten var hans favoriter en 1-krona och en 2-krona från hans födelseår som var 1879. Jag blev också intresserad av mynt efter att jag vid flera tillfällen fått undersöka



Morfars dörrskylt

hans samling. När jag sedan var 13-14 år, fick jag en 1-krona som var präglad med mitt födelseår, 1946! Detta fick samtliga barnbarn, med sina respektive födelseår givetvis.

Ibland gick jag ärenden åt morfar, bland annat till Svenssons cigarraffär



Dags att boka in tid för beskärning av buskar och träd. Ring oss idag!

VETERANPOOLEN

0155-40 04 09 | nykoping@veteranpoolen.se

på Storgatan för att hämta snus som han beställt. Snuset levererades i lösvikt i ett blått paket där innehållet kanske motsvarade tio dosor. När han sedan hade fyllt snusdosan knackade han alltid på locket och sa "Två fingrar begrav - Tages in - Njutes - Tages ut - Sägese smaka gott min vän!"

Som tack för ärendena fick jag ibland pengar att köpa en korv med bröd och mos, en "specialare", i korvståndet mitt emot dåvarande Tempo på Slottsgatan. Långt senare läste jag i Södermanlands Nyheter att det var sportjournalisten Ragnar Larsson (med signaturen "Arla") som var den första som kallade det för "specialare". Kanske var han bara först med det i Nyköping? Åta specialaren fick jag dock inte göra förrän jag kom hem till morfar. Måne var det för att våra samtal skulle fortsätta.

Morfars körkort har en särskild historia. Som ung hade han anställning på Svärta Gård där han bland annat skötte och servade de alltmer moderna jordbruksmaskinerna. En dag hade herrskapet på gården, som de första i bygden, köpt en automobil. De frågade morfar om han kunde köra bil. Han svarade, kanske lite väl självsäkert, att det kunde han! Under första turen gick det dock inte så bra, men efter lite bortförklaringar om att bilen var "konstig" lärde han sig. Det blev sedan många bilturer med herrskapet.



"Findosan" som morfar fick år 1929.

En dag när fjärdingsmannen* var på besök på gården blev morfar beordrad att köra honom hem. Detta gjorde morfar nervös, för redan på den tiden krävdes ett slags körkort för att köra bil, vilket han inte hade. När fjärdingsmannen sedan gick ur bilen efter skjutsen sa han till morfar att "Hansson"

skulle komma till hans kontor dagen därpå. Nu blev morfar ännu mer nervös! Han började fundera på vilka böter det var på att köra bil utan körkort.

När morfar sedan kom till kontoret fick han höra av fjärdingsmannen att "Hansson" minsann ska få ett körkort, eftersom han körde så bra! Varför han fick körkort utan några som helst prov kan man bara spekulera i. Hade det kanske något att göra med fjärdingsmannens täta kontakter med herrskapet? (Ovanstående historia är en kortare del mot vad som finns i Svärta-Krönikan, år 2017)

I unga år ville jag köpa en knallpulverpistol men fick inga pengar hemma, varför jag gick till morfar. Han var ju alltid snäll mot mig, så naturligtvis skulle han väl "låna" mig pengar. Men till min förvåning sa han blankt nej, så i min besvikelse drog jag till med "Gubbjävel" åt honom.

Han fick fatt i min arm, tog sin käpp och drog ut mig på trappan utanför huset, där jag skulle få dask i baken! Men jag lyckades slita mig loss och



Myntet från morfars samling med "mitt" årtal.



Bengt Fredrik Hansson på sin 75-årsdag år 1954, och till höger den beryktade käppen.



höll mig borta någon timme innan jag sedan återvände och bad om ursäkt för vad jag sagt. Några år senare frågade jag varför vi skulle gå ut på trappan. Han berättade att ska man daska till ett barn ska man göra det helt öppet så att andra ser och förstår, att ungen gjort något sattyg. Kanske var det vanligt att göra så under 1800-talet?

En annan händelse som jag särskilt minns är då vi tillsammans gick över torget där en idrottsförening sålde lotter på en bil. Det kan ha varit AIK, eller kanske var det tillsammans med NSK och IFK.

Jag sa till morfar att vi skulle köpa en lott, men han var inte den som lade några pengar på något osäkert som lotter.

Men jag fortsatte att tjata på honom, ända tills vi nådde hans bostad där han helt plötsligt vände och vi gick tillbaka till torget. Där gav han mig pengar till en lott och jag valde ut en ur ett av lottblocken. Morfar skrev sitt namn i den del av lottblocket som

visade vem som köpt lotten. Några veckor senare kom representanter från lotteriet hem till honom och gratulerade honom till högsta vinsten, en ny Opel, som jag minns var värd cirka niotusen kronor! Morfar sålde bilen och satte även in en del av pengarna på en sparbanksbok som jag fick.

"Men eftersom han varen ordningens man ansåg han att 'kör man inte bil, då ska polisen ha körkortet!'"

Körkortet kom han att lämna in på polisstationen år 1960, då han var 81 år, fast jag bett att få det av honom. Men eftersom han var en ordningens man ansåg han

att "kör man inte bil ska polisen ha körkortet"! Jag minns att han svarade att jag däremot kunde få käppen..! Det var antagligen ingen underfundig satir, fast jag gärna vill tro det.

Min morfar fick ett långt liv och kunde bo kvar i sin bostad endast med lite hjälp av sina döttrar fram till år 1973, då han avled i en aktningsvärd ålder av 94 år.

*FJÄRDINGSMANNEN - DÅTIDENS "LOKALPOLIS"

Fjärdingsmannen kallades till vardags "fjärsmän" och var den som hjälpte kronolänsmannen med indrivning, vägtillsyn och polisärenden. Titeln tros ha funnits sedan 1600-talet, även om arbetsuppgifterna och befogenheterna har varierat. Omkring år 1850 blev det normalt med en "fjärsmän" per socken - om inte socknen var särdeles stor, då det kunde behövas två, eller ännu fler! I början av 1900-talet fanns det cirka 2800 fjärdingsmän i Sverige, och under 1900-talet kom fjärdingsmännen att utbildas till polismän. År 1954 blev den nya officiella titeln "poliskonstapel", men under en lång period fick de fortfarande heta "fjärsmän" på den svenska landsbygden.

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

arnexandersson@gmail.com



Vi behöver DIN HJÄLP!



Engagerade ungdomar i Skol IF. Från vänster; Gabbe, Lowa, Talal, Berina, Gustav.

Skol IF är inne på sista rondan

- ditt bidrag och engagemang gör skillnad!

Vi behöver din hjälp, och vi behöver den nu! I år står Nyköpings Skol IF inför stora nedskärningar när det gäller statligt bidrag från kommunen. En minskning med ungefär 80 % i jämförelse med fjolåret. Det innebär att vi förlorar resurser och har svårt att bibehålla vårt främsta syfte; att vara en förening för ALLA ungdomar i Nyköping. Tiden är knapp - bli en del av kampanjen och hjälp oss att överleva!

Nyköpings Skol IF - mer än idrott! Vi arbetar för att skapa en roligare och mer aktiv fritid, både på och utanför skolorna. I dagsläget finns det skolidrottsföreningar på alla högstadieskolor och två gymnasieskolor i Nyköping. Vår förening jobbar inte bara med idrott utan även med att öka tryggheten och erbjuda stöd och utbildningar för ungdomar.

Vi stärker framtidens ledarskap. Vi erbjuder utbildningar inom ledarskap och strävar efter att varje ungdom ska

ha många erfarenheter av att leda i både små och stora grupper. Vi hjälper till att ta fram fler ledare!

Vi bygger självkänsla. Att våga tro på sig och sina förmågor samt att våga misslyckas jobbar vi hela tiden med. Vi brinner för utmaningar och när vi ungdomar vågar ta för oss. Det är självkänsla på riktigt.

Vi uppmuntrar engagemang. Vi satsar på att ungdomar ska samla på sig kunskaper om styrelsearbete och föreningar i sig, vilket är användbart hela livet.

Vi lägger grunden för ett liv fyllt av idéer och drömmar. Alla våra arrangemang har blivit möjliga tack vare entreprenörskap genom våra kreativa idéer. Det är när drömmar och idéer blir verklighet som entreprenörskap är på riktigt.

Vi vill vara en positiv kraft i samhället. Tillsammans gör vi Nyköping till en bättre ungdomsstad genom integration, gemenskap, en aktivare fritid och där till en förbättrad skolgång och positiva förebilder.

ÅRSPLAN 2021 för Nyköpings Skol IF - en förening för ungdomar av ungdomar

Det här vill vi göra år 2021 om vi kan rädda ekonomin:

- **Utbildning** 80 ungdomar åk 8 med dagsläger och två dagars läger.
- **Utbildning** 25 ungdomar åk 9
- **Ledarskola** 15 gymnasieelever som sen ska ut som ledare i lokala föreningar.
- **Hyra hela Gumshallen** varje lördag kl. 15-18 för turneringar, spontanidrott och rörelse, målet är 100 ungdomar per gång.
- **Boda camp läger**, två fantastiska dygn med 10-kamper, bananbåt, spökvind och bra föreläsningar. Plats för 60 ungdomar.
- **Två större resor:** en skidresa till Romme med 225 platser (fullbokad) och en landskampsresa i oktober för 500 ungdomar.

- **Projekt Brandkärr**, varje lördagsförmiddag mellan 10-12 ska det vara massor av aktiviteter, detta tillsammans med Långbergs Skol IF och andra föreningar i Brandkärr. Målet är 100 ungdomar per gång.
- **Arrangera en ungdomsgala** där vi hyllar alla fina ungdomar i Nyköping, 200 personer.
- **Stor olympiad** tillsammans med Sörmlands Skol IF med 600 ungdomar från hela Sörmland.
- **Skoljoggen**, 1000 ungdomar i mellanstadiet.
- **Disco ball night**, 600 ungdomar från mellanstadiet.
- **Paintball**, 100 platser.
- **Bowling**, alla styrelser, 60 personer.
- **Beachvolleyboll turnering** 100 personer.
- **Cornhole turnering** 120 personer.

(Med reservation för rådande Covid 19-situation)

Dessutom vill vi finnas där och stötta alla Skol IF på respektive skola, som arrangerar omkring 6-8 aktiviteter per skola utöver de centrala arrangemangen.

Vi hoppas och tror att med er hjälp så kan vi få genomföra detta program för ungdomarna! Hjälp oss få de sista pusselbitarna på plats. Tiden är knapp - första veckan i februari överlämnas namninsamlingen till ansvariga politiker.

FRÅGOR OM SKOL IF?
Kontakta Leif "Dala" Dahlström.
070-722 04 19
daladahlstrom20@gmail.com

AKUT KAMPANJ - RÄDDA SKOL IF!

Kampanjen pågår januari ut

Vi har tagit fram fyra olika alternativ för dig som vill hjälpa oss:

1. Namninsamling
2. Stödmedlem
3. 100 kr/månad
4. Företagspaket

Läs mer på hemsidan:
www.nykopingsskolif.com

ETT HJÄRTLIGT TACK
till följande företag som redan är med i kampanjen:

Mats Boström AB
Met bygg AB
Strandstugeviken
Anderssons glas
Courtside
Casab
Grönqvist bygg
Kenta målaren
Motorkonsult
Svea internet
Grillfabriken
Idrottsförlaget Västerås
Vrena Boutique
Hardö Kultur
Sweatlab
Abeka
Forells
Svensk fastighets förmedling
Skandia mäklarna
Glasögonmagasinet
Boda Borg
Mediamix Event & Media
Piratreklam
Stena recykling
Flyttexperten
Scandic
Rhens gummi
Mat matte
Tankbar
NA Svensson
Arkitektkopia
Crecis consulting
Vittra skolan
OVK
TB bil
Mekonomen
Smarteyes
Ett Hem Måklari
Brothers
Johnells Skärholmen
Johnells Kungens kurva
Ica Supermarket Oppeby
Ica Maxi Nyköping
Sunlight
Rundgrens bygg
Pia Berg Coaching
Marin Vagn Fritid
Heda
Brunelius Måleri
Brunelius Färghus
Städarna Nyköping

Fler företag kan ha tillkommit efter tryckdatum - TACK till alla!



NYKÖPINGS SKOL IF
MER ÄN IDROTT

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

Kampanjpris från 205.900 kr
(ord. pris från 210.900 kr)

Flex Privatleasing från 2.645 kr/mån.

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



*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 31 mars 2021. Kampanjpriset gäller endast privatkunder och är giltigt t o m 31 mars 2021. 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.

INGA KOMPROMISSER

75 KM RÄCKVIDD PÅ EL. NYA TOYOTA RAV4 LADHYBRID AWD-i.

Nya Toyota RAV4 Laddhybrid AWD-i kombinerar ännu mer av allt - utan kompromisser! 75 km räckvidd på el. Låga CO₂-utsläpp från 22 g/km. Fyrhjulsdraft och imponerande prestanda med 306 hk. Självklart utrustad med Toyota Safety Sense. Och inte minst fortsätter den köra som en elhybrid när laddhybridens räckvidd tar slut.

Pris från 499.900 kr

Flex Privatleasing från 5.245 kr/mån

Välkommen in och provkör!

SYSTEMEFFEKT 306 HK	BRÄNSLE- FÖRBRUKNING 1,0 L/100 KM	22 CO ₂ G/KM	ALLTID AWD-i
LÅG FORDONSSKATT 360 KR/ÅR	ALLTID AUTOMAT	TRYGGHET MED FAST RÄNTA FLEX PRIVATLEASING	MEG FLEX PRIVATLEASING 1.500 MIL/ÅR



Körsträcka på el beroende på batteriladdning och körförhållanden. Den beräknade körsträckan är upp till 75 km på EV-läge under mätcykeln WLTP. Bränsleförbrukning och koldioxid (CO₂) kan bli högre eller lägre beroende på bl a utrustning, körsätt och körförhållanden. Finansiering via Toyota Financial Services: 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. Klimatbonus är inkluderad i Flex Privatleasing-kalkyl och betalas ej ut till slutkund. Nuvarande leasingkostnad inkluderar klimatbonus och förutsätter registrering innan 31 mars 2021. Hör med din närmaste Återförsäljare angående leveranstid. Om utbetalning uteblir eller ändras påverkas månadskostnaden. Läs mer på www.transportstyrelsen.se. Flex Privatleasingerbjudandet gäller t o m 31 mars 2021. Priset gäller t o m 31 mars 2021. Priset är ett rek. ca-pris från generalagent, lokala avvikelser kan förekomma. Miljöklass Euro 6.2. Med reservation för avvikelser, prisändringar och tryckfel. Bilen på bilden kan vara extrautrustad 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

Ett populärt sommarläger

Åren 1952-62 arrangerade Nyköpings AIK:s ungdomssektion läger vid Strandstuguviken. Första året deltog ca 50 ungdomar för att tillbringa en härlig sommarvecka i den sköna naturen vid en vik av Östersjön. Men lägret visade sig populärt och resterande år kunde man räkna in ca 100 deltagande ungdomar per år. Ungdomar samlades till olika aktiviteter, bad och ett underbart friluftsliv i ett gott kamratskaps tecken. Ett minne för livet för de deltagande ungdomarna, något som många också vittnat om senare i livet.

Initiativtagare

Initiativtagare var Ludde Dahlström. Han hämtade idén från sin uppväxt i Värmland och Sunne. När Ludde var i 12-14-årsåldern tillhörde han Sunnes Missionsförsamling som arrangerade läger för sina ungdomar ett par mil utanför Sunne. Detta hade han i åtanke när han kom till Nyköping och blev bas för NAIK:s ungdomssektion. Ludde startade lägret och var lägerchef 8 av de 10 åren.

Många hjälpte till

Självklart hade Ludde hjälp av många goda medhjälpare som exempelvis Per Johansson, Sigurd Larsson, Sven Larsson, Stig Åberg, Bengt Jonsson, Stig Levenhagen, Ingemar Runlind, Åke Bergkvist och Lennart Pettersson. Tält och kokvagnar lånades från F 11. Ett provisoriskt kök byggdes och råvaror hämtades från Nyköping och lagades i ordning av ett team damer, Efra Andersson, Eva Åbrink, Mary Anne Jonsson, Maj Britt Pettersson, Gerd Johansson och Maud Bergkvist. Ett styvt jobb att dagen lång förse hundratalet hungriga ungdomar med mat som tillagades i ett provisoriskt fältkök.

Dagordning

Lägerdeltagarna hade fullt upp och somnade säkert gott i armétälten från F 11 när kvällen kom. **Så här såg ett dagsprogram ut:** 07.30 Revelj, 07.45 Morgongymnastik, 08.00 Flaggan hissas, 08.05 Morgontoalett, 08.30 Frukost, 09.30 Fotboll, 11.30 Bad, 12.30 Lunch, 13.30 Bad, 14.30 "Modern" Femkamp, 17.00 Middag, 18.00 Friidrott, 20.00 Saft och Bullar, 21.00 Flaggan halas, 22.00 Taptö.

Mellan de olika aktiviteterna avlades prov för Svenska Fotbollsförbundets Guld, Silver och Bronsboll, där deltagarna fick visa upp prov på både på teknik och snabbhet med boll. Bland ungdomarna kunde man spåra många fina idrottsämnen. Fredagskvällen avslutades lägret med en fotbollsmatch mellan ett lägerlag och ett lag bestående av föräldrar med förstärkning av några gamla NAIK-lirare. Efter matchen gick man ner till stranden där lägerbål och olika former av underhållning vidtog. Festligt och högtidligt.

Många profiler bland deltagarna

Sångaren **Lalla Hansson** var i Nyköping och hälsade på släkten när han var ung - en av hans kusiner, Maud Larsson, anmälde honom till lägret. - Jag var med två år, 1955 och 1956, har Lalla berättat. Han minns bland annat hur Lennart "Idolen" Eriksson la upp taktiken vid frisparkarna. - Lennart sa att jag skulle ställa mig på målvaktens fötter så skulle han lägga upp bollen i nättaket, vilket också skedde... Förutom denna bedrift gjorde Lalla debut runt lägerelden genom att riva av några låtar av



Sigurd Larsson, Ludde Dahlström och Stig Åberg går igenom dagens program.

dåtidens idoler, Elvis Presley och Bill Haley. Det här var långt innan han 1971 blev känd med låten "Anna och mej".

Lennart Eriksson blev idol för var och varannan Nyköpingsbo. Efter spel i IFK Nyköping gick han till allsvenska Hellas och slog igenom. Det blev 111 landskamper och 1968 korades han till "Världens bästa handbollsspelare". Lennart var även en duktig fotbollsspelare och spelade i NAIK:s div III lag i början av 60-talet. Oklart om han praktiserade sin frisparksvariant även här...

Caj Hjelm, en annan välkänd idrottsprofil i Nyköping var med på lägren under fem år och har sagt att lägren utan tvekan tillhörde hans finaste barndomsupplevelser.

- Vilken härlig miljö, gott kamratskap och fina ledare, lägren betydde mycket för mig. Man fick verkligen lära sig vad gott kamratskap betyder i livet, lär Caj ha sagt.

Kärleken blomstrade under lägret

Strandstuguvikslägret bidrog även till att kärleken blomstrade och man kunde finna en livskamrat. Bland kökspersonalen fanns en tjej som hette Maud Andersson och bland ledarna en grabb som hette Åke Bergkvist. Strandstuguvikslägret förde de två tillsammans. Om det var på fotbollsplanen eller i trossen det sa "klick" berättar inte historien. Men hur som helst bidrog lägret till en livslång relation, och förhoppningsvis har Maud och Åke berättat för sina barnbarn historien om hur de träffades en gång... för länge sedan.

Lägret blev ett minne för livet

Att lägret vid Strandstuguviken var ett uppskattat initiativ från Nyköpings AIK och Ludde Dahlström har många vittnat om på ett mycket övertygande sätt. Många är de berättelser som deltagarna låtit berätta från lägren. Alla ljusa minnen över en lycklig tid i sin barndom. Kamratskap, att sova i tält, alla aktiviteter ute i friska luften, bad och lära sig att fungera och ta hänsyn i en större grupp. Man kan inte låta bli att undra om det inte skulle vara en verksamhet och upplevelse som dagens ungdomar också skulle må bra av, och ta med sig som en lärdom för livet.



Glada grabbar på Strandstuguviksläget.



Eva Åbrink, Maud Bergkvist, Efra Andersson och Gerd Johansson.

Rapport från lägret - NAIK-aren 1956

Nyköpings AIK:s ungdomsläger har blivit en mycket populär sak. I år samlades 94 grabbar till en veckas härlig vistelse vid Strandstuguviken. Rekorddeltagande. Vad sysslar man då med på lägret? Jo, idrotten står naturligtvis i förgrunden. Två fotbollsserier med deltagande av 19 lag anordnades och vidare avverkades en friidrotts-kamp och en modern trekamp. En bolljongleringstävling stod vidare på programmet och sist, men absolut inte minst, avverkades prov för Svenska Fotbollsforbundet brons, silver och guldbollar. Dessa prov är verkligen svåra och ganska betecknande är att ingen av svenska landslagets spelare klarade proven på stående fot, så att säga. Detta gällde Guldbollen.

AIK kunde glädja sig åt att få fyra guldpojkar vid lägret. Dessa var Bengt Larsson, Göran Johansson, K I Karlsson och Lars Ardeheim. Starkt gjort grabbar, fortsatt med vidare träning så kommer klubben att få nytta av er. 12 st klarade silver och 16 brons.

NAIK:s damsektion svarade för att grabbarna inte svalt. Rikligt med mat portionerades ut under dagarna.

Det går inte att genomföra ett sådant här läger utan goda ledare. 8 grabbar med "Ludde" Dahlström i spetsen såg till att allt flöt på. De hade jobb hela dagarna.

Till lägrets bästa idrottsman utsågs Bengt Larsson. Den grabben hoppas klubben mycket av. Särskilt i fotboll. Han har en typisk ytterstil som kanske kommer höra talas om sig om några år.

Avslutningsfesten blev en glad och trevlig sammankomst. Lägergrabbarnas föräldrar var bjudna på kaffe och underhållning till vilken bland annat hörde en fotbollsmatch mellan AIK:s slocknade stjärnor och lägergrabbarnas lag. Rune Nilsson, båda bröderna "Göken" Andersson, "Texas" Karlsson, "Slampen" Westling och Gunnar "Mösen" Hjelm såg till att segern gick till de gamla kämparna.



En stunds vila i gräset innan nästa aktivitet.



Flaggan halas under överseende av lägerdeltagarna.

Så minns vi 2020

2020 handlade mycket om att ställa om – även för Nyköpings församling. Coronaviruset präglade året, men året bjöd också på några andra nyheter. Här presenteras ett urval av 2020 års händelser.

JANUARI

• Lars Viper lämnar Nyköping efter tretton år som kyrkoherde och Nyköpings församling annonserar efter en ny kyrkoherde. Församlingen har cirka 21 000 medlemmar, ett 80-tal tills vidareanställda, sju kyrkorum och fyra kyrkogårdar.

FEBRUARI

• I slutet av januari har en patient i Jönköping påvisats vara smittad av det nya coronavirus som upptäckts i Kina. En månad senare tror svenska myndigheter fortfarande inte att det kommer att bli ett stort utbrott i Sverige. Nyköpings församling bjuder som vanligt in till sina många verksamheter. Den här vintermånaden genomförs bland annat 42 övningar för barn-, ungdoms- och vuxenkörer, 17 gemenskapsträffar för dagliga, 35 bönetillfällen, 48 gudstjänster i olika former, 12 dop, 11 begravningar och 3 konserter.

MARS

• Den 11 mars deklarerar WHO att covid-19 nu är en pandemi. Samma dag beslutar regeringen att allmänna sammankomster och offentliga tillställningar med fler än 50 deltagare inte får hållas.
• Den 16 mars inför Folkhälsomyndigheten en rekommendation: personer över 70 år bör begränsa kontakter med andra människor så långt det går. Nyköpings församling vill bidra till begränsad smittspridning och pauser tillfälligt sin verksamhet med undantag för gudstjänster, dop, vigslar, begravningar och konfirmandundervisning.
• Den 25 mars träffar Svenska kyrkan en överenskommelse med Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB) om att stödja kommuner att hjälpa personer över 70 år och andra riskgrupper med matinköp och upphämtning av mediciner. I väntan på instruktioner från MSB inleder Nyköpings församling insatsen.

• Den 27 mars fattar regeringen beslut om förbud mot allmänna sammankomster och offentliga tillställningar för fler än 50 personer. Nyköpings församling sammanlyser till S:t Nicolai kyrka, vilket innebär att det inte firas gudstjänst i församlingens övriga kyrkorum. Planerade konserter skjuts fram på obestämd tid.

APRIL

• Församlingen organiserar en grupp – bestående av diakoner, socionom, pedagog och diakoniassistent – i syfte att vara en mer tillgänglig för den som är i behov av någon att samtala med.

öppna dagtid varje dag. Mäniskor fortsätter komma till kyrkorna – för att tända ljus, sitta en stund i stillhet och be.

• Söndagen den 28 juni är det dags för en stor grupp ungdomar att konfirmeras i Alla Helgona kyrka. På grund av förbudet mot sammankomst för fler än 50 personer kan ungdomarnas nära och kära inte närvara i kyrkan. Församlingen sänder därför konfirmationen live.

Tänd ett ljus
i stillhet.

FOTO: KRISTINA
JOHANSSON/IKON

FOTO: MALÉN ENEBERG

Konfirmation
sändes live i juni.

Parklek
i stället för
öppen förskola.

• Under sommaren tar församlingen många initiativ till corona-anpassade verksamheter. I stället för öppen förskola blir det parklek. Diakoner och präster är tillgängliga för enskilda samtal – utomhus. Församlingen bjuder in till gemensamma promenader och till café i Prosten Pihls gårds vackra trädgård. Barn- och ungdomskörer övar utomhus.
• Det tyska produktionsbolaget Bavaria Film är tillbaka i Nyköping för att göra fem nya Inga Lindström-filmer. De spelar bland annat in i och vid Prosten Pihls gård och lämnar som tack ett bidrag till församlingens Diakonikassa.

MAJ-AUGUSTI

• I avsaknad av det normala gudstjänstfirandet utökas antalet bönetillfällen i flera av församlingens kyrkor.
• S:t Nicolai kyrka och Alla Helgona kyrka fortsätter hållas

Svenska kyrkan
hjälp till
med matinköp och
upphämtning av mediciner.

FOTO: KARIN ECKERDAL

Följ Nyköpings församling digitalt:

Instagram: svenskakyrkannykoping

Facebook: www.facebook.com/svenskakyrkannykoping

Hemsida: www.svenskakyrkan.se/nykoping

Youtube: www.youtube.com

Appen Kyrkguiden

SEPTEMBER

- Den 1 september tillträder Ylva Evensen som ny kyrkoherde i Nyköpings församling. Några veckor senare installeras hon som kyrkoherde av biskop Johan Dalman. På grund av rådande begränsning – max 50 personer – sänds mässan live på församlingens Facebook och på storbildsskärm i Alla Helgona församlingshem.



FOTO: MAGNUS ARONSSON

Ylva Evensen

OKTOBER

- LitterArt arrangeras i Nyköping. Nyköpings församling medverkar, bland annat med guidade turer i S:t Nicolai kyrka. Guidningarna leds av prästen Gunnar Göranzon, som under 2020 skriver en bok om kyrkan tillsammans med Bertil Göranzon.
- På grund av pandemin blir Allhelgona-tiden annorlunda i år. Inför helgen ber kyrkogårdsförvaltningen allmänheten att sprida ut sina besök på kyrkogårdarna.



FOTO: MAGNUS KARLSSON

Inspelade andakter på Facebook.

NOVEMBER

- Nyköpings församling blir aktör i ett nätverk som startas för ökad samverkan för unga i Nyköping. När verksamheter ställs in på grund av pandemin börjar nätverket vandra i centrala Nyköping på tider då många unga slutar skolan.
- Den 20 november fattar regeringen beslut om att begränsa sammankomster till åtta deltagare. Nyköpings församling börjar då fira gudstjänst utan närvarande församling i kyrkorummet. Varje söndag sänder församlingen en gudstjänst live



Årets julspel blev digitalt.

FOTO: MALÉN ENEBERG



Livesänd gudstjänst.

Skönsång utanför äldreboenden.



FOTO: MAGNUS KARLSSON



FOTO: ALAIN AUDET/PIXABAY

Insamling till behövande.

DECEMBER

- Advent är en av årets största högtider. Men i år kan inte församlingen bjuda in till kyrkan utan bjuder i stället in till sina digitala kanaler. Där publiceras bland annat adventskonsert, Lucia-konsert, julotta och korta andakter. Årets julspel blev också digitalt.
- På grund av restriktioner kan församlingens personal inte hålla i andakter på äldreboenden, men bjuder på sång och musik utanför några boenden.
- Inför jul startar församlingen en insamling till behövande barnfamiljer i Nyköping. Många vill bidra. Och hela 99 familjer beviljas bidrag i form av presentkort. Församlingen startar också en insamling av varma kläder till barn.

2021

- Nu lägger vi år 2020 bakom oss och blickar framåt. Vi hoppas att det här året blir ett år då vi åter igen får mötas i gudstjänster och körer, runt fikabord och i möten.

Svenska kyrkan 
NYKÖPINGS FÖRSAMLING

MASSAGE

Aukopplande för både kropp och själ

Massage har förekommit i olika former i flera tusen år. Än idag är det en populär behandlingsmetod för att förebygga och lindra krämpor över hela världen, med vetenskapligt erkända effekter på både rörelseapparat och sinne.

Här i Sverige blev massageterapin utvecklad med hjälp av Pehr Henrik Ling som var verksam på 1800-talet. Ling var mycket intresserad av rörelse och gymnastik och dess effekter på vår kropp. Det är inte för inte som han kom att kallas "den svenska gymnastikens fader". Ling fick i uppdrag av kungen att upprätta ett gymnastiskt centralinstitut i Stockholm i början av 1800-talet. Ling var sedan föreståndare för institutet i tjugofem år. Idag kallas institutet Gymnastik- och idrottshögskolan och är världens äldsta ännu verksamma idrottshögskola.

Pehr Henrik Ling och hans adepter utvecklade under tid ett antal för sin tid framsynta metoder, idéer och koncept som ligger till grund för mycket av den fysioterapi och friskvård som brukas i västvärlden idag. Sonen Hjalmar Ling var den som kom att utveckla den svenska skolgymnastiken efter faderns idéer. Pehr Henrik Lings koncept "Den svenska läkegymnastiken" ligger till grund för utvecklingen av det som idag kallas klassisk svensk massage. Just den klassiska svenska massagen är faktiskt den massage som är mest utbredd i västvärlden idag.

Den moderna svenska massagen har alltså sitt ursprung i gymnastiken, vilket är ganska naturligt eftersom massageterapi till stor del behandlar just rörelseapparaten. Och visst är det så att många av oss gärna boka en massage just för att avhjälpa smärta och stelhet i kroppen. När massören arbetar med din kropp ökar blodflödet i musklerna som då värms upp. Upplevelsen är att musklerna blir mjukare och mer rörliga, vilket också bidrar till att vi slappnar av mentalt. Stress gör att vi lätt spänner oss och skapar onödigt stelhet, orolighet och smärta i kroppen.

Vid massage frigörs också ett antal härliga substanser i kroppen som bidrar till ett bättre mående. Endorfiner (samma hormon som frigörs vid motion och träning) ger till exempel energi och verkar smärtlindrande i kroppen. Massage främjar även kroppens oxytocinutsöndring. Oxytocin kallas ofta för ett "lugn och ro-hormon", ett uttryck som männe kan tyckas lite otillräckligt med tanke på alla dess välgörande funktioner i kroppen. Oxytocin samverkar med ett flertal andra substanser i kroppen och bidrar kort sagt till att vi fungerar som vi ska och ger oss en allmän känsla av välbefinnande.

Det är ingen mystisk magi som ligger bakom att just massage främjar oxytocin. Hormonet utsöndras nämligen bland annat vid beröring och är en viktig del i den mänskliga sociala kontakten – till exempel förklarar det delvis varför ritualer såsom handskakningar och kramar blivit en given del av mångas sociala möten. Vid massage, särskilt då mjukare former av massage där just avslappning är i fokus, blir effekten extra stor. Att unna sig själv en aukopplande massage kan därför leda till många positiva påföljder. Bland annat kan det hjälpa till att motverka sorg, nedstämdhet, depression och ångest. Det sägs också att regelbunden massagebehandling kan göra så att serotoninnivåerna i kroppen ökar*.

"den klassiska svenska massagen är faktiskt den massage som är mest utbredd i västvärlden idag"

Som det är just nu i pandemitider är den sociala kontakten är nere på minimum. Många av oss har betydligt mindre kontakt och beröring i vardagen än normalt vilket kan ha en negativ påverkan för vår psykiska hälsa. Lågg där till den oro och obalans som en pandemi innebär. Därför kan det vara extra viktigt att faktiskt se till att få beröring på sätt som känns trygga och smittsäkra.

Det finns mycket att välja på vad gäller massage i dagens läge. Vid sidan av klassisk svensk massage, samt andra behandlingsformer som kanske är mest inriktade på kroppens funktioner snarare än det psykiska måendet, finns en uppsjö av både urgamla metoder och nyligen utformade behandlingar att välja på. Magazinet har varit i kontakt med tre lokala terapeuter som berättar om några av de spännande behandlingar som finns att tillgå.

REGNDROPPSMASSAGE

– Regndroppsmassagen eller "Raindrop Technique" som är det ursprungliga namnet, är en spännande ny typ av massage vilken kan utföras på både människor och djur. Förutom att utföras som en teknik i sig, kan de olika delarna av Raindrop Technique användas för att komplettera de flesta andra metoder, bland annat massage (alla former), zonterapi, shiatsu, kiropraktik och sjukgymnastik. Regndropp har funnits i Sverige sen cirka femton år tillbaka, berättar Britta

*Massage kan lindra och till viss del motverka tillstånd som depression, nedstämdhet och ångest, men ersätter inte traditionell läkarbehandling. Mår du dåligt psykiskt så ta kontakt med din vårdgivare.



*"Raindrop Technique
är mer än bara
en massagebehandling"*

Jakubenko som driver företaget Sund och Lycklig i Nyköping. Förutom att själv erbjuda regndroppsmassage utbildar Britta också andra terapeuter i tekniken samt är återförsäljare för Young Livings eteriska oljor.

– **Raindrop Technique har fått sitt namn från konsten att droppa** (som regn) 100 % rena, ekologiska eteriska oljor på ryggen från en höjd av cirka 15 cm, så att oljorna interagerar med den fysiska kroppen samt energiområdet. Eftersom de essentiella oljorna lätt kan tränga igenom huden och musklerna, fungerar tekniken på djupa nivåer av kroppen utan att det krävs hårt tryck eller kraft, istället arbetar jag med mjuka strykningar och tekniker, säger Britta och fortsätter;

– **Tekniken är framtagen av naturläkare D. Gary Young**, forskare av eterisk olja och grundare av företaget Young Living. Han tog fram tekniken på 1980-talet för att behandla skolios och andra hälsoproblem med rygg och nacke. Raindrop Technique utvecklades på grund av att forskning visar att många former av spinal snedställning orsakas av muskelspasmer och inflammationsproducerande bakterier och virus som bor längs ryggraden. Denna nervkittlande metod är även inspirerad av Lakotaindianerna i Nordamerika och tron att regndroppar som faller kan rena kroppen och anden.

– **År 1991 utvecklade Gary regndroppsmassagen** med särskilt utvalda nio stycken rena, ekologiska, eteriska oljor som tillsammans gav ännu starkare effekt för att döda virus- och bakteriepatogener, minska inflammation, stödja immunsystemet, lindra andningsbesvär, slappna av stressade muskler och lätta på besvär i ben och leder. Eftersom eteriska oljor kan korsa blod-hjärnbarriären och stimulera amygdala (här lagras livets känslor och minnen), kände Gary att denna kombination av oljor skulle också kunna balansera energin, minska stress och lugna ett oroligt och förvirrat sinne. Regndroppsmassage är en lugn och avslappnad massage för alla som vill ta hand om sig och sin hälsa, stärka sitt immunförsvar eller bara njuta av en underbar massage.



– **Raindrop Technique**

är mer än bara en massagebehandling! Föreställ dig bara känslan av att sjunka ner i ett djupt och lycksaligt vilotillstånd samtidigt som någon gör den gamla tibetanska versionen av zonterapi på fötterna. När du sedan långsamt, och något motvilligt, kommer tillbaka till din kropp för att vända dig på mage, får du uppleva milda stänk av oljor som sedan med fjäderlätta strykningar appliceras upp längst efter din ryggrad och dina trötta muskler. Det är svårt att bli mer bortskämd!

– **Jag brukar alltid följa upp mina kunder efter första behandlingen.** Reaktionen kan ju vara så olika. Många får en riktig energiboost, mer ork, kraft, uppleva eufori, men det kan också vara känslösamt och vissa kan bli jättetrötta direkt efteråt. Sammanfattat kan man nog säga att kunderna upplever regndroppsmassage som enorm avslappnad, lugnande, läkande, energispirande. Jag berättar gärna mer om behandlingen och oljornas välgörande effekter, välkommen att kontakta mig, säger Britta avslutningsvis.

KRANIOSAKRAL TERAPI

Karina Sandström jobbar i den egna verksamheten Hela Du i Nyköping. En av behandlingarna som hon erbjuder är Kraniosakral terapi.

– **Kraniosakral terapi är en mycket mjuk**, varsam och effektiv form av fysisk terapi som behandlar olika snedheter, låsningar eller begränsningar som orsakar värk, smärta eller annan stress i såväl kropp som själ. Det är en behandling som utförs med kläderna på och upplevs oftast väldigt lugnande och befriande. Klienten ligger på bänken, oftast på rygg, och jag behandlar med varsamma tryck framförallt kring huvudet och korsbenet. Jag jobbar väldigt inkännande med mina händer, lite som att läsa blindskrift. Det är små skillnader i kroppen som ger mig information om vad eller vart spänningar behöver frigöras, berättar Karina.

– **Upphovsmannen för Kraniosakralterapi var osteopaten William Garner Sutherland (1873-1954).** Han utforskade det kraniosakrala systemet, ett fysiologisk system som löper mellan skallen (kraniet) och korsbenet (sakrum) samt ryggmärgen tillsammans med ryggmärgsvätskan. Dr Sutherland fann att dessa delar tillsammans utgör ett slutet system med cirkulerande vätska (ryggmärgsvätskan) och att detta system, precis som hjärt- och kärlsystemet, rör sig i en särskild rytm. Han upptäckte att det gick att påverka det kraniosakrala systemet med olika behandlingstekniker. Dr Sutherland utvecklade kraniosakral terapin till att omfatta mer än skalle, ryggrad och korsben, vilket gör att det idag finns en kunskap och förståelse för hur man kan behandla även andra vävnader som bindväv, ryggkotor, leder, muskler och organ. Kroppen är en helhet och alla strukturer är sammanlänkade med bindväv varför en obalans i en del av kroppen kan ge påverkan i en annan del.

– **Kraniosakral terapi riktar sig till alla människor.** Man kan behandla och lindra många av de problem som kan uppstå i kropp och psyke, några vanliga exempel är huvudvärk, axel-, nack- och ryggbesvär, ledbesvär och whiplashskador, kronisk smärta och fibromyalgi, koncentrationssvårigheter, utmattningssymtom,

magbesvär, nedstämdhet, sömnstörningar och stressrelaterade problem. Kraniosakral terapi kan användas som förebyggande, behandlande och rehabiliterande behandling, säger Karina och berättar vidare;



– **De flesta känner sig väldigt avslappnade efter behandlingen.** Har du haft problem med spänningar eller annan smärta så brukar det släppa. Det kan ibland ta någon dag innan man känner av full effekt. Man kan känna sig lite trött och det är bra om man tar det lite lugnt och är snäll mot sin kropp precis efter behandlingen. Ofta behövs fler än en behandling för att uppnå bäst resultat, vi går gärna för länge innan vi söker hjälp och då tar det längre tid att bli helt bra. De flesta som provar Kraniosakral terapi första gången blir förvånade över hur avslappnade dom känner sig. Och hur lite tryck/beröring det behövs för att ändå känna av en reaktion i kroppen!

– **Jag har alltid varit nyfiken och provat olika alternativa behandlingsmetoder.** Så när jag gick min örtterapeututbildning och det visade sig att läraren även var Kraniosakralterapeut så provade jag på det, och kände att det här kommer jag vilja utbilda mig inom i framtiden! Behandlingsformen passar mig väldigt bra och är ett jättebra komplement till min vanliga massagebehandling, avslutar Karina.

HOT STONE MASSAGE

– **Hot Stone Massage, eller stenmassagen som en del i Sverige säger, är en kombination av den klassiska massagen och användande av stenar.** Stenarna används både som det man masserar med och till att lägga på kroppen. De släta, uppvärmda stenarna hålls i terapeutens händer och rullas/pressas på viktiga delar av kroppen. De kan också läggas kvar på kroppen medan terapeuten masserar vidare någon annanstans med en ny sten, eller utan. Stenarna värms upp i ett temperatorkontrollerat kärl med vatten eller liggande på en värmeplatta. Massageolja används för att stenarna ska glida lätt över hudens yta, berättar Weronica Myrman. Hon driver Lilla Kumari som numera finns i Nävekvärn.

– **Historien om Hot Stone Massage är gammal.** Det finns spår av den cirka 3000-5000 år tillbaka i tiden och metoden sägs härstamma från Indien och Kina. Den moderna Hot Stone Massage är från sent 90-tal och den kom till i Sverige i början av 2000-talet. Numera ser man Hot Stone Massage som en populär behandlingsform i hela Sverige. Jag upplever själv att många har provat på den behandlingen och att många blir hel tagna av den!

– **En stenmassage sägs ge sex gånger så stor effekt som en vanlig massage.** De stenar jag använder till massagen värms upp och är Basalt stenar

Fortsättning på nästa sida



Weronica Myrman

massören samt för att placera ut i läggning. 3. Face stones: Mindre stenar till ansiktet. 4. Cosy stones: Små stenar för att placera mellan tårna.

– Jag själv upptäckte Hot Stone Massage efter att ha provat på den, jag blev helt tagen över hur bra jag mådde efteråt. Ville verkligen lära mig den och ge bort samma sköna känsla till andra. När jag utbildade mig som spa-terapeut tog jag en hel del vidareutbildningar av olika behandlingsformer och då fanns Hot Stone Massage med, samt något som hette Samezen. Samezen är en stenmassage inspirerad ifrån samernas kultur med användning av björkolja, "bottestener" och musik som inspireras av jojk. Sist utbildade jag mig till en amerikansk variant som jag tror även den har ett gammalt ursprung.

– Hot Stone Massage ger kunden den djupaste avslappning, skapar harmoni i kroppen och ger ett positivt energiflöde. Stenarnas värme gör det lättare att lindra fysisk smärta med den avslappning och det ökade flöde som sker i kroppen. Förr användes stenare för kronisk sjukdom, läkning, smärtlindring. Man lade varma stenar på vissa organ som behövde aktiveras, läkas, berättar Weronica och tillägger;

– Kunderna är mycket mer avslappnade efter denna behandling jämfört med vanlig massage-behandling. Man känner sig som "nyfödd" – mjukare, rörligare och som att ens tyngd har släppt från ens axlar. Skulle också beskriva det som befriande när de

stiger upp från behandlingsbänken. Värmen ifrån en uppvärmd bänk, varma stenar, massage, musikljud och rofylld miljö är en underbart skön kombination.

– Hot Stone Massage kan alla ta som välgörande behandling, och för barn kan man jobba under en kortare stund då de påverkas mycket lätt. Dock är det som alltid att det finns kontraindikationer dvs när man inte skall göra det. För Hot Stone är dessa: diabetes, alla tillstånd där massage bör undvikas, alla sjukdomstillstånd där nerver blivit skadade, alla hudsjukdomar som kan "aggraveras" av värme och fukt, hjärtproblem, om du har öppna sår. Vid åderbräck bör man undvika att beröra dessa områden i behandlingen, alternativt använda sig av kalla stenar just vid åderbräcket. Kort sagt; alla "friska" som vill njuta kan ta en Hot Stone Massage. Är du osäker så rådfråga din läkare innan behandlingen, förklarar Weronica avslutningsvis.

"Stenarnas värme gör det lättare att lindra fysisk smärta i och med den avslappning och det ökade flöde som sker i kroppen"



Hot Stone Massage utförs med hjälp av varma lavastenar.

– naturligt formade stenar som är rika på magnesium vilket gör att de kan bibehålla värmen bra. Hårdheten på stenen är 7 på en skala av 10. Det är en lavasten som blivit slipad till dess befintliga form genom att ha legat på en strand eller på botten av en flod. Det finns fyra huvudstorlekar som används på olika sätt och till olika kroppsdelar. 1. Mother stones: stora stenar för kroppen som används vid inledning av massage på olika kroppsdelar. 2. Palmare stones: Mellanstora stenar för kroppsmassage, de kan användas i handflatan hos



for a greener tomorrow 

Vi har lösningar för alla behov

Värmepumpar, luftkonditionering & ventilation



Hitta din lösning
Kontakta oss!

VÄRMEPUMPAR OCH ELINSTALLATIONER
070-378 75 90
www.jleijon.se

J LEIJON AB
VÄRMEPUMPAR OCH ELINSTALLATIONER



Sund och Lycklig

Med naturens kraft i handen

- Aromamassage
- Regndroppsmassage
- Lymfaromamassage
- Hot stone Massage
- Eteriska oljor
- Stresshantering
- Hälsoföreläsningar
- Utbildningar



Östra Kyrkogatan 24, Nyköping
Tel: 073 087 26 10
sundochlycklig.se info@sundochlycklig.se



GÖR DIN OLJESERVICE HOS

www. **H-SON** .se

JANUARI-FEBRUARI

10% RABATT PÅ OLJA OCH FILTER

Norrköpingsvägen 2, Nyköping
0155-21 90 51 · 070-310 18 28



ALTANDÖRR
PÅ KÖPET!*

36
månader
räntefritt

Ibland kan kondens vara bra.

Men inte på fönster. Många fönstertillverkare hävdar att man måste leva med kondens på utsidan av nya fönster. Att det är en naturlig följd av att fönstret har ett lågt u-värde. Men det är inte hela sanningen. Det handlar mest om att glaset inte är anpassat för de nya förutsättningarna. I våra fönster finns en värmereflektor – Antifog – ingjuten i glasmassan. Antifog gör att det yttersta glaset håller samma temperatur som uteluften och då uppstår inte kondens. Kondensskyddat glas är standard i alla våra fönster. Dessutom är våra fönster inbrottsklassade enligt EU-standarden RC2N. Vill du läsa mer om våra fönster och hur ett fönsterbyte går till? Välkommen in på morups.se eller kontakta din lokala projektledare.

Vill du se Morups Premium i verkligheten? Besök gärna vår utställning på Östra Kyrkogatan 17B i Nyköping.

Öppen onsdagar kl 12-18. Övrig tid efter överenskommelse.

Boka ett gratis hembesök
020-78 00 00 | www.morups.se



Fönsterbyte. Som det borde vara.

* Kampanjen pågår till den 28/2 2021 och gäller vid köp av minst 7 fönster.

Semestra på hemmaplan - umgås med dina nära och kära på ett tryggt och säkert sätt

Hyr stuga eller vår tältigloo på Jogersö



www.jogerso.se • info@jogerso.se
0155-304 66 • Boka gärna on-line



Väntar du gäster som du vill träffa och umgås med, men som du inte kan erbjuda husrum under rådande omständigheter. **Hyr en vinterbonad stuga på Jogersö Camping, eller varför inte vår populära Tältigloo? Tältigloon kan bokas fr o m 1/4** Toa och dusch i närliggande servicehus. Träffas och umgås utomhus i den natursköna omgivningen på Jogersö eller varför inte samlas runt elden för lite korvgrillning. För priser, mer info och bokning, www.jogerso.se
Välkomna!

Grattis Björn och Oxelösunds PC-Service!

I decembernumret av Magazinet hade vi ett korsord där vinsten var att få uppmärksamma ett lokalt företag.

Göran Larsson från Oxelösund löste korsordet och valde att lyfta fram Oxelösunds PC-Service med följande fina motivering.

"Som helt nyinflyttad i Oxelösund (Oktober) så har man givetvis besökt alla större affärer och fått bra service och bemötande. Men det företag som gett mig den mest positiva upplevelsen hittills är ett litet enmansföretag som heter Oxelösunds PC-Service, som drivs av Björn Rognsvåg och ligger i korsningen Trädgårdsgatan/Thorsgatan. Min dotters bärbara lade av och då den är viktig för hennes pluggande till sjuksköterska så chansade jag på att gå in dit. Jag möttes av en härlig person som både kollade upp felet, fixade till det och dessutom under natten provkörde och uppdaterade allt. Förklarade sedan problemet och hur man skulle undvika det i framtiden. Allt för en hyfsad kostnad."



Göran Larsson



**Oxelösunds
PC-Service**

Trädgårdsgatan 7A
613 32 Oxelösund
0155-67 91 00
info@itnetworx.se



Björn Rognsvåg

*Vinnare Magazinet
Julkorsord 2020*

Sofia Rappestad ny Miljö- och Renhållningschef

Målinriktad, driftig och med ett brinnande intresse för miljöfrågor. Möt Sofia Rappestad på Oxelö Energi.

Vad fick dig att söka dig till Miljö- och Renhållningsbranschen och din nya roll på Oxelö Energi?

- Efter att jag arbetat som miljökonsult i två år kände jag att det var dags för mig att söka efter en ny utmaning. När jag såg annonsen om tjänsten på Oxelö Energi kände jag direkt att det var ett jobb som jag ville ha. Natur- och miljöfrågor har alltid engagerat mig och att få möjligheten att utveckla avfallshanteringen och det dagliga arbetet med återvinningscentralen känns väldigt spännande och roligt.

Vilka är de största och roligaste utmaningarna du ser i din roll framöver? Vilka är målbilderna med miljöarbetet för Oxelö Energi?

- Mycket fokus för mig ligger på att driva renhållningsarbetet framåt och att utveckla avfallshanteringen i Oxelösund. Där ingår utbyggnaden av Återvinningscentralen, utveckling av Benjamins Återbruk och att utveckla våra kompetenser på bästa möjliga sätt. Ett stort uppdrag och ett utmanande jobb, men väldigt spännande.

- En annan viktig fråga är hur vi på Oxelö Energi ska arbeta för att uppnå FN:s globala mål, Agenda 30, som handlar om att FN:s medlemsländer ska verka för en mer hållbar utveckling i världen. Men även att få alla medarbetare motiverade till att bli en del av bolagets miljö- och hållbarhetsarbete. Jag tror att ett företag mår som dess medarbetare mår. Ett mål jag har är att skapa ett inspirerande miljöarbete tillsammans med ett bra arbetsklimat som präglas av glädje och samarbete där vi växer tillsammans som människor och organisation.

Hur skulle du Sofia beskriva dig själv som person?

- Jag är en ambitiös, målinriktad person som gärna bidrar till en positiv stämning och känner ett stort engagemang för mina uppgifter. På fritiden tycker jag om att aktivera mig fysiskt bland annat med att spela padel, golf eller åka slalom. Jag tillbringar mycket tid i naturen med min hund och familj.

Din bakgrund? Vad har format dig starkast till den du är idag?

- Jag är född och uppvuxen i Norrköping i en trygg och härlig familj som alltid stöttat det jag har tagit mig för. Under åren innan jag började på universitetet reste jag en hel del utomlands, bodde även en tid i Italien, Grekland samt USA och har även jobbat både som au-pair och volontär. Dessa erfarenheter har präglat mig på olika sätt och inspirerade mig till att vilja arbeta inom området miljö och hållbarhet. Det är jag glad för idag då ämnet är oerhört viktigt för vår fortsatta existens och för dagens samhälle.



Sofia Rappestad driver renhållningsarbetet framåt i Oxelösund.

Sofias hållbarhetstips

Det finns väldigt många bra hållbarhetstips - dessa är de som Sofia själv försöker tänka på till vardags.

Sluta använda onödiga engångsprodukter, plastprodukter och plastpåsar.

Aktivera dig själv mer fysiskt för en mer hållbar kropp, ser man i backspegeln på det gångna året är hälsa och välmående en viktig del i våra liv.

Återvinn och återbruka mer, ditt skräp kan bli en annans skatt.

Försök att äta mer vegetarisk mat för att minska utsläpp av växthusgaser.

OXELÖSUNDS FÖRSAMLING

Magdalena Fors från Hummelvik Ny kyrkoherde igång på jobbet

Magdalena Fors, 52, är ny kyrkoherde i Oxelösunds församling.

Hon har koppling till staden genom sin mormor som bodde här.

Besöken var täta under uppväxten.

– Vi kunde ta aktersnurran från Hummelviks brygga in till Läget i Oxelösund för att köpa glass, berättar Magdalena.

Hon tillhör släkten Pettersson och är uppvuxen i Hummelvik. Har förblivit fiskeläget trogen. Älskar att gå ut med hunden både i skogen och ut på udden, kunna blicka ut över havet och bort mot Femöre huvud.

Just att promenera är ett av hennes stora intressen, liksom att läsa och umgås med barn och familj. Hennes pappa bor också i Hummelvik.

Nu har Magdalena planer på att ta sig runt till fots i Oxelösund och lära sig mer om staden, hur den förändras.

– Det är en del av jobbet, att kunna staden, att vara lika stolt över den som Oxelösundsborna är.

Ett av Magdalens första minnen av S:t Botvids kyrka är från en konsert med gospelsångerskan Cyndee Peters. Som liten flicka tyckte hon att kyrkan var som en stor katedral.

– Jag uppskattar och gillar kyrkan, den är speciell. Och läget gör den synlig och närvarande!

Magdalena tar gärna emot tips och idéer från församlingsborna och vill fortsätta med de goda kontakter som kyrkan har med kommun och företag.

– Jag känner mig trygg med uppgiften, jag kommer till en välskött församling, nu är det upp till mig att förvalta det här, tänker Magdalena Fors.

I sin första predikan i S:t Botvids kyrka tog Magdalena upp hur annorlunda allt är under pandemin. Ändå är mycket som vanligt. Kyrkan står väl synlig för invånarna och markerar omtanke och omsorg. Kyrkoherden menar att det är hennes och församlingens uppgift att fortsätta att be för staden och dess invånare, som man alltid gör.

– Även de som inte går i kyrkan ska veta att vi ber för alla, försäkras hon.

I sin premiärpredikan pekade Magdalena även på alla möjligheter vi har trots att allt inte är som vanligt.

– Vi kan inte träffas på Koordinaten, i badhuset eller på andra ställen men vi är lyckligt lottade med en vacker natur och fantastiska promenadstråk. Dessutom kan vi ringa en vän, granne eller släkting. Att bara få en hälsning kan rädda dagen för en medmänniska. På så sätt kan Gud använda dig och mig för att göra underverk i vardagen, avslutar Magdalena.

Bo Högländer

Personligt

Familj: Två vuxna utflugna barn och en son som går i nian och bor hemma. Magdalenas pappa, som också bor i Hummelvik. (Maken gick bort i cancer 2018.) Intressen: Gå i skogen med hunden, läsa, umgås med familjen.



Gudstjänster-visas endast digitalt

31/1 Gudstjänst - kl 11.00 – Septuagesima

Magdalena Fors, Irina Söderberg, Gunilla Östberg.

7/2 Gudstjänst - kl 11.00 – Kyndelsmässodagen.

Magdalena Fors, Maria Rasmussen, Gunilla Östberg.

14/2 Gudstjänst - kl 11.00 – Fastlagssöndagen.

Magdalena Fors, Irina Söderberg, Eva Henriksson.

17/2 Gudstjänst - kl 18 – Askonsdagen

Magdalena Fors, Maria Rasmussen.

21/2 Gudstjänst - kl 11.00 – Första söndagen i fastan.

Jukka Laari, Maria Rasmussen.

Finskspråkig gudstjänst - kl 15.00. Jukka Laari, Maria Rasmussen, Helen Kantokoski Kviby.

28/2 Gudstjänst - kl 11.00 – Andra söndagen i fastan.

Ole Kristian Skadberg, Irina Söderberg, Eva Henriksson.



ENSKILD NATTVARD

Det finns möjlighet att ta emot enskild nattvard i S:t Botvids kyrka. Vid intresse hör av dig till oxelosunds.forsamling@svenskakyrkan.se eller ring 0155-29 34 00.



GODLY PLAY

Är du nyfiken på de heliga berättelserna och liknelserna? Håll utkik efter Godly play på församlingens hemsida, tisdagar vecka 8, 9 och 10.



DIGITAL KONSERT

Pianoafton med Stefan Bojsten sänds på församlingens facebookside lördagen 20 februari kl 16.

Vill du swisha en gåva till musikverksamheten så är numret 123 379 60 42, ange "Konsert" i meddelandefältet.

SVERIGEFINSKA DAGEN 24/2



I år firas dagen digitalt med bl.a andakt, elevarbeten och korande av årets sverigefinska oxelosundare. Håll utkik efter mer information som kommer inom kort. Samarrangemang med olika föreningar och Oxelösunds kommun.

Foto: Magnus Cambrant Berg



Svenska kyrkan
OXELÖSUNDS FÖRSAMLING



Magdalena älskar sitt Hummelvik, oavsett om det är sommar eller vinter. Här finns rötterna och härifrån tog hon aktersnurren som barn för att köpa glass i Oxelösund. Foto: Maria Eriksson



PRAT OCH PROMENAD

Nu när vi inte kan ses inomhus för samtal tar vi gärna en promenad och pratar. Slå oss en signal så bestämmer vi en tid. Eva 070-784 34 10
Gunilla 070-784 34 05



KYRKOGÅRDSFÖRVALTNINGEN INFORMERAR

Nyhet för kommande växtsäsong – välj ett mer klimatsmart alternativ. Plantering av perenner/fleråriga växter på gravrabatten. Kontakta oss för mer information.

Oxelösundin Ruotsinsuomalainen seurakuntatyö



21/2 15.00 Suoralähetysenä
jumalanpalvelus

24/2 Ruotsinsuomalainen
päivä. Yhteistyönä Oxelösundin
kunnan ja seurojen kanssa.
Lisätietoja myöhemmin.

Teillä on myös mahdollisuus saada kotikäyntiehtoollinen Jukalta, ottakaa yhteyttä.

Meillä on ikävä teitä! Soitelkaa ja jutelkaa hetki kanssamme.

Terveisin

Jukka 070-784 34 17

Helen 070-784 34 07

Maria 070-784 34 26

Yhdessä tästäkin selvitään!

**VARMT
VÄLKOMMEN
IN TILL OSS!**

smarteyes®

En annorlunda syn på glasögon

JUST NU: 3 FÖR 2

Just nu är vårt prenumerationserbudande extra förmånligt. Prenumerera på två par glasögon, så får du ett tredje par på köpet. Det kan till exempel vara smart om du behöver ett extra par för läsning, ett par solglasögon slipade i din styrka eller helt enkelt ett extra par i en annan stil.



VÄRDEKUPONG

700:- rabatt vid köp av kompletta glasögon

Gäller t.o.m. 2021-02-29

Gäller på ordinarie priser, kan ej kombineras med andra erbjudanden.

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



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



Premiär!

Tisdag 2 februari
öppnar vi portarna!

Tre verksamheter under samma tak

Nu pågår förberedelserna för fullt i lokalerna på Torggatan 19. Tisdag 2 februari öppnar Svedlindh's, Anna-Karins Bakstuga och Blå Köket sina verksamheter i en gemensam butikslokal som tidigare tillhörde Kvists Elektriska. Under samma tak kan du köpa kläder från Svedlindh's, se utställningskök från Kungsäterkök och Idealkök samt njuta av en kopp kaffe med något gott bakverk eller hämta dina beställningar från Anna-Karins Bakstuga.



Lenita från Svedlindh's



Hasse från Blå Köket



Anna-Karin från Anna-Karins Bakstuga

Nyöppning

20% på allt i butiken samt
en massa andra erbjudanden,
utlottningar och goodiebags till
de första kunderna!

Välkomna!

•1953•
SVEDLINDH'S
•OXELÖSUND•

Öppningserbjudande

- Liten semla med dryck 25 Kr
- Liten semla 4-pack 50 kr

OBS! Begränsat antal



Öppet: Måndag-torsdag 10-16, Fredag 06.30-15, Lördag 10-13

Välkomna till en unik butik med kök, kläder och bakverk
Allt under samma tak - i hörnet av Torggatan och Styrmansgatan

NYPREMIÄR!

Välkommen till vår nya köksutställning

där vi visar kök från Kungsäter och Idealkök



Kungsäter är ett Svensktillverkat kvalitetskök med ett brett sortiment av luckor i målat eller trä.



Idealkök är ett prisvärt kök. Klassiskt allmoge eller modernt minimalistiskt. 14 färger att välja på.

Utställningen är öppen:
måndag till fredag 10.00-18.00
lördag 10.00-13.00

Vi finns inte alltid på plats så kontakta oss gärna på telefon 0155-30621 eller 30622

BLÅ köket KUNGSÄTER | KÖK idealkök

Torggatan 19, Oxelösund • 0155-30621 eller 30622 • hans@kvistsel.se • www.blakoket.com

"Allt från idé till färdigmonterat kök"

TEXT & FOTO TORBJÖRN DAHLSTRÖM



Mattias Bähr framför S:t Botvids Kyrka. Nu väntar en ny roll som domprost i Linköping för den tidigare kyrkoherden i Oxelösund.

Nu väntar nya utmaningar för Mattias Bähr

2016 sökte Mattias Bähr tjänsten som kyrkoherde i Oxelösund.

- Eftersom jag redan bodde i Nyköping skulle Oxelösund passa bra så jag sökte tjänsten utan att veta så mycket om Oxelösund. När jag fick tjänsten så börjar ju arbetet med att försöka förstå var man är och samtidig börja utveckla arbetet. Det här görs samtidigt och snabbt kände jag en stor välvilja från församlingsbor, jag kände mig verkligen välkommen.

Mattias vittnar om fem intensiva och lärorika år i Oxelösund.

- Det här har varit fem arbetsamma, härliga och utvecklande år med många möten. Att vara kyrkoherde innebär så många uppgifter. Leda gudstjänster, dop, vigslar, begravningar, kyrkoråd och AU, medarbetarsamlingar, arbetsmiljö och så mycket mer. En stor glädje har varit att se hur fler upptäcker gudstjänsterna och att dop och konfirmander har ökat. Jag har också uppskattat Centrumföreningen och alla goda samtal som varit där - vi har hjälpts åt för att skapa ett gott liv i Oxelösund.

Som präst har Mattias mött många människor i olika situationer i Oxelösund.

- Under fem år är det många människor jag mött, en del har varit ledsna inför begravningar, andra nervösa inför vigslar eller bara glada inför dop. Att vara präst är ju att få vara med i livets alla skeden och det har varit så roligt och utvecklande här i Oxelösund.

Nu väntar en ny utmaning.

- Nu är det dags att ta nästa steg och det blir som domprost i Linköpings domkyrkopastorat. För många år sedan bodde jag i Linköping och firade gudstjänst i domkyrkan. När jag såg tjänsten bli ledig så sökte jag, inte för att jag längtade bort utan mer för att denna tjänst kommer så sällan ut. Till min stora glädje fick jag tjänsten.

Ny miljö, men en del av Oxelösund tar Mattias med sig.

- Jag ser fram emot att få känna en ny stad och församling och alla erfarenheter som jag gjort här i Oxelösund bär jag med mig. Visst kommer jag att sakna skärgården och det vackra Oxelösund men det är viktigt att följa längtan och kallelsen. Ett stort tack för dessa och Guds välsignelse till er alla, avlsutar Mattias.

Oxelösund kommer att sakna Mattias Bähr, men alla som kommit i kontakt med honom under hans tid i Oxelösund skriver säkert under på att han genom sin personlighet och sitt moderna ledarskap kommer att tillföra Linköpings domkyrkopastorat stor kompetens. Undertecknad ber att få önska Mattias ett stort lycka till i sin nya roll.

Vi möter dig
med omtanke!

 Praktikertjänst

 TANDLÄKARE
Göran Herbring

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

Skulpturparken - fylld med tro, hopp och kärlek



Skulpturen "Man är" av Anja Persson och Tomas Boström har förvånat en och annan besökare.



"A I N G K" av Mats Lodén

Friluftslivet och uteaktiviteter har ökat markant under coronapandemin och vi utforskar vårt närområde i större utsträckning än tidigare. Om du aldrig har varit i Skulpturparken vid stiftsgården Stjärnholm i Oxelösund, kan ett besök där kan vara spännande som utflyktsmål. Förutom skulpturer finns här gott om ytor att röra sig på för hela familjen med en fin lekpark för de yngre.

2019 firade Skulpturparken 20 år vilket firades med en skulpturfestival. Oxelösund fylldes med skulpturer i det offentliga rummet och invånare fick möjlighet att bekanta sig med ett flertal verk på den dagliga promenaden i centrum och vid Stjärnholm. Ett av verken från festivalen köptes in, "A I N G K" av konstnären och skulptören Mats Lodén och står nu tillsammans med de 30-talet andra skulpturer som du hittar runt om på slottsområdet.

Temat i parken är "Tro, hopp och kärlek" och tanken är att skapa en dialog mellan konst, kyrka och samhälle samtidigt som det ska vara en spännande och tankeväckande konstupplevelse. Merparten av skulpturerna är skapade främst av svenska samtida skulptörer och konstnärer. Här hittar du verk av till exempel Oxelösundsbon Jessica Fleetwood, Mats de Vahl och Uta Jacobs för att nämna några av konstnärerna.

Skulpturen "Man är" har förvånat en och annan besökare. På håll är det lätt att tro att det är en riktig person som knäböjer med huvudet nedstucket i marken, tills man närmar sig och förstår att det är ett konstverk.

Ytterligare en skulptur kommer inom en snar framtid att ställas upp vid järnvägen och vara synlig från motorvägen. Skulpturen heter "Katedral", även den av Mats Lodén, och är en stor, klarblå skulptur, vars form ger associationer till en katedralbyggnad. Skulpturen blir en slags port och förhoppningsvis kommer den att väcka nyfikenhet och intresse för de som passerar förbi.

Ta en guidad tur genom parken

Du kan få en personlig guidning året runt och därmed få ytterligare inblick i konstverkens uppkomst och syfte. Läs mer på www.stjarnholm.se

Fler kulturevent under våren



En bild ur samlingarna, "Autumn" av Carl Larsson

Under februari kommer de som flanerar på Järntorget kvällstid kunna avnjuta utställningen "Ur samlingarna – en offentlig upplevelse". Gallerierna på Koordinaten har varit stängda under lång tid och det är osäkert när de kan öppna igen.

Utställningen är en konstprojicering på Prismahuset och visar konstverk från Nationalmuseets digitala samlingar. Detta görs som en satsning för att lyfta kultur i det offentliga rummet.



Oxelösund

Nu är det inne att vara ute!

I Oxelösund finns alla möjligheter till fina naturupplevelser. Här kommer lite tips till dig som vill hitta på saker att göra ensam eller tillsammans med andra på coronasäkert avstånd utomhus. Kanske hittar du ett nytt favoritställe! Det är inne att vara ute.

Vinterbad

Har du hört talas om den nya trenden vinterbad? Oxelösund är känt för sina badplatser sommartid, men även under vinterhalvåret finns det bra platser om du vill ta ett dopp. Här kommer 4 tips på platser i Oxelösund där du enkelt kan bada vintertid. Till samtliga badplatser finns parkering i anslutning, vid alla platser finns bryggor med stege ner i vattnet.



Femöre Gästhamn



Stenviksbadet



Jogersöbadet



Gästhamnen/Badhusviken

Tänk på att bryggorna kan vara hala och att vattnet är kallt. Glöm inte mössa och badskor.

Ta med dig en vän om du ska vinterbada. Om du har Instagram, tagga gärna #oxls och #visitoxelosund så vi får ta del av dina upplevelser! Då har du även chans att synas i våra kanaler.

Hälsans stig

Hälsans stig är en 6 km lång promenad genom de centralare delarna av Oxelösund. Start och slut i centrum. Enkelt att ta sig fram med hjälpmedel eller till exempel barnvagn. Karta finns på www.hjart-lung.se

Discgolfbanan

Discgolf är en sport som kan utövas i alla åldrar, både som proffssport och som en rolig utomhusaktivitet för familj eller vänner. Discen ska kastas i en korg med så få kast som möjligt, banorna har olika svårighetsgrad.

Oxelösunds discgolfpark hittar du vid Ramdalens Idrottsplats i skogspartiet Ekbacken.

Om du inte har egna discar finns det att hyra på Medley Ramdalen Sportcenter precis intill.



Puls & styrka i elljusspåret på Jogersö

På Jogersö finns motionsspår med naturstig, trollskog och utsiktsberg. Motionsspåret är 2,5 km långt. Längs med motionsspåret kan du ta del av aktivitetsrundan, 12 skyltar med rörelseaktiviteter som riktar sig till både barn och vuxna. Det kan jämföras med cirkelträning och tränar alla kroppens muskelgrupper. Varje skylt erbjuder en övning för barn och två olika nivåer för vuxna. Övningarna riktar sig till alla åldrar.

Grillplatser

Kommunen har fyra iordningställda grillplatser. Dessa finns vid Stegeludden (Gamla Oxelösund), på Jogersö (vid havsbadet) och på västra Femöre (två stycken).

När du grillar har du ansvar för att elden inte sprider sig till omgivningen. Använd sunt förnuft och glöm inte städa efter dig!

Årets (ung) sverigefinne i Oxelösund Vuoden (nuori) ruotsinsuomalainen Oxelösundissa

Den 24 februari firas sverigefinnarnas dag och den blågulvita flaggan vajar i flaggstängerna runt om i landet. För att uppmärksamma tioårsjubileet av firandet har Oxelösunds kommun tillsammans med sverigefinska församlingsarbetet, Finska föreningen, Finska pensionärsföreningen Kipinä och Krigsveteranernas stödförening valt att dela ut utmärkelserna "Årets sverigefinne" och "Årets unga sverigefinne".



Så här går det till/Näin se tapahtuu

20/1-4/2 Förslag på personer samlas in (se talongen nedan)
5/2 Juryn bestående av representanter från alla arrangörer sammanträder för att välja tre personer per kategori

5/2 Namnen på de sex nominerade publiceras
5-19/2 Röstning pågår (sms till 070-784 3407)
24/2 Vinnarna på respektive kategori offentliggörs

Vill du föreslå en person? Du kan mejla, sms:a eller använda talongen nedan!

Talongen kan lämnas till Koordinaten eller församlingshemmet. Uppgifterna kan även mejlas till helen.kantokoski.kviby@oxelosund.se eller sms:as till 070-784 34 07.

Jakten på årets sverigefinnar i Oxelösund har börjat!
Oxelösundin vuoden ruotsinsuomalaisten etsintä on alkanut!

Personen som jag föreslår _____

Varför är personen en bra förebild för den sverigefinska minoriteten i Oxelösund?

Kontaktuppgifter till den föreslagna (frivilligt) _____

Namn och telefonnummer till den som föreslår _____

Välkommen till din naturliga matvarubutik!



Vi älskar mat! Nu utökar vi vårt sortiment *Sushirullen på väg in*



Onsdag 3 februari utökar vi vårt sortiment genom att erbjuda egenproducerad Sushi under konceptet "Sushirullen".

Bilden visar Malin och Fredrik, som är våra Sushi-kockar, på plats i den nya Sushibaren som var under byggnad när bilden togs.



Våra nya öppettider är enligt följande

Vardagar, måndag-fredag	7-21
Lördag-söndag	8-21

Seniorrabatt

Seniorrabatten kan nyttjas valfri vardag, måndag till fredag. Gäller 1 tillfälle per vecka.

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

Följ oss gärna på Instagram

ÖPPETTIDER

MÅN-FRE

LÖR-SÖN

7-21

8-21

ICA KVANTUM
OXELÖSUND
En riktig mataffär