MAGAZINET NYKÖPING-OXELÖSUND

September
2022

VARDAGSHJÄLTAR -
ENGAGEMANG SOM GÖR SKILLNAD

Vem vill leva utan glädje?

I skrivande stund är det dagen efter valdagen 2022. Traditionsenligt gick jag och röstade igår, för att sedan nyfiket vänta in ett valresultat under kvällen. Men det börjar visst bli lika stor tradition med alltför jämna val, och att ett faktiskt resultat dröjer. Låt oss hoppas att det finns ett resultat när den här tidningen kommer ut, nästan två veckor efter valdagen.

Jag har inte följt särskilt många av debatterna inför valet. Helt enkelt för att de gör mig obekväm till mods. Visst är det bra med högt i tak, men tonläget som numera råder inom politiken är alltför högt och skrikigt. Det känns som att det handlar mer om att anklaga varandra för det ena eller det andra, snarare än att lägga fram sin egen politik. Jag minns de betydligt lugnare debatterna mellan Göran Persson och Carl Bildt. Ingen av dessa herrar skulle få en syl i vädret i dagens hetsiga diskussioner.

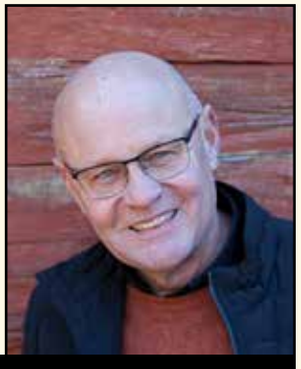
Även tonläget i samhället verkar ha trappats upp. Som politiker verkar det numera vara vardag med hat och hotelser. Något som förenklats en hel del i och med en anonymitet som folk verkar tro att de åtnjuter genom att framföra sitt hat på internet istället. Och visst är det lättare att sitta bakom en skärm och tycka och tänka, istället för att säga det rakt i någons ansikte (vilket förvisso inte hindrar alla heller, för den delen).

Men vilka krav kan vi egentligen ha på våra politiker? Det här är en intressant och ständigt aktuell fråga. Jag tänker till exempel på den kritik som stormade runt Finlands statsminister Sanna Marin för bara en kort tid sedan. Detta efter att bilder som visar statsministern på en privat fest läckt ut och skapat rabalder. Får en högt uppsatt politiker, statsminister i det här fallet, festa? Eller förväntas man ge upp allt vad privatliv och de roligheter som kan innefattas där under tiden som politiskt aktiv? Det låter väl ändå smått absurt. För visst vill vi ha ”vanligt folk” som representerar oss, ha personer som kan relatera till ett vanligt liv - med allt vad det innebär - som styr över landet?

Sen finns det givetvis gränser. Självklart förväntar vi oss att de folkvalda ska sköta sitt jobb. Att vara tillgängliga om så krävs. Och att de ska vara ett föredöme - att följa lagen och inte beblanda sig med kriminella organisationer. Men visst måste de få ha kul ibland? Annars vet jag inte hur vi tror att politikerna ska orka. Att ständigt vara på jobbet och leva under hat och hot - men aldrig få slappna av och ha roligt? Vem vill leva det livet? Visst har man ändå rätten att även som politiker få vara sig själv för en stund. Det torde väl vara en rättighet för oss alla.

När jag ändå är inne på tankar om att få vara sig själv vill jag också passa på att lyfta en annan sak. Visste ni att omkring 36 % av den svenska befolkningen har någon form av funktionsnedsättning? Och att ungefär 100 000 av dessa svenskar mer specifikt har en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning (även kallat NPF)? Här ingår till exempel ADHD och autismspektrumstörning. Kort sagt så är det tillstånd som, i varierad grad, gör det svårare för personen att fungera i samhället. Det kan handla om att det är svårt att fungera socialt på en arbetsplats (trots att arbetsuppgiften i sig inte är svår), att kommunikationen ser annorlunda ut eller att arbetstider behöver anpassas.

Det kan vara svårt för dessa personer att ta sig för glädjeämnen i livet som många tar för givet. Att ha ett aktivt fritidsintresse eller att få tjäna sina egna pengar. Studera. Och så vidare. Personer med dessa svårigheter är ofta beroende av andras välvilja att anpassa en situation efter deras förutsättningar. Då kan det bli hur bra som helst. Läs gärna inslaget om Charlies fina historia längre fram i tidningen. Tävla om intressanta böcker inom ämnet NPF. Och fundera gärna på om du kan göra något för att underlätta vardagen för någon som har annorlunda förutsättningar.



Torbjörn Dahlström, ansvarig utgivare

MAGAZINET

Magazinet Nyköping-Oxelösund distribueras till 20.000 hushåll i Nyköping och Oxelösund samt finns att hämta i ställ på välbesökta platser i kommunerna.

Magazinet är politiskt och religiöst oberoende.

www.media-mix.nu/magazinet

På omslaget: Charlie Vestman och Patrick Njuki
Omslagsfoto: Torbjörn Dahlström
Tryck: V-TAB
Distribution: Svensk Direktreklam

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

Annonsförsäljning: Peter Pettersson
070-659 21 88, peter@media-mix.nu

Tips till redaktionen:
sanna@media-mix.nu

Kommande utgivningsdagar 2022

23 oktober
20 november
18 december

Korsordsvinnare augusti

Ingrid Ottosson, Nyköping
Svea Söderlund, Oxelösund
Siw Wallin, Nyköping
Görel Taawo, Oxelösund
Conny Adolfsson, Oxelösund

Grattis! Ni har vunnit varsin biljett till konserten med Ronnie Gardiner Quartet, lördag 1 oktober i S:t Botvids kyrka.

Vi hjälper dig fixa höstfint i trädgården!

Ring 0155-40 04 09 eller gör din förfrågan direkt på
veteranpoolen.se/nykoping

VETERANPOOLEN
0155-40 04 09 | nykoping@veteranpoolen.se

glasögonmagasinet

Andra paret 1/2 priset!

Gäller billigaste paret vid köp av kompletta glasögon från samma recept. Erbjudandet kan inte kombineras med andra paketpriser.

Kostnadsfri synundersökning vid köp av glasögon.

Värde 395:- Utförs av legitimerad optiker.

Vill du delbetala?

Vi erbjuder avgiftsfri betalning!
Effektiv ränta vid 10.000 kr är 0 %
vid 10 månaders betalning.

Resurs Bank

✔ Ingen uppläggningsavgift ✔ Ingen ränta ✔ Ingen aviavgift

Vi erbjuder även ögonhälsoundersökning!

Regelbundna kontroller ger oss större möjlighet att upptäcka förändringar i tid.
En ögonhälsoundersökning kostar 895:- (60 min.) och då ingår fullständig synundersökning, tryckmätning, synfältsmätning, ögonbottenfoto samt expertbedömning av resultatet.

För mer information om ögonhälsoundersökning, besök vår hemsida.

glasögonmagasinet

Nyköping
Västerport Köpcentrum
Tel: 0155-28 88 53

Oxelösund
Gallerian, Järntorget 4
Tel: 0155-362 20 (Fd Sörners)

För öppettider med mera gå till: **www.glasogonmagasinet.se**

Malena Hellman, specialistsjuksköterska och HLR-instruktör;

”Att vara sjuksköterska är aldrig tråkigt”

Plötsligt händer det som inte får hända. Någon i din närhet faller ihop och är till synes livlös. Oavsett om det är en närstående eller en främmande person som drabbats kan du göra en livsviktig insats och rädda liv – om du har rätt kunskaper. Magazinet har träffat specialistsjuksköterskan Malena Hellman, 35 år, som vid sidan av arbetet på Nyköpings lasarett också arbetar med utbildning inom hjärt-lungräddning i det egna företaget Be Safe Nyköping – ett val som visar att arbete inom vårdsektorn kan vara minst sagt omväxlande.

Hur kommer det sig att du valde att studera till just sjuksköterska?
– Jag gick grundskolan i Nyköping och upptäckte under högstadietiden att vårdyrket hade något som lockade mig. Min mamma är sjuksköterska och har väl aldrig lockat mig till yrket, men hon har alltid talat väldigt gott om sitt arbete och alltid visat arbetsglädje. Jag tror att det påverkat mig. På gymnasiet läste jag omvårdnadsprogrammet och blev utbildad undersköterska. Sedan arbetade jag som undersköterska på akutmottagningen och dåvarande kortvårdsavdelningen medan jag läste till sjuksköterska vid Linköpings universitet. Vi var en hel klass från Nyköping som endast behövde åka till Linköping och Norrköping ett fåtal dagar per termin, övrig tid bedrevs utbildningen på distans i Nyköping. Jag bodde kvar i Nyköping med min sambo som pluggade på universitet på annan ort och jag fortsatte spela fotboll i IFK Nyköping, men så mycket till studentliv blev det inte. På kortvårdsavdelningen och akutmottagningen började jag sedan min karriär som sjuksköterska år 2010, säger Malena.

Idag är du också utbildad specialistsjuksköterska. Berätta mer om vägen dit.
– Efter tre år som sjuksköterska ville jag vidareutbilda mig och valet föll då på intensivvårdssjuksköterska. Jag kontaktade vårdenhetschefen på IVA och berättade att jag ville vidareutbilda mig. Hon erbjöd mig betald utbildning, vilket innebär att man får en studielön under utbildningstiden och i gengäld binder sig till att arbeta på avdelningen under två år. Jag sökte utbildningen, blev antagen, fick tjänstledigt och blev beviljad studielön. Jag läste en ettårig utbildning till specialistsjuksköterska via Karolinska universitet i Stockholm som var ganska krävande. Vi var på plats i skolan flera dagar i veckan och den 10 veckor långa praktiken var förlagd på Karolinska universitetssjukhuset i Huddinge, i treskift. Efter avslutad utbildning började jag arbeta på intensivvårdsavdelningen på Nyköpings lasarett. Efter efter drygt tre år läste jag ytterligare en utbildning till specialistsjuksköterska, denna gång med inriktning anestesi. Även denna utbildning var via Karolinska universitet med studier fem dagar i veckan och tio veckors praktik på operationsavdelningen i Huddinge. Jag fick, likt gången innan, tjänstledigt och beviljad studielön.

Hur ser ditt arbete som specialistsjuksköterska ut idag och hur trivs du?
– Jag har en heltidsanställning på anestesikliniken på Nyköpings lasarett som innebär 50 % tjänstgöring på intensivvårdsavdelningen och 50 % på operationsavdelningen. Jag trivs bra! Mitt arbete är omväxlande, jag har väldigt kompetenta kollegor och jag lär mig nya saker hela tiden. Utvecklingen går fort framåt och fullärd blir man aldrig, men jag är alltid hungrig på kunskap, menar Malena.

”Mitt arbete är omväxlande, jag har väldigt kompetenta kollegor och jag lär mig nya saker hela tiden”

Vad är det bästa respektive sämsta med att jobba som sjuksköterska, generellt, enligt dig?
– Att vara sjuksköterska är aldrig tråkigt. Det bästa är att jobba med människor, att möta såväl patienter som anhöriga, även om det ofta är i väldigt utsatta och tuffa situationer. Vi arbetar hela tiden i team med flera olika professioner och lär oss ständigt nya saker. Inget går upp emot tillfredsställelsen att hjälpa patienterna och göra skillnad. Det sämsta är bristen på sjuksköterskekollegor och också vår lön. Jag hoppas att politiker och regionens ledning kan lösa den ekvationen snarast.

Idag driver du också eget företag inom HLR – Be Safe Nyköping. Hur kommer det sig att du som sjuksköterska valde att starta eget företag?
– Företaget startade jag för precis ett år sedan. Jag utbildar inom hjärt-lungräddning till barn och vuxna, såväl till allmänheten som till sjukvårdspersonal. Jag utbildar gärna alla i samhället som är intresserade av en HLR-kurs, inga förkunskaper krävs. Jag är utbildad instruktör inom hjärt-lungräddning sedan många år och har utbildat mycket både på lasarettet och många i min närhet. När förfrågan om utbildning började komma från flera företag i Nyköpings kommun valde jag att starta företag för att kunna köpa in eget material och göra reklam för vilka tjänster jag erbjuder. Jag arbetar heltid på lasarett och utbildar på min lediga tid. Det fungerar bra! Jag planerar mitt schema själv på lasarettet och har jag bokningar för HLR-utbildning med god framförhållning så kan jag vara väldigt flexibel.

Beskriv kortfattat hur en HLR-kurs går till och vad man får lära sig.
– Under varje HLR-kurs går vi igenom vad hjärtstopp är och hur man identifierar ett hjärtstopp. Vikten av att tidigt larma och vikten av larmoperatörens stödjande roll. Vi går igenom handlingsplanen vid hjärtstopp och tränar på att utföra hjärt-lungräddning med god kvalitet, bröstkompressioner och inblåsningar. Vi tittar på användandet av hjärtstartare och var i samhället de finns. Vi går igenom handlingsplanen vid luftvägsstopp och tränar på ryggslag och buktryck. Utbildningen är varvad med teori och praktik där alla deltagare erhåller en egen docka så vi kan träna både i grupp och individuellt, berättar Malena.

Efter genomförd kurs kan man, om man vill, anmäla sig på tjänsten ”Sms-livräddare”. Vad innebär det?
– Sms-livräddare finns nu i 10 regioner – bland annat Sörmland – och engagerar mer än 110 000 frivilliga livräddare. De som anmält sig kan larmas ut till hjärtstopp via en app mellan kl 07.00-23.00 av larmcentralen för att utföra HLR eller för att hämta närmaste

Fortsättning på nästa sida

Malena Hellman, specialistsjuksköterska och HLR-instruktör

”Svenska HLR-rådet rekommenderar alla att utbilda sig inom vuxen- och barn-HLR, samt att repetera detta varje år”

hjärtstartare och bege sig till den drabbade. När larmet kommer i appen Sms-livräddare visas ett ungefärligt avstånd till den nödställda och du kan själv välja om du vill acceptera eller avböja larmet. För att registrera dig som sms-livräddare ska du vara över 18 år och ha kunskaper i HLR.

Varför är det så viktigt att gå en HLR-kurs regelbundet?

– Flera vetenskapliga studier visar att tidig HLR, startad direkt av lekman, ökar chansen till överlevnaden 2-3 gånger jämfört med om ingen HLR är utförd före ambulansens ankomst. Kan en hjärtstartare kopplas snabbt och en strömstöt ges inom tre minuter från kollaps har så hög överlevnad som 70 % påvisats vid bevittnade hjärtstopp. Tid till behandling är den helt avgörande faktorn! Svenska HLR-rådet rekommenderar alla att utbilda sig inom vuxen- och barn-HLR, samt att repetera detta varje år. Högkvalitativ HLR och att träna ”lite men ofta” är metoder för att hålla kunskaperna på topp, menar Malena.

Slutligen, har du några tips till den som är sugen på att utbilda sig till sjuksköterska, alternativt redan jobbar som sjuksköterska och skulle vilja läsa en specialistutbildning?

– Sök utbildningen! Grundutbildningen finns vid många universitet och efter avslutad utbildning är du garanterad jobb. Utbildningen är bred och du väljer själv till vilket område du vill söka dig när du är färdigutbildad. Är du nyfiken på att vidareutbilda dig till specialistsjuksköterska rekommenderar jag dig att kontakta den avdelningen du är intresserad av. På anestesikliniken är du alltid välkommen att hospitera inom våra specialistområden anestesi, operation och intensivvård. Vi visar dig runt och du får vara med i vården innan du bestämmer dig. När du väl bestämt dig finns dessutom möjlighet att ansöka om att få specialistutbildningen betald. På anestesikliniken söker vi även grundutbildade sjuksköterskor för anställning på kliniken där du får arbeta i väntan på att du blir antagen till din specialistutbildning. Den 5 oktober mellan klockan 15-18 planerar anestesikliniken att ha öppet hus där du kan möta specialister inom operation, anestesi och intensivvård, tipsar Malena avslutningsvis.

Hjärt-lungräddning – kunskaper på liv och död

Magazinet har bett Malena att kortfattat förklara de rådande riktlinjerna för HLR för vuxna och barn i samband med reportaget. Vi vill också passa på att uppmana alla våra läsare att utbilda sig inom livräddning regelbundet. Dina kunskaper och insatser kan rädda liv.

Vuxen-HLR: *kontrollera medvetande, kontrollera andning, larma, starta HLR om personen är okontaktbar med onormal eller ingen andning: 30 kompressioner varvat med 2 inblåsningar till hjälp kommer. Kompressionsplatsen är mitt på bröstkorgen, kompressionsdjup 5-6 cm, med takten 100-120/min. En inblåsning ska ta en sekund, till bröstkorgen höjer sig. Den drabbade ska helst ligga på hårt underlag. Är ni flera som kan hjälpas åt ska en starta HLR, en larma och en hämta närmaste hjärtstartare. HLR ska fortgå med så få avbrott som möjligt, minimera till exempel avbrott i bröstkompressionerna för att utföra inblåsningar.*

Barn-HLR: *kontrollera medvetande, kontrollera andning, gör 5 inblåsningar om barnet har onormal eller ingen andning innan du larmar. Till ett barn som är okontaktbart och inte har någon normal andning ska man, till skillnad från de vuxna, alltid inleda med att göra 5 inblåsningar. Detta då den vanligaste orsaken till hjärtstopp bland barn är syrebrist. Därför är också antalet kompressioner färre (15 st) jämfört med antalet till vuxna (30 st). En inblåsning ska ta en sekund, till bröstkorgen höjer sig. Finns inte någon telefon i närheten ska HLR utföras i en minut innan larm till 112: 15 kompressioner varvat med 2 inblåsningar om okontaktbar person med onormal eller ingen andning. Komprimera 1/3-del av bröstkorgens höjd vilket motsvarar 4-6 cm djup beroende på ålder. Är ni flera som kan hjälpas åt ska en starta HLR, en larma och en hämta närmaste hjärtstartare. Om barnet ser vuxen ut kan teknik för vuxen-HLR tillämpas (30:2). Har livräddaren inte övat barn-HLR ska livräddaren larma 112 och starta HLR med omväxlande 30 bröstkompressioner och 2 inblåsningar (30:2). Precis som hos vuxna ska HLR fortgå med så få avbrott som möjligt, minimera till exempel avbrott i bröstkompressionerna för att utföra inblåsningar.*

Vad är din bostad värd? Idag och om 6 månader.

Ska du sälja eller bara intresserad av hur värdet på din bostad utvecklas just nu? Vi hjälper dig med en värdering och svar på dina frågor om bostadsmarknaden. Med vår värdebevakare kan du dessutom följa värdet på din bostad över tid, enkelt via sms eller e-post.

Hör av dig så hjälper vi dig.

Fastighetsbyrån Nyköping & Oxelösund
0155 - 28 60 40 / fastighetsbyran.com

Fastighetsbyrån

Veteranpoolen står inför rekordrekrytering

Fotograf: Carina Gran

Trots osäkra ekonomiska tider går Veteranpoolen som tåget. Efterfrågan på hybridpensionärer som jobbar extra är större än någonsin – och nu behöver minst 1 500 seniorer rekryteras under resten av 2022. Bara i Nyköping och Oxelösund med omnejd handlar det om ett trettiotal.

Veteranpoolen har stark tillväxt trots hög inflation och den allmänna ekonomiska osäkerhet som råder. Antalet kundförfrågningar är på rekordnivåer och i juni var produktionen högre än den någonsin varit. Allt fler kunder lockas av Veteranpoolens upplägg och även intresset för att bli hybridpensionär, eller jobbonär, hos Veteranpoolen växer. Behovet av veteraner som vill kombinera pension med jobb är mycket stort, enligt vd Mats Claesson:

- Vi märker av ett allt större tryck från både privatpersoner och företagskunder. Nöjda kunder beställer mer och många nya kunder vill ha vår hjälp, vilket såklart är jätteroligt. Även fler och fler jobbsugna pensionärer hittar till oss, men faktum är att vi behöver rekrytera ytterligare 1 500 bara fram till nyår för att möta den kraftfulla efterfrågan.

Fritt och flexibelt efterfrågat bland hybridpensionärer

Pensionärer som jobbar är i ropet, vilket inte minst återspeglas i att ordet jobbonär tog sig in på Språkrådets nyordslista förra året. Många arbetsplatser har insett vilken guldgruva av kompetens och erfarenhet som 60-plussarna besitter.

- Även pensionärerna själva är mer sugna än någonsin på att blanda upp ledigheten med ett extraknäck. Enligt Pensionsmyndigheten har intresset för att jobba som pensionär ökat stadigt sedan mitten av 00-talet. Och i Veteranpoolens externa undersökning, gjord i våras bland drygt 1 500 stycken 65-70-åringar runt om i landet, svarar 45 procent av de tillfrågade att de kan tänka sig att jobba efter pensionen. Men man vill att upplägget ska vara fritt och på sina egna villkor.

- Vi märker att det allra viktigaste för våra medarbetare, både befintliga och nya, är flexibiliteten. Att de kan välja uppdrag utifrån vad de tycker är roligt och passar in i övriga livet. Om man som pensionär i stället väljer att stanna kvar på sin gamla arbetsplats finns det inte alltid utrymme för den friheten. Nu hoppas vi att många fler pensionärer vågar testa att kombinera jobb och pension, säger Mats Claesson.

30-tal nya medarbetare till Veteranpoolen Nyköping och Oxelösund bara i år

I Nyköping är det ett stort tryck på hushållsnära tjänster som hantverk, trädgårdstjänster och städning. Men även många lokala företag har fått upp ögonen för Veteranpoolen.

- Det är fler och fler företag som hör av sig och vill ha hjälp med bemanningen, både löpande uppdrag och som lösning under tillfälliga toppar. Man väljer oss för att vi är snabba och smidiga, ibland går det bara några dagar från första samtalet till att vi har en veteran på plats.

-Våra medarbetare uppskattar också att det finns så många olika typer av uppdrag att välja mellan, säger Kristin Bladh Ström och Karin Lindvall, ansvariga för Veteranpoolen i Nyköping och Oxelösund.

Du gör Nyköping bäst i världen

Evelina, en av Nyköpings
56 591 ambassadörer

Vi vill tacka dig som välkomnar besökare hit. Du som bjuder på ditt Nyköping. Du som ger någon annan minnen för livet. Till dig och alla andra Nyköpingsbor har vi samlat tips som gör er till ännu bättre ambassadörer.

Nykopingsguiden.se/ambassador

Nyköpingsguiden

TOYOTA RAV4

VÄRLDENS MEST SÅLDA SUV

Toyota RAV4 är byggd för att köras – och designad för att synas.
Ett robust yttre kombinerat med en högkvalitativ interiör och enastående köregenskaper. Välkommen in och provkör den hos oss på Industrigatan 10 i Nyköping eller läs mer på toyotanykoping.se.
Pris från: 372.900kr

ÖPPETTIDER:
Mån–fre 10–18, Lördagar 10-14
www.toyotanykoping.se

Industrigatan 10,
Nyköping
0155-217170

TOYOTA NYKÖPING
MOTORCITY

Höstens prakt

Det finns inte mycket som slår höstens färgprakt, naturen är väl ändå helt fantastisk som bjuder på detta skådespel alldeles gratis. Nu när så mycket annat kostar så mycket är det härligt att kunna hitta nöjen som inte dränerar plånboken helt. Det har varit en omtumlande sista månad med val och löpsedlar som varnar för vargavinter och elpriser som skenar och det kommer säkert fortsätta vara en omtumlande höst.

Att ta en paus från alla tankar och nyhetsflöden med att pyssla i sin trädgård kan vara en riktig lisa för själen. Vi har fått hem ett fint sortiment av höstlökar som du planterar nu för att sedan njuta av till våren. Humlor och bin är tacksamma för att du planterar vårblommande lökar då de är viktiga för deras överlevnad. Så gör både dig själv och dem glada genom att plantera ett färgglatt potpurri av tulpaner, krokus och påskliljor.

När du planterar blomsterlök kan du gärna mylla ner lite benmjöl ihop med lökarna då det gynnar knoppsättning och blomning. Du kan plantera lökarna från september till tjälen kommer, men ju tidigare desto mer hinner löken rota sig. Själv planterade jag i och för sig i mitten av december förra året, vilket gick alldeles utmärkt då jag fick njuta av vackra tulpaner och doftande hyacinter i vårsolen i våras. När du planterar lökarna gräver du en grop som är två till tre gånger så djup som löken är stor, sedan kan du välja om du lägger ned alla med spetsarna uppåt eller om du varvar och lägger några på sidan eller upp och ner, på så sätt förlänger du blomningen lite, då de som har längre väg upp kommer blomma lite senare.

”...att pyssla i sin trädgård kan vara en riktig lisa för själen”

En annan blomma som blivit väldigt populär under senare år är dahlian. Vi har sålt stora mängder dahlia både i knöl och i färdiga plantor och jag vet att alla inte är helt säkra på hur man ska göra nu när hösten och kylan kommer för att övervintra sina Dahlior. De är väldigt frostkänsliga och vissnar ner när första frostnatten har varit, då har det blivit dags för dig att gräva upp knölarna. Klipp bort allt som är ovan jord men du kan lämna cirka tio centimeter av stjälken, lägg dem därefter att torka några dagar på lite tidningspapper eller äggkartong. Skaka sedan av jorden från knölarna och lägg dem i en låda med torvmull, sand eller sågspån och förvara dem mörkt och svalt, runt fem grader. Har knölen väldigt mycket sugrötter kan det vara bra att klippa bort dem, då det lätt bildas mögel i dessa virrvarr. I början av april är det sedan läge att väcka knölarna till liv igen.

Nu när skymningen kommer tidigare och vi vistas mer inomhus kan våra inomhusväxter behöva lite extra omsorg, en del kanske till och med behöver bytas ut mot något nytt och fräscht. Ibland får man faktiskt ge upp, jag har själv haft några projekt med inomhusväxter som jag inte velat slänga, men som till sist fick göra sitt på komposten i stället. På Oscarsbergs trädgård har ett litet utbud av olika gröna och blommande, tåliga inomhusväxter att pryda ditt köks eller vardagsrumsfönstret med.

Tänk på att minska gödning och vattning under höst och vintermånader, däremot är det bra att duscha växterna under denna period då luften inomhus lätt blir torr då vi ökar värmen och då mår de inte så bra. Men nu i år kanske några av er sparar lite el genom att ha några grader kallare hemma, vilket kommer gynna trivseln hos inomhusväxterna. Inget ont som inte har något gott med sig som det heter.

Att plantera på hösten är ju som vi tjatat om tidigare, alldeles perfekt för den som är lite bekväm, det ställer

Fortsättning på nästa sida

”...rönnbär är inte bara fantastiskt vackra träd, med skirt bladutspring, läckra flata blomställningar och underbara höstfärger, utan deras bär är både nyttiga och användbara”

ju mycket mindre krav på dig då du inte behöver springa och vattna var och varannan dag utan att växterna får sköta sig själva lite mer. Buskar, träd och perenner funkar utmärkt att plantera och vi kör en rejäl höstrea i år för att skapa lite plats till nytt sortiment till våren. Det finns med andra ord ingen anledning att vänta med att plantera något till i vår med våra fördelaktiga priser och gynnsamt planteringsväder som hösten bjuder på. Vi har fortfarande ett brett sortiment av både prydnadsträd, fruktträd och prydnadsbuskar kvar, där du kan fynda riktiga rariteter till fantastiska priser.

Häckplantor i barrot går det bra att beställa redan nu för att sedan hämta dem i oktober/november när de är leveransklara. Skönt är ju att gräva och förbereda redan nu, så går det snabbt och lätt att sätta ner dem sedan vid leverans. Behöver du hjälp att bestämma vilken sort du ska välja till din trädgård har vi uppvuxna och planterade häckar i våra visningsträdgårdar och vi står alltid redo med goda tips och råd. Nu på hösten är det också läge att sätta fast limring på äppelträd om du har haft problem med Frostfjärilen och dess larver, du märker det på våren om både blad och blommor blir uppätna av glupska, gröna mätarlarver. De rör sig karakteristiskt genom att de viker ihop sig vid varje steg. Larverna har inga problem att kaläta hela grenar på fruktträden men kan också angripna lind och syren. Det finns ett enkelt sätt att stoppa den och det är att fästa en limring runt stammen, innan frosten kommer, då kan inte frostfjärilshonan krypa upp och lägga sina ägg i grenveck och sprickor i barken.

Nu är det också dags att ge gräsmattan en sista omvårdnad för att stärka upp rotsystemet innan vintern. Kvävefattigt höstgödsel är det vi rekommenderar. Passa på att toppdressa och stödså gärna fläckar eller tråkiga ytor i gräsmattan som tagit stryk under de torra sommarmånaderna. Klipp inte gräsmattan för kort sista klippningen, utan fem centimeter är lagom. När det är under åtta grader slutar gräset att växa, så en enkel minnesregel är fem grader ute, klipp ner till fem centimeter.

När flyttfåglarna börjar ge sig av är det dags att mata in småfåglarna inför de kallare månaderna. Vi har ett jättefint sortiment med fågelfrö och talgbollar hemma. Det finns solrosfrön utan skal, så att du slipper allt skräp, men också lyxblandning och jordnötter. De är förpackade i praktiska plastlådor med genomskinligt lock så att du ser hur mycket som finns i. Fågelmatare i olika storlekar och format finns också att välja mellan, både vackra och hygieniska.

Något annat som vi gärna låter fåglarna njuta av är rönnbären i vår trädgård. Men rönnbär är inte bara fantastiskt vackra träd, med skirt bladutspring, läckra flata blomställningar och underbara höstfärger, utan deras bär är både nyttiga och användbara. De är riktiga vitaminbomber som är fulla av både c-vitamin, mineraler och anitoxidanter. De går bra att torka eller frysa in, vilket också gör att bären blir lite sötare. De passar bra både i smoothien, på filen eller till gröten på morgonen. Du torkar dem genom att lossa bären från klasen och sprid ut dem på bakplåtspapper på en ugnsplåt. Torka dem sedan långsamt, håll temperaturen under 42 grader för att behålla alla näringsämnen. Ställ gärna luckan på glänt eller släpp ut fukten med jämna mellanrum.

Avslutningsvis så får jag väl slå ett slag för trädgårdsarbete, som ju är ett fantastiskt sätt att hålla värmen på om elräkningen skenar i höst. Kratta in löv i rabatter, rensa ogräs så länge det inte är tjäle och passa på att gräva om trädgårdslandet. Plantera lite nya fruktträd eller varför inte något vackert att vila ögonen på. På Oscarsbergs sprakar höstfärgerna, både i visningsträdgården men också på en hel del buskar och träd som finns till försäljning, vill ni så ses vi och du får ta med ditt vackra exemplar hem.

Ulrika Juul

Oscarsbergs trädgård

VÅRT BÄSTA ERBJUDANDE!

Träd, buskar & perenner

50 %

Giltigt t.o.m. 221031. Gäller endast lagervaror och ej i kombination med andra rabatter.

Oscarsbergs

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

Erik Olsson växer med fler mäklare

Tillsammans är vi starkare - Nu återfinns ännu fler rutinerade mäklare på Västra Storgatan 7 i Nyköping hos Erik Olsson Fastighetsförmedling.

Mäklarna från Husman Hagberg återfinns nu hos Erik Olsson Fastighetsförmedling. - Det känns extra kul att vi nu tillsammans verkar under ett gemensamt varumärke. Målet är att skapa rätt förutsättningar för att leverera något ännu bättre tillsammans.

- Vi är glada att samla några av de bästa mäklarna på marknaden och kunna hjälpa fler Nyköpingsbor i sina bostadsaffärer. Det känns också bra att förstärka vårt befintliga team i Nyköping med ytterligare erfarenhet och stark lokalkännedom.

Erik Olsson Fastighetsförmedling finns i Nyköping på Västra Storgatan 7. Innan Erik Olsson huserade Indiska i huset.

- Precis som tidigare kommer vi fortsatt att erbjuda våra kunder i Nyköping en högkvalitativ mäklartjänst som har gett våra kunder bäst betalt 14 år i rad, säger Therese Thunström, VD på Erik Olsson Fastighetsförmedling Nyköping/Oxelösund.

Erik Olsson Fastighetsförmedling *startade 1997 med en idé om att utmana branschens konventioner. Att tänka nytt istället för att göra som man alltid gjort. Att jobba metodiskt och proaktivt istället för att annonsera och vänta. Ambitionen var att erbjuda en modern mäklartjänst som minimerar det oroliga pirret i magen för alla inblandade och maximerar möjligheterna till en bra affär.*

Idag finns vi på 20 olika platser runt om i landet. Cirka 300 medarbetare, varav 240 är mäklare, förmedlar varje år tusentals lägenheter, bostadsrätter, hus, radhus, villor, tomter och nyproducerade bostäder.

Erik Olsson

erikolsson.se
077-155 10 00

Varmt välkomna till oss på Erik Olsson Fastighetsförmedling i Nyköping/Oxelösund!

Therese Thunström

Susanne Karlsson

Sofia Bengtsson

Pernilla Briheim

Josefin Norelius

Jessica Larsson

Johanna Flink

Amanda Lindebrink

RIR EVENT PRESENTERAR
ROBERT WELLS
NY CD:
SONGS WITHOUT
WORDS
VID
FLYGELN
LISZT
BEETHOVEN
NORMAN
CHOPIN
GRIEG
WELLS
NYKÖPING, CULTURUM
ONSDAG 2 NOVEMBER • KL 19.30 • Bokas via tickster.com
www.wellsmusic.se

KORSORD

NJUTNING SOM KRÄVER LUTNING		NERVIG		VILL EJ GÄENDE	HÅLLER NAV PÅ PLATS	SÄNDER I I-LAND		TVÄRSLÅ														
BLIR VARA MAN VILL SPARA																						
				MÄRKT MAN GÅLNAS SAKER																		
TA I FÄMN																						
KAN BÅDE ELEV OCH FRÅLST GREJA						GAS OCH MÄTT DANSK Ö																
DREJAS TILL SJÖSS			GÖR OVANLIGT HETA STAG					MEDEL-PUNKT														
					ÄR HÖV-DING-STYRT LIST																	
HAR VARJE MAN		HAR RÅG I RYGGEN SOMMAR-TORPARE																				
HÖRS MÅGERS MAGE?						FJÄRR-STYRS VÄTT I TORRT			ETT LÄNGRE I MER EF-TERSÖ-KANDE ÄN NÖD-VÄNDIGT SKAM		BLUNDAR FÖR MÅNG-FALDEN	KAN LEDA NÄRA	MATTOR	KALLAD ÖVER ETERN	TAGGAD KONUNG		FLOTT-SLAG	DEN KAN GLÄNSA I RING	HOORD
FÖR MAN MEST FÖRR				HARRYS VIV LÅNG-SIMMARE				HAR ALLA VARIT NYMFER														
					BÖR HJÄLTE VISAS VÄXANDE								DET BARNET KOM SIST GODSET									
RÖR BAK-GRUN-DEN			SMÅ-PENGAR BLANDA							ÄR SNÄR-LIKA UTÖVA							VERKAR MED SIG TA BRUK I BRUK					
ETT SISTA SLAG I RINGEN		UTAN KRUSI-DULLER KAPEN				ÄPPEL-KINDAD						MER-SMAKEN RÖR EJ ANDRA									FYLLS AV ELEVER	
KVÄVE KLÄ PÅ SIG						GJORDES KANSKE EN MED BLOMMOR								GÖRA EN MASSA I KÖKET GENLJUD								
				ÄR INGET LIKA MED VET VAR DU ÄR					GÅR RUNT I VAGOR UTREDA									BUMS OSÄKER SOM VASA			
PIPER SVAGT GJORDE ÖRON						KAN TALANDE TYSTNAD FILM-NICK					RANG-ORDNAR BACK-SLAG								INTE LÄTT ÄTT RUBBA	
UTTRÄ-KAD	FÖR-BINDA PARTIER		FARA FRAM OCH ÅTER VÄRN							DRAS BILDLIGT RIMLIGT TÄNK					I REM-MARE	DRA PÅ DE ÄR SÄNKTA TONER					
ANTYDD ÖNSKAN					PÅ OLIKA VILLKOR SKRAPA								ÄR DET MED NYA RUTINER STICKSÄK							HALV-SATT ÄRTIGT	
				DRABBAR KRUKA GIBBON								SES PLÄ-KAT PÅ KOPPLAS TILL INTER									
INTRES-SERAR DEN SOM NÄ-VIGERAR FÄRDAS TILL FOTS		HAR INTE BARA ÅKELA SES TID					MORS ÄR EN BILDAR RÖTT				FIN SKILLNAD BÄR SKÄGG							SÄTTS FÖR BAK BÖJLIG			
									DEN FINNS AV HÄSTTYP							OVAN-LIGT VÅR-AKTIG					
						DET ÄR EN VÄL AVGRÄN-SAD STAT							ÄR INGEN BRA BIFF							SVANTE DREJENSTAM	

©MEDIAKRYSS

Skicka lösningen till tobbe@media-mix.nu så har fem personer chans att vinna en biljett till konsert med Ronnie Gardiner Quartet. Vi behöver din lösning senast onsdag 28 september.

Ronnie Gardiner Quartet

Ronnie Gardiner, trummor
Karl Olandersson, trumpet
Mathias Algotsson, piano
Hasse Larsson, kontrabas

Lördag 1 oktober 18.00 S:t Botvids kyrka Oxelösund

Entré 250:- + serviceavgift. Biljetter: visitoxelosund.se

Foto: Tore Marklund

Från utställningen "Barnablick" av Soulimane Baro

Intressanta utställningar på NK-villan i höst

Pia Lordell Karlsson - "Min okända resa"

24/9 2022 – 8/10 2022
Industrirummet

"Välkomna till min fotoutställning som heter 'Min okända resa' som handlar om bröstcancer med privata bilder."

Vernissage: Lördag 24 september 2022 kl. 12.00-15.00. Utställningen pågår t.o.m. 8 oktober 2022.

Pia Lordell Karlsson

Förening i konst Nyköping

15/10 2022 – 29/10 2022
NK-salen och Industrirummet

Förening i konst är en förening för konstnärer och konstentusiaster i östra Sörmland. Föreningens medlemmar visar upp sin konst under denna utställning.

Vernissage: Lördag 15 oktober 2022 kl. 12.00-15.00. Utställningen pågår t.o.m. 29 oktober 2022.

Konstföreningen Färgklicken

26/11 2022 – 10/12 2022
NK-salen och Industrirummet

Medlemmar från Konstföreningen Färgklicken visar upp sin konst.

Vernissage: Lördag 26 november 2022 kl. 12.00-15.00. Utställningen pågår t.o.m. 10 december 2022.

"Barnablick" - fotoutställning av Soulimane Baro

24/9 2022 – 8/10 2022
NK-salen

"Genom att fotografera mina söners vänner har jag försökt få fatt i de känslor som vi vuxna inte alltid tar oss tid att se. När jag har mött barnens blickar har jag upplevt ett behov av utbyte, stunder av flyktigt samförstånd. De har velat dela med sig av det de har inombords. I de här barnens ögon finns ofta en okynnig glädje, ibland frågor, sällan ledsnad. Den som är uppmärksam kan känna kraften i deras personlighet framför kameran. Till sist: om vi ger oss tid kan vi upptäcka de skatter som bor i var och en av oss, människan i all sin komplexitet och enkelheten hos barnet som gömmer sig i oss alla."

Soulimane "Solo" Baro är sociolog från Burkina Faso och före detta FN-anställd, numera bosatt i Sverige. Solo började fotografera när han var 15 år, men det var under universitetstiden som hans passion för foto växte sig stark på riktigt. Han köpte sin första systemkamera och från att tidigare mest ha knäppt snabba bilder hade han snart sitt eget fotolabb. År 1981 fick han juryns pris i en fototävling organiserad av franska kulturcentret i Ouagadougou.

Porträttfotografi är Solos favoritområde, även om han också gärna fotograferar landskap och arkitektur. Han är särskilt intresserad av att porträttera sina barn och deras vänner. Utställningen Barnablick ser han som ett gyllene tillfälle att dela med sig, inte minst till dem som brukar säga "Solo, du fotar alltid, men vi får aldrig se dina bilder". De flesta fotografierna på utställningen är tagna i Dakar, Senegal.

Vernissage: Lördag 24 september 2022 kl. 12.00-15.00. Utställningen pågår t.o.m. 8 oktober 2022.

ALTANDÖRR PÅ KÖPET!*

48 månader räntefritt

Fönster med lågt u-värde och kondensskyddat glas.

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. Vill du veta mer om vårt låga u-värde 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 17 B i Nyköping.
Öppen onsdagar kl 12-18, övrig tid efter överenskommelse.

Boka ett kostnadsfritt hembesök med våra lokala projektledare i Södermanland på:
020-78 00 00 | www.morups.se

MORUPS®
FÖNSTER SEDAN 1932

Fönsterbyte. Som det borde vara.

* Gäller vid köp av minst 7 st fönster. Läs mer om kampanjen på vår hemsida.

Landhöjning och exklusivt skithus - funderingar kring Nyköpingshus

Vilken ynnest det är för oss nyköpingsbor att ha en plats som Nyköpingshus tillgänglig. Här finns mycket historia och även en hel del myter och fantasifulla berättelser nära förknippat. En historisk lekplats för både vuxna och barn att glädjas åt, något som gäller dagens unga likaväl som mig och mina kompisar som växte upp under 1950- och 1960-tal. Här följer en artikel som härrör några av mina tankar, antaganden och minnen förknippade med Nyköpingshus.

Under ett par lektioner i skolan på 1950-talet fanns inlandsisen på schemat. Vi fick bland annat veta under vilken tidsperiod Sverige varit täckt av is, istjocklek, landhöjning och havsnivåer. Något som jag tyckte var svårt att förstå var förhållandet mellan landhöjning och vattennivå - vilket är lika svårt att förstå än i dag! Som redan nämnts var Sverige för tusentals år sedan täckt av is. Efter beräkningar och antaganden anses det att istäcket i norra delen av landet hade en tjocklek av cirka tretusen meter.

När isen för omkring tjugotusen år sedan började smälta kom den sedermera att skapa stora översvämningar i Sverige. För ungefär sextusen år sedan anses havsvattennivån ha legat omkring fyrtiofem meter högre än i dag. Och för cirka tusen år sedan hade havsvattennivån "sänkt sig ytterligare" och återfanns då omkring fyra meter högre än idag.

Den enorma tyngden av isen gjorde att jordskorpan trycktes ner. Men vartefter isen smälte blev trycket mindre på jordskorpan som börja resa sig. Störst är landhöjningen i norra Sverige, med omkring tio mm per år, för att sedan minska ju längre söderut man kommer. I Sörmland är landhöjningen cirka fyra mm per år. Som minst är den i Skåne, med omkring en mm per år. Att landhöjningen är mindre i södra delen av landet beror sannolikt på att istäcket där inte var så tjockt, att det inte tryckte ner jordskorpan lika långt som i norra delen av landet.

Under 1100-talet uppfördes för Nyköpings försvars räkning en kastal invid ån, samt vid Nyköpingshus. Man kan undra över hur kastalen kunde uppföras på platsen då havsvattenståndet på 1100-talet ju var omkring fyra meter högre än i dag. Kastalen bör väl ändå ha uppförts på fast mark? I mitten av 1500-talet lät så Gustav Vasa uppföra ett kanontorn strax intill, vilket har sina grundstenar i samma marknivå som kastalen har. Vilket även renässansslottet som hertig Karl lät bygga i slutet av 1500-talet verkar ha!

På bilden ovan ses det smala dassfönstret inringat i grönt. Bilden till höger visar "fönstret" till dassets nedre del varifrån det tömdes. Gallret tillkom först under 1960-talet.

När vi ungar var och metade i ån vi kungstornet kom det ibland bussar med turister som skulle besöka Nyköpings hus. Vid ett tillfälle gick en del besökare utefter ån och fram till Kungstornet. Efter att ha betraktat tornet kom de fram till oss och frågade ”Vet ni grabbar om det var innanför det gallerförsedda ’fönstret’ som fängelsehålan fanns?” Turisterna blev nog lite

Dasset i kungstornet. I dag har dasset ingen dörr, men det fanns säkerligen förr.

förvånade, och kanske lite förargade, då en kompis framfusigt förklarade att ”fönstret” i fråga tillhörde den nedre delen av ett "skithus" som fanns uppe i tornet, där kungen satt och sket!

Att ha ett dass inomhus var troligen väldigt exklusivt och förekom nog endast på slott och i andra pampiga byggnader. Med dasset fjorton meter upp i tornet behövdes det nog heller inte tömmas så ofta. Men för att det med tiden inte skulle bli svårt fanns det nog någon person, troligen av låg rang, som hade som uppgift att tömma dasset emellanåt. Avfallet kastades troligen rakt ut i ån! Samma förförande har även följande generationer gjort ända in på 1960-talet. Men med skillnaden att avloppsvattnet fördes i rör vilka mynnade ut i ån. Först efter att ett nytt reningsverk stod klart på Brandholmen kom alla avloppsrören att ledas dit, istället för att mynna ut i, och förorena, Nyköpingsån.

Dasset fanns nog inte, som vi ungar då trodde, i kungens privata bostad. På våningen finns endast ett rum. Kungens bostad fanns nog därför på annat ställe i slottet. För inte skulle väl Sveriges kung bo i endast ett rum, även om det är rätt stort. Kanske var rummet istället där mötesdeltagarna kunde lämna sina ytterkläder, och kanske även passa på att gå på dass. Vilket i så fall man skulle ha möjlighet att göra nära möteslokalen. Övrig del av våningen upptogs/upptas av en stor och magnifik trapphall med början på våningen under. På våningen ovanpå fanns rikssalen, vilket jag minns att den tidigare landsantikvarie Ivar Schnell berättade när vi gjorde ett skolbesök på slottet. Då Nyköping på den tiden var rikets huvudstad (åtminstone då kungen vistades på Nyköpingshus) bör de flesta ärenden som berört landet behandlats i salen. Deltagare vid dessa tillfällen, vare sig det var inhemska, eller utländska sändebud blev nog mäkta imponerade av trapphallen när de anlände slottet, vilket säkert var avsikten.

Av svenska kungar som bott på renässansslottet var det först "byggherren" själv, hertig Karl, som år 1604 blev kung - Karl IX. En annan, kanske mer välkänd, kung var Karls son, Gustav II Adolf. Vem minns inte 1632 och Lützen? När den stora branden härjade Nyköping år 1665 nådde elden även delar av slottet som därefter kom att förfalla alltmer då det inte byggdes upp igen.

Källa:
Nyköping Östersjöns dotter, Carl-Arne Hornberg, 1984

Skribent: Arne Andersson • arnexandersson@gmail.com

LÄS MER PÅ HSB.SE

HYRESRÄTTER PÅ ARNÖ

AVSKILT MEN ÄNDÅ CENTRALT I NYKÖPING

Fastigheterna är belägna i det nybyggda området vid Arnö i Nyköping. Här bor man med närhet till natursköna omgivningar samt gångavstånd till Nyköpings centrum med mataffärer och gott om utbud av service och restauranger.

Inflyttningsrabatt första året!

STORLEKAR 1–4 rok, 33–94 kvm
HYRA 5687 – 12612 kr/mån
INFLYTT April 2023

HSB – där möjligheterna bor

TEXT & FOTO: **NICKLAS OLSSON**

Agnes är Ung resurs i församlingen

Sedan 1968 har Svenska kyrkan tagit emot över tretusen ungdomar i ett nationellt praktikprogram. Praktikantåret har gått under olika namn och formen har varierat, men kallas sedan 2012 för Ung resurs och är en del i en folkhögskoleutbildning. 21-åriga Agnes Thoäng är sedan några veckor Ung resurs i Nyköpings församling och kommer vara en del av församlingens verksamhet det kommande läsåret. ”Det är nervöst så här i början men samtidigt spännande” berättar hon.

Förra läsåret bestämde sig Nyköpings församling för att ta emot unga resurser för första gången. Ung resurs är en del av en folkhögskoleutbildning där man under ett års tid bor och gör praktik i en församling. Genom att praktisera inom församlingen får deltagarna både arbetslivserfarenhet och insikt i hur det är att arbeta i Svenska kyrkan. Fyra veckor under läsåret åker man till Älvsbyn folkhögskola för att utbyta erfarenheter med andra unga resurser som gör sitt praktikår i andra församlingar. Som ung resurs får man önska i vilken församling man vill bli placerad, utefter vilken typ av resurs som församlingen söker.

I år heter Nyköpings församlings unga resurs Agnes Thoäng.

Agnes är 21 år gammal och uppväxt i Stockholm, men har de senaste åren bott på många olika platser i Sverige. Olika folkhögskolelinjer har tagit henne till Linköping, Haparanda, Värmland och senast Oskarshamn. Just Oskarshamn är en plats som hon vill återvända till: ”Tanken är att jag efter året här i Nyköping ska påbörja en kantorutbildning i Oskarshamn, jag har sedan innan läst en förberedande kantorutbildning på samma folkhögskola” berättar hon. Tanken på att arbeta som kyrkomusiker föddes när hon läste på Lunnevads folkhögskola utanför Linköping. Kyrkomusiken har dock funnits med henne under hela uppväxten då både farmor och mamma har arbetat som kyrkomusiker – även om den sistnämnda idag arbetar som präst. Också på fritiden har musiken en stor plats i Agnes liv. Hon har sjungit hela livet och spelar gitarr sedan tidiga tonår. Som barn fick hon även lära sig att spela piano och fiol och pianospelandet upptog hon igen för två år sedan.

I Nyköpings församling kommer Agnes att få handledning i att spela orgel, men hennes huvudsakliga arbetsuppgifter kommer att vara fokuserade kring församlingens barn- och ungdomsarbete. ”En stor anledning till att jag ville göra detta var för att se hur det är att arbeta i en församling och hur en potentiell framtid kan se ut för mig” berättar hon. En del av året som Ung resurs är utbildningsveckor på Älvsbyn folkhögskola där man utvecklar sitt ledarskap, deltar i bibelsamtal samt diskuterar frågor kring exempelvis etik och moral. Nu väntar mycket nytt för Agnes med nya bekantskaper, en ny stad och en ny församling. ”Nyköping är helt nytt för mig och det känns som att det finns mycket historia här. Slottet tycker jag är häftigt, sedan tycker jag att orgeln i S:t Nicolai kyrka är väldigt fin”, berättar Agnes.

Vi hälsar Agnes hjärtlig välkommen till Nyköpings församling och ser fram emot ett år tillsammans med henne!

Vill du veta mer om Ung resurs?
Kontaka gärna Cecilia Cedergren
på 031-771 30 67
cecilia.cedergren@svenskakyrkan.se

ungresurs.nu
ETT PRAKTIKÅR I SVENSKA KYRKAN

ANNONS

Föreläsning

Välkommen på föreläsning om psykisk ohälsa hos barn och vad du som förälder kan göra för att förebygga detta.

Tidigare kuratorn **Lotta Halvardsson Ekdahl** föreläser och leder sedan efterföljande samtal. Du får verktyg och tips om hur du samtalar med ditt barn om svåra frågor.

ONS 19 OKT 19.00-21.00 • MARIAGÅRDEN

MARIAGÅRDEN 40 ÅR!

SÖNDAG 16 OKTOBER
13.00 Mat följt av aktiviteter
15.00 Mässa för alla sinnen
Välkommen till Brandkärr på festligheter!

Trygghet Ur Stöd

Studiecirkel för föräldrar med psykisk ohälsa

Är du förälder med psykisk funktionsnedsättning, ohälsa, eller sjukdom? Du är inte ensam. Vill du träffa andra föräldrar i liknande situation?

Studiecirkeln *Trygghet Ur Stöd* är speciellt framtaget för föräldrar med psykisk ohälsa, sjukdom eller psykisk funktionsnedsättning med barn 0-18 år. I Nyköpings församling leds studiecirkeln av Elin Roxne Barkström, präst, samt Karin Champy, diakon. Gruppen träffas fem gånger under hösten kring olika teman. Varje träff är en och en halv timme lång och innehåller fakta, filmer och samtal. Gruppen är liten och består endast av fem deltagare. Nyköpings församling arrangerade studiecirkeln för första gånger förra terminen och den blev mycket uppskattad av de föräldrar som deltog.

Känner du att detta skulle vara något för dig eller för någon du känner? Tveka inte att höra av dig med dina frågor och fundeingar.

Plats och tid
Vi träffas 13.30 - 15.00 i S:t Nicolai församlingshem följande datum:
5, 12, 19, 26 okt samt 9 nov.

Frågor och anmälan
Anmälan till Karin Champy
senast 27 september via tele:
070-276 74 44, eller e-post:
karin.champy@svenskakyrkan.se

0155-751 00 • www.svenskakyrkan.se/nykoping

Svenska kyrkan
NYKÖPINGS FÖRSAMLING

NYKÖPINGS

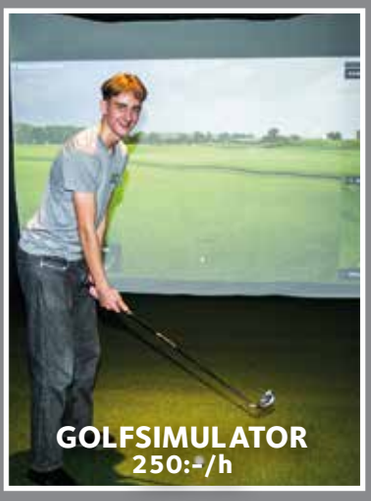
EVENT

CENTRA

PICKLEBALL • GOLFSIMULATOR • TIO-KAMP

KENNETH DAHLIN
En av sveriges bästa spelare.
Ansvarig för all utbildning
för både elit som nybörjare.

Nyköpings Eventcentra är redo för att stå värd för dig och dina vänner!



GOLFSIMULATOR
250:-/h

Alltid full fart på Nyköpings Eventcentra!

PICKLEBALL
120:- singelspel
200:- dubbelspel
Öppet alla dagar
- **Nybörjarkurs**
- **Tävlingar**
- **Ungdomssatsning**

SE TILL ATT DU JUST IDAG ÄR STARK!

KONFERENSRUM
250:-/h

TIO-KAMP 250:-/PERS
20 grenar att välja mellan.
Alla kan vara med!
- **Företag**
- **Föreningar**
- **Möhippor**
- **Svensexor**

10-KAMP

Välkomna till Norrköpingsvägen 13 (gamla Busis vid biografen) Nyköping • daladahlstrom20@gmail.com • 070-722 04 19

Läs mer på www.nykopingseventcentra.com

Vi firar 25 år 2022
Ring eller maila för en kostnadsfri offert!
Vid beställning av nya fönster ingår persienner.
0155-21 50 90, 0708-48 90 99 • gronqvist@allt2.se

Grönqvists Bygg AB

KUNGSHEM
FASTIGHETER

Kungsgatan 5, Nyköping
Endast bokade besök

0155-20 51 30, www.kungshem.se

VÄLKOMMEN TILL H-SON

UTHYRNING AV
SLÄP • BÅTTRAILER • BILTRAILER
SKÅPBILAR • MINIBUSSAR

• VERKSTAD
• TVÄTTHALL
• BUTIK
• DÄCK
• BILSERVICE

www. H-SON .se

0155-21 90 51 • 0723-66 60 11 • Norrköpingsvägen 2, Nyköping

Marcus Gustafsson

Ålder: 17 år.

Studerar ekonomi på Enskilda Gymnasiet.

Framtid: Studera på Handelshögskolan i Stockholm och därifrån arbeta som ledare på ett eller annat sätt. Genom företagande och eller chefsposter.

Marcus nyvald ordförande i Nyköpings Skol-IF

Först en klassisk idrottsfråga; hur känns det att få förtroendet att bli ordförande?
- Det känns givetvis väldigt bra att ha medlemmarnas förtroende. Jag är glad över att de litar på att jag kan ta det ansvar som krävs för föreningens bästa.

Berätta om din bakgrund inom Skol-IF.
- Min resa i Skol-IF startade när jag i fjol sökte om att få vara med i Nyköpings Enskilda Gymnasiums styrelse. Jag blev dessvärre avvisad där men fick tidigt efter det ett samtal av f.d. ordförande och verksamhetsansvarige Isak Betzholtz. Han frågade mig om jag var intresserad om att gå med i den så kallade Ledarskolan i Nyköpings Skol-IF istället. Efter samtal med honom och Dala kände jag att det skulle passa mig. Sedan dess har jag varit aktiv i föreningen.

Hur ser du på din nya roll som ordförande. Har du några nya idéer?
- Tidigare har våra möten varit någorlunda ostrukturerade och rollerna vi medlemmar innefattat har stundtals varit oklara. Min främsta uppgift och prioritet är att hålla styrelsen i schack. Det innebär alltså att hålla styrelsemötena organiserade och seriösa. Jag arbetar för att alla ska veta om sina roller och uppgifter i föreningen därför att jag är övertygad om att en stark styrelse lägger grunden för en bra förening.

Varför är Skol-IF viktigt?
- Skol-IF är väldigt viktigt för samhället och Nyköping som stad. Vi arbetar varje dag mot visionen om att göra Nyköping till en bättre ungdomsstad och arrangerar våra aktiviteter utifrån det. Vårt syfte är att barn och ungdomar ska inkluderas oavsett härkomst, religiös tillhörighet eller ekonomiska förhållanden. Barn från olika bostadsområden träffas och rör på sig, vilket leder till en bättre integration, fysisk hälsa och social hälsa.

Vad har du för målsättning med arbetet i Skol-IF?
- Jag vill att Skol-IF ska fortsätta växa i Nyköping och fortsätta arrangera de aktiviteter vi arrangerar för ungdomar.

Du har genomgått ”Ledarskolan” i Skol-IF. Berätta vad det är och hur du upplevde utbildningen?
- Ledarskolan är en kommité i Nyköpings Skol-IF som består av ett dussin ungdomar i 15-17-årsåldern och fylls på med nya ungdomar varje år. Jag fick med Ledarskolan åka på tre ledarskapsutbildningar i Västerås, Stockholm och Romme under loppet av ungefär ett halvår. Jag har gått på väldigt lärorika föreläsningar med bland annat Pär Mårts, Curt Lundmark och Dogge Doggelito. Föreläsningarna har kombinerats med samarbetsövningar och roliga aktiviteter såsom besök på äventyrsbadet i Västerås, Laserdome i Stockholm och skidåkning i Romme. Utbildningen avslutades med att bestiga Kebnekaise i juli. Jag är oerhört tacksam över att fått vara med på denna resa och känner att jag utvecklat mitt ledarskap och min självkänsla. Även som person.

Berätta om dina fritidsintressen.
- Jag är en kille med många bollar i luften och trivs väldigt bra så. Utanför Skol-IF arbetar jag med att dela ut reklam på helgerna åt SDR. Jag är även fotbollsdomare och dömer allt ifrån P/F15-matcher till division 6-matcher som assisterande domare. Parallellt med dömandet spelar jag fotboll i IFK Nyköping U i division 5. Jag är också dedikerad till skolan och har höga målsättningar där.

Berätta kort om dina personliga egenskaper enligt dig själv.
- Jag tycker att jag är en bra lyssnare och har lätt för att kompromissa med människor. Jag är självsäker och det tror jag har gjort mig till en bra ledare. Jag gillar struktur och är ansvarsfull och seriös när det behövs.
Jag skulle även säga att jag är bra på att uttrycka och att formulera mig.

Träna på Nyckelgym

** Ord pris. 3100 kr. Erbjudandet gäller 25/8 tom 30/10-22. Seniorer, 60 år och äldre 2490 kr. Ord. pris 2790 kr*

Vi finns i Frösängs Centrum.
Gymmet är obemannat. Medlemmar har tillträde alla dagar 5,00-23,00 och kan träna till 24,00.

Bli medlem på www.nyckelgym.se

eller kontakta oss
E-post: nyckelgym@hotmail.com
Telefon: 0705-18 96 75

nyckelgym

Vi möter dig med omtanke!

Praktikertjänst
TANDLÄKARE Göran Herbring

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

Villa och fastighetsägare!

Tilläggsisolera vinden och minska din värmekostnad rejält, samtidigt ökar du värdet på din fastighet.

Telefon: 0155 - 28 56 10
E-post: hakan@mb-isolering.se

ISOLERING AB
Lösulls-Specialisten®
BEHÖRIG LÖSULL

Företaget är miljö- och kvalitetscertifierat

Vi utför kostnadsfri besiktning av din vind!

Flanellskjortor från ERLA® OF SWEDEN

2 st 500:-
1 st 299:-

Finns i åtta olika färger

·1953·
SVEDLINDHS
·OXELÖSUND·

TEXT & FOTO TORBJÖRN DAHLSTRÖM

Vardagshjältar gör stor skillnad

Dom finns där runt omkring oss. Alla dom som gör det där lilla extra för att hjälpa andra människor som har det svårt. Människor som inte ser problem utan som istället ser lösningar. Människor som accepterar andra som dom är och gör allt för att de ska må bra. Människor som värnar om att alla individer i samhället ska ha en fungerande och givande vardag.

Det är tufft att inte vara som alla andra, men ändå ha en önskan om att passa in. I skolan, på fritiden eller i en arbetssituation. Charlie Vestman är snart 18 år och har en diagnos inom autismspektrat som för honom betyder generella språksvårigheter och lindrig intellektuell funktionsnedsättning. Det innebär bland annat att han har svårt att ta in nya oväntade saker som händer. Om det exempelvis helt plötsligt står en traktor i vägen på cykelbanan vet han inte hur han ska agera. Han blir paralyserad och stillastående. Ett annat problem för Charlie är att han har svårt att ta emot språklig kommunikation. Svårt att muntligt ta emot en uppgift, men om man visar uppgiften praktiskt förstår han och utför den mycket noggrant.

Charlie har begåvats med två föräldrar som gör allt de kan för att hjälpa sin son. Mamma Emelie har valt att vara hemma under barnens uppväxt. Tillsammans med maken Tony har de byggt sitt hem helt efter Charlie och hans syskons behov. Båda utför dagligen en ständig kamp för att Charlie ska få ett så normalt liv som möjligt. I skolan, på fritiden och i hemmet. Magazinet träffar Emelie hemma i villan i Oxelösund.

- Vi kämpar för att Charlie ska få ett så bra liv som möjligt och kunna göra allt som andra barn kan. Visst är det tufft många gånger i oändliga samtal med myndigheter som har sina principer och regler, men det finns också glädjeämnen i alla de vardagshjältar som finns i vårt civilsamhälle, säger Emelie med mycket värme i rösten.

Emelie lyfter fyra exempel på personer, företag och föreningar som på ett naturligt och självklart sätt hjälper Charlie. Alla utgår från Charlies behov, ser lösningar - inte problem.

- Björns Cykel, tillsammans med Bo ”Hotton” Hansson, byggde om och specialkonstruerade en cykel så Charlie kunde cykla till skolan. Tennisklubben i Oxelösund har ställt upp så Charlie kan spela tennis en gång i veckan. Frisören Johannes på Salong Hårslingan ser till att Charlie blir fin i håret. De ser inget konstigt i att anpassa sig efter Charlies behov. ICA Kvantum erbjöd Charlie sommarjobb under hans skoltid och praktik framöver. De har anpassat Charlies jobb efter uppgifter som han klarar. Och han klarar det galant. Han älskar att plocka varor och har ett enormt tålamod. Alla fyra, Björns cykel, Tennisklubben, Frisören Johannes och ICA Kvantum, alla är mina verkliga vardagshjältar, säger Emelie med eftertryck.

Emelie sitter i styrelsen för FUB Södra Sörmland. FUB startade som ”Föreningen för utvecklingsstörda barn”. När barnen blev större blev det så småningom ”För barn, unga och vuxna med intellektuell funktionsnedsättning”.

- Vi arbetar för att underlätta vardagen för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Men vi är också ett forum där vi kan del erfarenheter och prata med andra i samma situation. Alla vardagshjältar och sammanhållningen i föreningen gör att man känner att man inte står helt själv med sina problem, avslutar Emelie.

”ICA har centralt en gemensam strategi att hjälpa funktionshindrade personer genom att erbjuda arbete i våra butiker. Man måste acceptera att vi människor är olika och vår uppfattning är att alla, oavsett förutsättningar, ska få samma möjligheter till att fungera i arbetslivet”.
- Mathias Fernqvist, ICA Kvantum Oxelösund

”Charlie gör alltid sitt bästa, lyssnar på vad tränaren säger och är alltid lätt att träna. Vi utgår alltid från Charlies förutsättningar i träningen”.
- Brenda Njuki, Oxelösunds Tennisklubb
(På bilden är Charlie omgiven av Patrick Njuki till vänster och Tobias Lagerberg till höger).

TÄVLING

Vinn böcker av lokala författare på temat funktionsnedsättning!

Att slåss mot livet

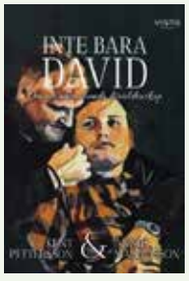
av Sandra Lagerstrand

Boken är en självbiografi om författarens liv med kromosomavvikelsen Turner Syndrom och NPF-diagnosen autism. En stark personlig berättelse om psykisk ohälsa.

”Livet är i ständig förändring. När man är på botten kan det vara svårt att se, men det kommer alltid förändras. Man kommer uppleva nya saker. Man kommer må bättre. Du är aldrig ensam. Kom alltid ihåg det. Du kanske inte har träffat många som du kan relatera till eller som förstår dig men det finns alltid några som är precis som du.”

- Sandra Lagerstrand

Sandra Lagerstrand



Inte bara David - om ett annorlunda föräldraskap

av Kent Pettersson & Annie Magnusson

En öppenhjärtlig berättelse om hur det är att vara förälder till ett barn med grav autism.

”Livet som pappa till David blev inte riktigt så som jag tänkt mig att ett föräldraskap skulle se ut. Där och då i tiden vid Davids födelse var jag elitidrottsman själv men också tränare och hade en helt annan livsplan. Min plan blev ’grusad’ och tog en helt annan riktning än det var tänkt. Det är det jag skildrar i min självbiografi, om ett annorlunda föräldraskap och om hur man kan hitta vägen ut. Det blev bra till slut även om vägen dit var otroligt jobbig.”

– Kent Pettersson

Kent Pettersson

SÅ TÄVLAR DU: Berätta för oss vilken av böckerna du vill vinna och motivera varför. Skicka ditt tävlingsbidrag till sanna@media-mix.nu senast den 9 oktober 2022. Två vinnare vinner varsin bok och vinnarna presenteras i nästa nummer av Magazinet.

LÄS MER PÅ HSB.SE

HYRESRÄTTER VID RAMDALSHAMNEN

ETT STENKAST FRÅN HAVET OCH NATUREN

Fastigheterna är belägna ett stenkast från Ramdalshamnens småbåtsbryggor. I närområdet finns fantastisk skärgårdsmiljö, motionsspår men också badhus, skola, matbutik och goda allmänna kommunikationsmöjligheter. Till Oxelösunds centrum är det ca 2 km.

STORLEKAR 1–3 rok, 36–64 kvm
HYRA 6024 – 9327 kr/mån
INFLYTT januari 2023

HSB – där möjligheterna bor

OXELÖSUNDS FÖRSAMLING

Styrkan i tacksamhet

TEXT: LOTTA WISS. FOTO: PXFUEL.COM

Egentligen borde det inte vara så svårt, det här med tacksamhet. De flesta av oss som bor i Sverige har ju otroligt mycket att vara tacksamma för. Ändå missar vi lätt att glädjas över det enkla, vardagliga utan tar det ofta för givet. Först om något jobbigt händer öppnas ögonen för hur bra vi egentligen har haft det.

De gånger jag blivit sjuk eller råkat ut för svårigheter kan jag tänka: *"varför var jag inte mer tacksam och nöjd när livet var i ordning eller när jag var frisk"*. Ändå är det så lätt att, när allt ordnar till sig igen, gå tillbaka till att fastna i småsaker som skymmer blicken från det verkligt viktiga och glädjen i det jag har. Därför kan jag bli så berörd av människor som, trots svår sjukdom eller extrem fattigdom, ändå är så otroligt positiva och tacksamma.

För många år sen mötte jag en man från Kenya. Han hade familj med många barn och bodde i det enklaste av lerhus, utan både el och vatten. Ett av deras barn hade dött av att ha druckit förorenat vatten, som fick hämtas långt från hemmet. Men ändå, trots avsaknaden av i stort sett allt jag ser som självklart, var han en av de mest tacksamma och positiva människor jag mött. Så berörande. Så fascinerande.

Och så personen jag känner som har en märklig sjukdom, som sakta men säkert har berövat honom förmågan att gå och sedan även att kunna njuta av en måltid. Istället får han ta in näring genom en slang i magen. Men jag har aldrig hört honom klaga på någonting. Istället är han full av glädje och mån om att hjälpa andra som har det svårt. Bland annat familjen i Kenya.

När jag tänker på dem så skäms jag för att jag kan komma ur balans över att vädret på resan inte blev som jag tänkt eller att det strular med leveransen av skorna jag köpte på nätet. Så banalt och oviktigt.

Den som kan sjunga av glädje mitt i prövningar och elände är den verkligt starke.

Kan det vara så att tacksamhet är något som formas genom miljön vi växer upp i, mer än våra förutsättningar? Det dessa två män har gemensamt är en stark tro på en Gud som bär dem genom allt.

Deras fattigdom och sjukdom är inte ett straff för något, utan de lever i en värld som är operfekt och förgänglig. Men i deras hjärtan finns ett hopp om en annan tillvaro, utan smärta och brist och tiden här är bara en kort resa som de väljer att göra det bästa av. De som lär sig att leva så blir nog de lyckligaste människorna. Jag önskar att jag också kan bli så en dag.

I kyrkan firas Tacksägelsedagen i år den 9 oktober och temat är *Lovsång*. Det är lätt att sjunga när man är glad. Men den som kan sjunga av glädje mitt i prövningar och elände är den verkligt starke, som inget kan stoppa.

FOTO: LOTTA WISS

FOTO: LOTTA WISS

FOTO: ALEX GIACOMINI/IKON

Gudstjänster • S:t Botvids kyrka

Kyrkkaffe i församlingshemmet efter gudstjänsterna på söndagar

2/10 **Mässa 11.00** Harri Rouhiainen och Maria Rasmussen
Finsk mässa 15.00 Harri Rouhiainen och Maria Rasmussen

9/10 **Lovsångsmässa 11.00** *Se spalt till höger*

12/10 **Morgonmässa 09.00** Magdalena Fors och Maria Rasmussen

15/10 **Lunchmässa 11.30** Christopher Denker och Irina Söderberg
I samband med Rådslagsdag för ACT Svenska kyrkan

16/10 **Gudstjänst med Disneytema 11.00** *Se spalt till höger*

23/10 **Mässa 11.00** Carl Ellwyn och Irina Söderberg

25/10 **Andakt innan Kyrkofullmäktige 17.30**
Magdalena Fors och Irina Söderberg

26/10 **Morgonmässa 09.00** Gert Olsson och Maria Rasmussen

30/10 **Kyrkvärdarnas gudstjänst 11.00** *Se spalt till höger*

ORGELKONSERT 29/10

S:t Botvids kyrka 16.00

Under året har en serie orgelkonserter om samtliga orgelverk av César Frank gjorts med Ulf Samuelsson på orgelpallen. Detta är sista konserten.
Fri entré - Frivillig kollekt.

UTSTÄLLNING - KURIOSO-FESTIVAL 24/10-20/11

S:t Botvids kyrka 9.00-16.00

Länsövergripande konstsamarbete som ska främja barn och ungas konstupplevelser. Utställare är Oxelöskolans årskurs 4-7.
OBS! Oxelösunds församling är inte arrangör, utan lånar bara ut kyrkan.

KAFFEDRALEN

Onsdagar 13.30-15.30

Församlingens café är öppet i församlingshemmet nästan varje onsdag året runt. Här finns fika (20 kr), människor att träffa och tidningar att läsa.

För de som vill finns även möjlighet att öva svenska tillsammans med andra.

PILGRIMSTRÄFF 24/10

Församlingshemmet 17.30-19.30

Vi träffas och samtalar kring en bibeltext. Alla är välkomna.

Har du frågor, kontakta Marie Nilsson som leder träffen. Tel 070-300 26 74.

Svenska kyrkan
OXELÖSUNDS FÖRSAMLING

FOTO: PXHERE OCH PEXELS.COM

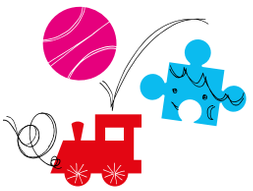
För barn och föräldrar!

FAMILJEKÖR **18, 25/10, 8/11 • 17.00-18.00**
Kom och sjung sånger ur Astrid Lindgrens sångskatt med Maria Rasmussen och Tessan Cambrant Berg.
13/11 har vi gudstjänst med Astrid Lindgren-tema.

FAMILJEFRUKOST **7, 21, 28/10 • 9.00-11.30**
Vi äter tillsammans, samtalar, leker och så blir det sångstund! Kostnad: 30 kr/vuxen, gratis för barn.

KYRKIS **Tisdagar • 9.00-11.30**
Det blir lek, fika, mys och sångstund!
Fika 20 kr/vuxen, gratis för barn.

Församlingshemmets nedre plan, ingång från Skolgatan.



Varmt välkomna!

FOTO: PXHERE.COM

GUDSTJÄNST MED DISNEYTEMA 16/10
S:t Botvids kyrka 11.00
Gudstjänst för alla åldrar. Magdalena Fors, Maria Rasmussen och Tessan Cambrant Berg. Barnkören sjunger.

LOVSÅNGSMÄSSA 9/10
S:t Botvids kyrka 11.00
Gert Olsson och Irina Söderberg.
S:t Botvids kyrkokör medverkar.

KYRKVÄRDARNAS GUDSTJÄNST 30/10
S:t Botvids kyrka 11.00
Gudstjänsten leds av våra kyrkvärdar.
Musiker Maria Rasmussen.

OXELÖSUNDIN RUOTSINSUOMALAINEN SEURAKUNTATYÖ
Jumalanpalvelus
2/10 15.00
S:t Botvidin kirkko.
Kirkkokahvit jälkeenpäin.

Ompeluseura
4/10, 18/10 17.00-19.00
Seurakuntatalon alakerassa.

Kuoroharjoitukset
Ma 13.00-15.00
S:t Botvidin kirkko.

Tervetuloa meille vihtymään.

Harri Rouhiainen 070-784 34 15
Tarja Kriikkula 076-109 91 73
Maria Rasmussen 070-784 34 26

Bilder, tips och inspiration! sensus

Just nu syn-undersökning för endast 15 kr

När du köper nya glasögon. Kom in till oss i butik eller besök smarteyes.se för att boka tid.

Välkommen!

smarteyes®

Nyköping, Västra Storgatan 8, 0155-61 84 08

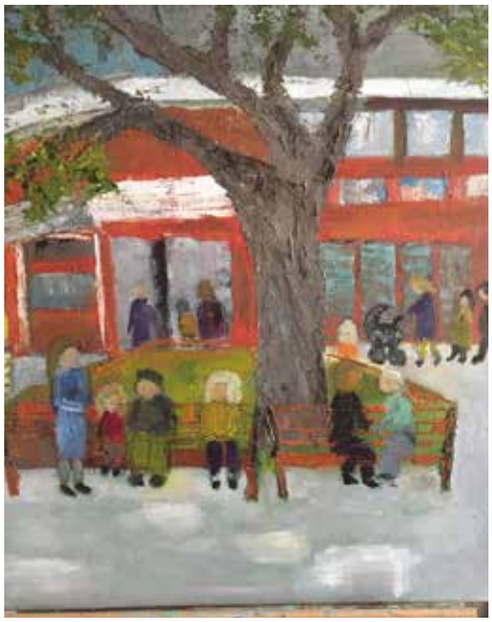
Gäller synundersökning (ord pris 500kr) vid köp av glasögon. Erbjudandet gäller t.o.m 9/10 2022. Gäller ej företagsavtal eller i kombination med andra erbjudanden/rabatter vid samma köptillfälle.

”Oxelösund - en sann historia från ljugarbänken”

Äntligen - nu tar Oxelökören sats igen

Tanken var att uppföra en kabaré ”Oxelösund från Då till Nu” i mars 2020. Men pandemin kom emellan både en, två och tre gånger. Oxelökören kunde inte träna tillsammans under långa perioder, men nu har det vänt. Lördag den 8 oktober spelar kören upp föreställningen ”Oxelösund - en sann historia från ljugarbänken”.

På dryga två år har en del material blivit inaktuellt, kören har fått en ny ledare i Maria Gunnemyr och man har även valt att byta lokal från Eventsalen i Koordinaten till S:t Botvids kyrka. Den omarbetade föreställningen spelas i två föreställningar under lördagen. Olov Österberg sitter vid pianot och dessutom deltar cirka 35 körsångare.



Föreställningen berättar Oxelösunds historia från fiskarsamhälle till industrialismens genombrott och fram till dags datum. Två herrar leder publiken genom historien och sången och musiken har en självklar huvudroll. Grundtanken är att förmedla en positiv känsla för livet i Oxelösund och dess historia.

Tanken från början var även att hylla Oxelösund som fyllde 70 år 2020. Nu får man istället lyfta fram en stad som hunnit fylla 70 plus 2. Föreställningen är ett måste för alla som har Oxelösund nära sitt hjärta. Dessutom får man en musikalisk upplevelse på köpet.

Oxelösund - en sann historia från ljugarbänken

Lördag 8 oktober 15.00 och 18.00 • S:t Botvids kyrkaPris: 180 kr, barn under 12 år 100 kr

Biljetter på Koordinaten och www.visitoxelosund.se

Vinn biljetter till föreställningen! Maila tobbe@media-mix.nu

Två personer får efter lottning en biljett var till föreställningen

Allt började 1967

1967 samlade musikdirektören i Oxelösund, Arne Sehlstedt ortens herr- och damkör på Ringbaren och budskapet var tydligt. Vi ska bilda en gemensam kör. Oxelökören var född, först under namnet ”Oxelösunds Körsällskap”, ett namn som med tiden har blivit kort och gott ”Oxelökören”.

Till sin hjälp har kören genom åren haft lokala musiker som bildat bandet ”The Sixties”. Lennart Wantzin, Lasse Fornarve, Tompa Bäckström, Christer Fredriksson och Håkan Herlogsson har sett till att backa upp den 40 man starka kören. Idag är det främst Olov Österberg på piano som står för det musikaliska.

Oxelökören har under åren uppträtt i många olika sammanhang. Valborg, Nationaldagen och Lucia är tre exempel. Man har även sjungit tillsammans med storheter som Putte Wickman, Sofia Källgren och Robert Wells. Varje måndag övar man och en stor del i att man lyckats hålla ihop kören i 55 år är den starka gemenskapen.

– Vi trivs ihop, inte bara med sången. Vi har fantastiska fester med teman och uppträdanden där folk verkligen bjuder på sig själva, säger Kristina Sandström, en av kördeltagarna.

2017 hade kören en jubileumsföreställning som man kallade ” Kabaré 67 Nytappat” där man gestaltade hur livet såg ut 1967 genom sång, musik och teateruppträdande. Nu spänner man bågen ännu hårdare och spelar en föreställning som sträcker sig över hela Oxelösunds historia.

Kustbostäder

Vi förenklar oxelösundarnas vardag

Välkommen hem!

Nu bygger vi nytt i Prisman

- ett nytt handelshus med 48 lägenheter vi Järntorget i centrala Oxelösund

Handel och service i markplan med bostäder i tre plan ovanpå. De öppna och välplanerade lägenheterna med kök blir i de ungefärliga ytorna 1:or på 35 kvm, 2:or på 55 kvm, 3:or på 75 kvm och 4:or på 100 kvm. Samtliga lägenheter är modernt utrustade och har egen balkong. Trivsam privat innergård och garageplatser i markplan. Planerad inflyttning hösten 2024.

Är du intresserad av att hyra lägenhet i Prisman? Anmäl dig till Kustbostäders Bostadstorg på kustbostader.se

Framtidstro för service och handel i Oxelösund

Service & Handel!

Handeln håller på att genomgå stora förändringar i hela vårt avlånga land. Vissa kvartersbutiker blomstrar och bygger ut, andra byter inriktning för att klara sig och somliga försvinner helt. Näthandeln ökar för varje år och har förändrat förutsättningarna för den fysiska handeln.

Samtidigt behöver vi ställa om och konsumera färre nya produkter för att leva hållbart. Det är en utmaning att planera för ett handelshus som ska stå klart 2024.

Maria Sjöberg, fastighetsförvaltare på Kustbostäder driver och planerar för Oxelösunds nya handelshus Prisman. Hon har antagit utmaningen och ser ljust på framtiden.

Hur skapas ett nytt handelscentrum i Oxelösund?

– Vi jobbar på flera spår parallellt och vill fylla nya Prisman med en för oxelösundarna bra kombination av service och handel, berättar Maria.

– Några av våra tidigare hyresgäster, som Systembolaget, flyttar med in igen i nya lokaler hösten 2024. Vi planerar för någon form av restaurang och café i det nya handelshuset, jämte service som bank, skönhetsvård eller liknande, berättar Maria vidare.

Samtidigt för Kustbostäder en dialog med lokala befintliga aktörer och nya franchisetagare vars utbud matchar det som oxelösundarna vill ha.

Hur vet ni vad oxelösundarna vill ha?

– Genom att ha gjort en undersökning av hur handeln i Oxelösund ser ut idag, har vi fått en god inblick i hur de som bor här lever och vad de konsumerar för varor och tjänster. Viktigt för en handelsplats är att de som bor i närheten handlar på sin ort. Genom att hitta rätt aktörer, som kan stärka varandra, kommer vi att kunna skapa ett attraktivt centrum i Oxelösund. Det är jag övertygad om, avslutar Maria.

Maria Sjöberg - Fastighetsförvaltare på Kustbostäder med 20 års erfarenhet av Centrumhandel i Örebro och Nyköping. Därav 10 år som verksamhetsansvarig för etablering, marknadsföring och evenemang på Pål Jungs Hage. Nya uppdraget är att bygga en attraktiv plats för service och handel i Oxelösund.

Oxelösund

Underhållande och berörande hyllning till Anni-Frid Lyngstad

Porträttbild av Anna Bromee: Niklas Lydeen. Bild från föreställningen: Marie Linderholm

Sedan barnsben har Anna Bromee varit fascinerad av ABBA, Anni-Frid Lyngstad och hennes musik. I sin musikteaterföreställning ”En frid(a) för själen – en livsresa med Anni-Frid Lyngstads musik”, ger hon sin hyllning till förebilden vars texter har varit så betydelsefulla genom åren.

Anna Bromee är en tusenkonstnär med rötter i Nyköping som bland annat sjunger, är skådespelare och manusförfattare. Den gedigna listan på hennes medverkan i olika produktioner genom åren omfattar allt från musikaler till humorprogram i TV. Hon har blivit tilldelad flera priser, senast fick hon Povels Penna – ett hederspris i Povel Ramels namn för manusförfattare ”som utmärkt sig för texter med hög kvalitet”.

Att Anni-Frids musik och texter har fått en särskild plats i Annas hjärta tror hon beror på att det finns en hög igenkänningsfaktor. Texterna har varit viktiga genom hela Annas liv och funnits där som både tröst och källa till glädje. Just igenkänningsfaktorn har poängterats i de fina recensionerna som föreställningen har fått.
”Jag förstod ju inte det då som liten, men när jag tittar tillbaka i min egen backspegel, så ser jag att jag blev inspirerad av att Frida alltid har vågat gå sin egen väg. En människa som lever sina drömmar.”

Mången ung dam blev osams under 1970-talet om vem som skulle vara ABBA-Frida eller Agneta, mimandes med attribut som hopprep, hårborstar och annat som ”mikrofon” i händerna. Anna och hennes kompis gick ännu längre och snickrade ihop ett piano i masonit, skrev ABBA och målade en stjärna på och tog med sig till skolan. Två killar i klassen ”tvingades” att vara Björn och Benny och givetvis var Anna Frida.

Kanske är det så att vi svenskar inte riktigt förstår gruppens storhet utanför Sverige och hur mycket deras musik betytt och fortfarande betyder för många världen över. Anna har fått erfara hur stor och engagerad ABBA:s fangrupp fortfarande är.
”I samband med föreställningen har jag blivit kontaktad av ABBA-fans från olika länder”, berättar Anna. ”Tidningar i Japan skrev att en hyllningsföreställning till Anni-Frid skulle ha premiär, och jag blev intervjuad av olika internationella ABBA-fanclubs. Då fattade jag vidden.”

Annas musikteaterföreställning hade urpremiär 2018 i Anni-Frids barndomsstad Torshälla i Sörmland. Trots att världsstjärnan har varit högst närvarande när Anna skapade föreställningen och gett sitt godkännande, slog nervositeten ändå till den kvällen.
”Jag brukar sällan vara nervös inför ett framträdande. Men när jag hörde sorlet från publiken i foajén tänkte jag; ´Herregud, vad har jag gjort, vem tror jag att jag är?! Det här är ju Fridas hemmaplan, där ute sitter hennes ungdomsvänner!´ Jag gick ut från teatern till platsen i Torshälla där jag träffade Frida första gången, där hon med värme gav sitt förtroende till den blivande föreställningen. Sedan kändes det lugnare att gå in på scenen. Jag blev rörd i applådtacket dit Frida hade skickat en vacker blombukett.”

Sedan dess har ”En frid(a) för själen” spelats på turné ett 60-tal gånger från Luleå till Ystad. På Anni-Frids 75-årsdag skulle den spelas på ABBA-museet i Stockholm. I sista sekund fick den ställas in när pandemi-restriktionerna slog till. Det finns planer på att genomföra den där framöver, något Anna ser som en fantastisk ära.

I ”En frid(a) för själen” bjuder Anna oss på en minnesresa från hopprepstiden till idag. Humor och allvar blandas med den specialarrangerade musiken - inklusive ABBA-låtar. ”Fridas egen låt ´Kvinnor som springer´ ramar in föreställningen och är en av mina absoluta favoriter”, avslutar Anna och börjar sjunga... ”Kvinnor som springer i linje med lejonen. Kvinnor som söker i sin vilda själ…”

Vill du läsa mer om Anna Bromee, besök hennes webbplats annabromee.se. Info om föreställningen och biljetter hittar du på visitoxelosund.se

Lördag 1/10, 18.00
S:t Botvids kyrka
Oxelösund
Biljetter:
visitoxelosund.se

Jazz i världsklass

Passa på att ladda er inför kommande höst och vinter genom att uppleva något enastående svängigt, glädjerikt och inspirerande i Oxelösund med Ronnie Gardiner Quartet som förmedlar flera generationers musikglädje. Gästsångerska denna kväll är Anna Källdén.

Ronnie Gardiner - en av Sveriges mest folkkära musikprofiler fyllde 90 år i somras och tilldelades utmärkelsen ”Lifetime Achievement” av Riksförbundet Svensk Jazz.

Ronnie blev känd som Charlie Normans trummis och i hans egen kvartett ingår tre av Sveriges mest anlitade musiker.

Karl Olandersson - en av Sveriges främsta jazztrumpetare har inspirerats av jazzhistoriens alla trumpetgiganter, från Armstrong till Marsalis.

Karls magnifika trumpetspel kan avnjutas på flera internationellt kända artisters inspelningar däribland i samarbete med Ariana Grande, Demi Lovato och Anastacia. Har spelat med Tommy Körberg, Brolle, Peter Jöback, Danny Saucedo, Måns Zelmerlöw och Björn Skifs med flera.

Karl ingår i Stockholm Swing All Stars, Stockholm Jazz Orchestra, Let’s Dance, Allsång på Skansen och Idrottsgalan.

Mathias Algotsson – en mycket uppskattad pianist och kompositör som har turnerat runtom i världen, bland annat i Frankrike med Barbara Hendricks.

Förra året fick Mathias frågan om att spela in musik till Steinways självspelande flyglar på deras fabrik i Hamburg. Mathias har en fantastisk förmåga att förflytta sig mellan olika genrer och stilar med sitt briljanta sätt att improvisera och hans stil har kallats för svängig och lyrisk. Utöver det har han skrivit musik till Sofia Vokalensemble, Gustaf Sjökvists Kammarkör och S:t Görans Kammarkör.

Mathias tilldelades ”Dompans Guldsax” som den ende ”icke-saxofonist” som fått Arne Domnérus jazzpris.

Hasse Larsson - en av vårt lands främsta kontrabasister. Med hans fenomenalt musikaliska fingertoppskänsla och härliga personlighet blir varje konsert som han medverkar i ett extra starkt minne.

Hasse finns med i många olika sammanhang och spelar både kontrabas och elbas, klassiskt, jazz och Rock’n Roll. Han har bland annat spelat med Peps Persson, Soul Train och Monica Zetterlund för att nämna några.

Med Sveriges Jazzband turnerade han 4 år i USA tillsammans med bland annat Butch Miles som var trumslagare med Count Basie. Hasse har fått hedersutmärkelsen Topsy’s Minne av Sällskapet Nalens Vänner.

Biljetter till konserten köper du via visitoxelosund.se

Oxelösundsarkivet bevarar bilder från Oxelösund. Vi tar gärna emot fler bilder, eller mer information om befintliga bilder i arkivet. Vet du något om bilderna i reportaget? Välkommen att kontakta oss!

www.koordinaten.se

0155-383 52 • eva.sundberg@oxelosund.se

Apotekshuset låg vid Föreningsgatan 5. Huset byggdes 1945-46 och revs 1973 då det ansågs vara en skönhetsfläck i Oxelösunds nya centrum. 1961 köpte Oxelösunds stad Apotekshuset av byggnads firman Viktor Hanson.
Affärer som har funnits i Apotekshuset: Där var provinsialläkarmottagningen inhyst, kommunens första apotek och Abrahamssons Blomsterhandel, Konsum, Svenssons Möbelaffär fanns på gaveln. I januari 1959 öppnades herrkiperingsfirman Henriksson och Engströms, chef för firman var Gösta Engström. I juli 1961 flyttade Edlunds skoaffär in i Svenssons Möbelaffärs tidigare lokaler. Lindqvists tobak flyttade in våren 1964. Huset låg mellan Föreningsgatan-Badhusgatan.

Källa: Södermalands Nyheter 1959-01-28
Folket 1961-07-11
Södermalands Nyheter 1964-04-11
Fotograf: Almqvist & Cöster Hälsingborg
År: okänt. Bild ID: 000048

Apotekshuset

Byggnation av Apotekshuset. Mannen till höger av de tre stående männen i mitten är Olle Boberg (barhuvad). Han var snickare och brandman i borgarbrandkåren. Mannen i svart keps högst upp heter Sven Johansson. Den första mannen av de tre stående männen heter Gustaf Jansson.

Källor: Bo Appelkvist, Lars-Erik Karlsson, Hans Boberg

Fotograf: C:son foto. År: 1945 ca. Bild ID: 014853

Här byggs Apotekshuset av byggnadsfirman Viktor Hanson. Huset började byggas 1945 och det revs 1973. *Fotograf: okänd. År: Okänt. Bild ID: 014852*

Bilden till höger:

Vy över de centrala och norra delarna av Oxelösund 1972. I bildens mitt ses S:t Botvids kyrka.

De tre stora platta byggnaderna hitom kyrkan är från vänster: Vårdcentralen, affärskomplexet Prisman, samt Domushuset, vilket numera (1999) inrymmer ICA Kvantum och Biblioteket. Mellan Prisman och Domushuset ligger Apotekshuset, vilket revs 1973.

Fotograf: okänd. År: 1972. Bild ID: 003218

Lilla bilden till höger: Korsningen Föreningsgatan - Badhusgatan. Till höger syns Apotekshuset som senare fick ge plats för affärskvarteret Prisman. I Apotekshuset på Föreningsgatan 5 fanns Svenssons Möbelaffär på gaveln, en herrekipering Henriksson och Engström, Abrahamssons Blomsterhandel och Konsums mjölkaffär som sedan blev Oxelösunds första "snabbköp". I den mindre byggnaden längre bort fanns en charkuteriaffär RT:s Livs (Rune Thunström).

Till vänster Föreningsgatan 8, trappen närmast går upp till Lindqvists tobaksaffär. Lindqvists tobakshandel startades i början av seklet av en hamnarbetare Robert Hagström. Sedan övertog Gunnar Lindqvist tobaksaffären fram till 1927 för då tog en broder till Gunnar över. Ända in på 20-talet bestod lagret mest av kramvaror och ekiperingsartiklar. Under arbetslöshetsperioden i slutet av 20-talet och i början av 30-talet användes ett rum innanför butiken som värmestuga av de arbetslösa. Mest känd blev dock Lindqvists tobaksaffär när förköpsförsäljningen av biljetter till Folkets Park övertogs. Trappen längst bort går upp till Edlunds skoaffär.

I hörnet mot Badhusgatan går en trappa ned till fiskaffären Ljung & Carlsson, vars föreståndare var I Ljung. I den lilla byggnaden på andra sidan Badhusgatan hade Oxelösunds raggare sin lokal.

Källa: Text tillhörande foto
Södermanlands Nyheter 1961-10-17
Fotograf: okänd. År: 1961. Bild ID: 001518

Markarbete inför byggnationen av Domus. Till vänster ligger C-skolan i mitten Sjöfartshotellet och till höger Apotekshuset.

Fotograf: okänd. År: 1962
Bild ID: 018139

Bilden ovan vänster: Järntorget. ABF i Oxelösund är mycket beroende av de goda studielokaler som man har i apotekshuset. Expeditionen har ett bra läge och fastighetens före detta hyreslägenheter används för studiecirklar. Ombudsmannen Gösta Holmström lämnar sin expedition och hoppas att hans nästa arbetsplats skall ha ett lika gynnsamt läge. Apotekshuset har nu sina dagar räknade. En livlig diskussion har pågått om fastighetens vara eller icke vara när FOLKET i våras "dödförklarade" apotekshuset mötte den en storm av protester. Idag tycks protestvågen ha mattats och de flesta inser att det som kommer att ske är oundvikligt. Marja Liisa Kuusisto, Finska föreningens ungdomsinstruktör som har sin arbetsplats huvudsakligen förlagd till lokalerna i apotekshuset tycker också hon att det blir tråkigt att flytta men liksom Seija Tallnäs anser hon det mycket komma an på vad som erbjuds i stället. I fastigheten ryms förutom dessa hyresgäster även alkoholpoliklinik och tre privata hyresgäster.

Källa: Folket 1972-08-12. Fotograf: okänd År: 1972. Bild ID: 020839

Bilden ovan höger: Apotekshuset byggdes 1945-46 och revs våren 1973 då det ansågs vara en skönhetsfläck i det nya centrum. Har inhyst provinsialläkarmottagning, kommunens första apotek och ett flertal affärer.

Fotograf: Olle Jännebring
År: 1973. Bild ID: 011590

Grattis Marie!

Musikpromenaden, som arrangerades av Oxelösunds Företagarförening, lockade cirka 100 personer att gå en tipspromenad i centrum av Oxelösund till tonerna av musik på fyra olika ställen längs vägen.

14 butiker deltog med varsin fråga, dessutom ingick en utslagsfråga för att skilja deltagarna åt.

Vinnare blev Simon Ydefjäll som lyckades pricka in 13 av 14 rätt. Han belönades med värdecheckar på 1.000 kronor att handla för hos Företagarföreningens medlemmar.

Andra pris, 500 kronor i form av värdecheckar, vanns av Jan Erik Jinder.

Tredje pris, ett paket från samtliga deltagande butiker, vanns av Marie Lundkvist.

Både Simon och Jan Erik bor i Stockholm till vardags och kunde inte närvara vid prisutdelningen.

Däremot kunde en glad Marie (se bilden till höger) närvara och ta emot alla paket från butikerna.

Kommande arrangemang

Halloweenfest lördag 29/10
Skrämmande bra erbjudanden i butikerna

Ljus & Värme. Lördag 26/11
Knallar på torget. Aktiviteter på Koordinaten. Konsert i kyrkan

Julmingel. Tisdag 20/12
Vinn julklappspaket från tomten

BOLIST
Sveriges närmaste byggvaruhus
RENOVERA INNE
Allt du behöver för säsongens hemmaprojekt.
VÄGGFÄRG
10 LITER 799:-
Vi bryter färg till önskad kulör!
(Kostnad tillkommer)
ELIASSONS
JÄRN BYGG & FÄRG
TELEFON: 0155-35060
Nordsjö

HÖST ERBJUDANDE
UNDER OKTOBER MANADEN ERBJUDER VI ER
20% RABATT PA NYTT SETT GELLACK INKL
FORSTARKNING OCH RYSK MANIKYR SAMT 20%
RABATT PA MICROBLADING OCH COMBOBROWS
FORYOU

Höstjacka
till henne från Brandtex
599:-
Finns i färgerna rostorange,
olivgrön, midnattsblå
och nougatbeige
SVEDLINDHS
1953
OXELÖSUND

VI ÄR OXELÖSUND
Fri parkering!

OXELÖSUNDS FÖRETAGARFÖRENING

Handel

ICA KVANTUM OXELÖSUND En riktig mataffär
Anderssons Hemelektronik AB
apoteks gruppen
Hälsoträdgården Lunden
Svenska Röda Korset Oxelösund Rödakorskrets
Nordsjö Idé&Design
Lindelis Måleritjänst
ONE MORE TIME återbruk och utveckling
BOLIST OXELÖSUND
BLOMSTERDESIGN BLOMMOR - PRESENTER - INREDNING
Glasögonmagasinet Optikkällaren
Breakfast HIGHWAY Diner Camilla & Puttes 53 45 65 53 Oxelösund
SVEDLINDHS
Lindqvist Gummi i Oxelösund
Pinna-karins Bakstiga
BLÅ köket
Paus. CATERING & MÖTESSERVICE

Tjänster

SVENSK FASTIGHETSFÖRMEDLING Från ett läge till ett annat
HEMVETERINÄR.SE -din personliga veterinär
QNS Pedagogik
CYKEL & NYCKELSERVICE AB
Sence Hud & Spaterapi
Sörmlands Sparbank
CAXTON SPORTS MANAGEMENT
SALONG miracel HAIR & HOME
VÅNINGEN & VILLAN
Vaxfön
GLADA HUNDAR
COMFORT OXELÖSUNDS RÖR
FORYOU
EM Event & Mediamix

Besöksnäring

Skärgårdsräfflan
NYA Källan
JogersÖ CAMPING
BODA BORG
MEDLEY
UP ZONE
Oxelö Krog Café & Sjökrog Gamla Oxelösund
Femörefortet
Svenska kyrkan OXELÖSUNDS FÖRSAMLING

Välkommen till Oxelösund!

Nyfiken på Magnus Lagerström

Magnus Lagerström är kultursamordnare i Oxelösunds kommun.

Ett år har passerat sedan Magnus Lagerström axlade rollen som Oxelösunds kommuns kultursamordnare. Att börja sin tjänst i skuggan av pandemin har inte varit helt enkelt, men Magnus ser ljust på framtiden.

Magnus började med ett förändringsarbete av scenprogrammet och kommer att fortsätta med det över tid. Nu ser han fram emot att få fortsätta det arbetet.
– Scenprogrammet ska vara brett och det ska finnas något för alla smaker och från olika genrer. Jag vill att det ska nå och locka en bred publik från alla samhällsgrupper och ung som gammal, för att öka det möjliga besöksunderlaget och få hit en ny publik, säger han.
Magnus menar att det är viktigt att publiken som kommer ska vara medveten om att det är kvalitet som Oxelösunds kommun bokar till scenen.
– Min förhoppning är att besökarna ska bli nyfikna och våga komma tillbaka till andra evenemang. Och förhoppningsvis upptäcka nya artister och genrer.

Det är tydligt att kulturutbudet är efterlängtat efter den långa perioden av nedsläckta evenemangslokaler. Kulturen ger oss en möjlighet att mötas och tillsammans skapa nya minnen.
– Något jag tror alla behöver efter dessa två år av evenemangstorka. Det ska bli härligt att få bjuda publiken välkommen tillbaka på höstens kulturpärlor och fylla Eventsalen igen, säger Magnus.

Händer på Koordinaten i höst

I allaktivitetshuset Koordinaten i centrala Oxelösund hittar du evenemang och aktiviteter för alla åldrar. Konserter, barnteater, konstutställningar med mera, nedan ser du merparten av höstens utbud. Du kan läsa om respektive evenemang och köpa biljetter på visitoxelosund.se. Där lägger vi löpande ut vad som händer i vår stad. Biljetter till föreställningar kan du också köpa i Informationen på Koordinaten.

Varje torsdag fram till jul. Senior- och anhörigcafé. Program finns att hämta på Koordinaten eller att läsa på visitoxelosund.se

24/9 Vernissage i Galleri K och O för två nya utställningar. En keramiker och två filtmakare.

29/9 Sara Zacharias och Jens Hult. Två vispopkonserter i en!

5/10 Må-bra-dagen! En dag fylld med aktiviteter för alla åldrar i hälsans tecken.

16/10 Barnteater ”Klösiga katters klubb” av Mittiprick-teatern.

24/9 Finsk film, textad på svenska. Stålsystrar (Teriäsleidit).

22/10 Vernissage i Galleri K och O för två nya utställningar.

27/10 Musikteaterföreställningen ”En frid(a) för själen. En livsresa med Anni-Frid Lyngstads musik” av Anna Bromee.

Vecka 44
Höstlovsaktiviteter

17/11 Konsert. Tingsek. Svensk soul när den är som bäst.

19/11 Finsk film, textad på svenska. 70 är bara en siffra (70 on vain numero).

26/11 Ljus och värme, julmarknad.

26/11 Vernissage i Galleri K och O Oxelösalongen.

30/11 ”Sången om mej”, ett musikprojekt av Scenkonst Sörmland med fem låtskrivare som har våra nationella minoriteter i fokus.

10/12 Barnteater ”Solen sover/ Aurinko nukkuu” av UusiTeatteris.

Tips!

Följ oss i sociala medier

@oxelosundskommun
@koordinatenoxelosund
@visitoxelosund

Skanna qr-koden så kommer du till visitoxelosund.se där du kan läsa mer om evenemangen och köpa biljetter.

Oxelösund

Skänk din pant – stöd Räddningsplankan!

Vill du göra skillnad för de som har det svårt i Oxelösund? Har du råd att undvara din ersättning för pant?

Jag är oerhört imponerad över Mathias och Jonas vilja och engagemang att ge vidare till de i vårt Oxelösund som mest behöver ekonomisk hjälp. Ett engagemang som präglat deras företagande sedan många år.

Det är en genial idé att möjliggöra för oxelösundare att ge vidare till oxelösundare genom att skänka panten man lämnar in på ICA Kvantum till Räddningsplankan. Det är gäller bara att trycka på rätt knapp. Den som går till Räddningsplankan. Varje krona som samlas in till Räddningsplankan delas ut till de som söker bidrag till jul och sommaren.

Som kyrkoherde i Oxelösund är jag stolt och tacksam över att få vara en del av all givmildhet och att kunna möjliggöra att pengarna kommer dit de bäst behövs.

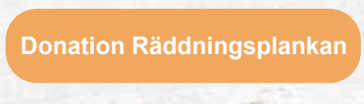
Mitt stora varma tack till Mathias och Jonas, och alla oxelösundare som väljer att skänka panten till Räddningsplankan.

Magdalena Fors, Kyrkoherde
Oxelösunds Församling

Nu kan du genom ett enkelt knapptryck skänka din pant till Räddningsplankan!

På Pantmaskinens display kommer symbolerna upp som du ser till höger. Tryck på ”Donation Räddningsplankan” så skänker du panten till Räddningsplankan

Tryck här!



RÄDDNINGS plankan
OXELÖSUNDS FÖRSAMLINGS HJÄLPKASSA

ICA KVANTUM OXELÖSUND
En riktig mataffär

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

ÖPPETTIDER
MÅN-FRE 7-21
LÖR-SÖN 8-21