



*LIVSVIKTIGA FÄRDIGHETER FÖR BARN OCH UNGA
- MED HÄSTEN SOM LÄRARE*

Idrott, politik och allt däremellan

I skrivande stund är det bara någon vecka kvar tills VM i herrfotboll 2022 inleds. I november månad. I Qatar. Det finns många frågetecken i detta. Jag är nog inte ensam om att känna motstridiga känslor inför detta mästerskap.

Normalt är fotbolls-VM det bästa jag kan tänka mig. Det finns liksom inget härligare än att följa ett så stort mästerskap där världens bästa spelare samlas och lirar boll. Det är nästintill heligt för mig. Jag minns fortfarande VM i Tyskland år 2006, då jag reste med några av mina bästa kompisar i buss söderut för att uppleva det hela på plats. Det blev ett minne för livet.

Jag talar mig gärna varm om hur idrotten förenar. Hur idrott och föreningsliv bygger broar som annars hade varit omöjliga. Men vad göra man när broarna byggs av ruttet virke? Ingen har väl kunnat undgå de rubriker som omgett förberedelserna av VM i Qatar. Utnyttjade migrantarbetare, utländska journalister som blivit gripna utan anledning och högst oklara förutsättningar för personer inom Hbtqi-sfären som önskar resa till mästerskapet. Summa summarum så är känslan inför detta VM helt klart en smula... ruttet.

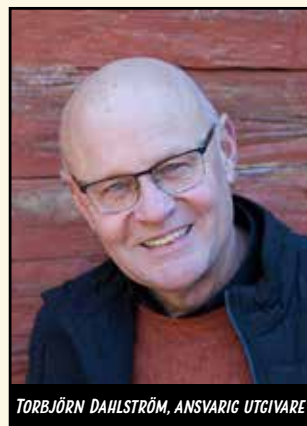
En annan sak, som bör komma på tapeten även inför andra jättearrangemang såsom OS, är hållbarhetsfrå-

gan. Är det verkligen ens lite rimligt ur ett hållbarhetsperspektiv att bygga arenor, kringbyggnader och hotell som sedan bara kommer överges efter mästerskapet? Särskilt när det redan finns högklassiga arenor runt om i världen att nyttja. Jag förstår att det finns ett visst rättviseperspektiv här, och att man kan hävda att det är för att bredda sporten, men det känns ändå fel. Hade arenorna kommit till användning till fullo efter mästerskapen hade det säkert varit en annan sak, men som jag förstår det står många av de tidigare anläggningarna öde idag - om de inte redan är rivna.

"Man ska inte blanda ihop idrott och politik", är ett vanligt argument. Inte minst från ryskt håll sedan deras utövare blivit avstängda i mängder av idrotter efter intaget i Ukraina. Men det är givetvis omöjligt. Politiken spänner ju över allt som sker i våra liv. Idrott är en del av politiken och det finns politik inom idrotten, från internationell nivå till minsta idrottsklubb. Och eftersom idrotten berör är det också ett viktigt redskap inom världspolitiken. Ett redskap som bör användas med återhållsamhet och stor ansvarskänsla, men som bör användas. Till exempel genom att hindra en krigsförande nation från internationellt tävlande, eller genom att se till att stora mästerskap inte hamnar i länder med tveksam inställning till grundläggande mänskliga rättigheter. Tycker jag.

Och rent sportligt då? Ja, Sverige tog sig ju som bekant inte till VM 2022. Och kanske var det lika bra. Skulle det nu behöva ske, så kunde det väl vara den här gången. Även om det svider. Låt oss hoppas att rubrikerna blir just runt det sportliga när det väl drar igång. Att vi slipper överskuggande skandaler eller att fler människor far illa. Och vem lämnar mästerskapet som nya världsmästare? Ja, vi har ju många av de vanliga favoriterna. England, Tyskland, Frankrike, Brasilien, Portugal, Spanien, Argentina. Med flera. Och kanske får vi se någon spännande uppstickare. Det vore väl kul om Polen, som ju slog ut Sverige i kvalet, kunde få till det? Vi får se.

Årets mörkaste tid är här och december står för dörren. Jag önskar er en härlig adventtid och vi ses igen i årets sista nummer. Allt gott tills dess.



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: Johanna Frieberg och hästen Felix
Omslagsfoto: Mediamix
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

Utgivningsdagar 2022
18 december

Utgivningsdagar 2023
29 januari
26 februari
26 mars
23 april
28 maj
25 juni
27 augusti
24 september
22 oktober
19 november
17 december

Vi hjälper dig fixa fint inomhus till jul & nyår!

Avsluta året med ett hem som gnistrar och glimrar - våra städ- och hantverksveteraner hjälper dig.

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

VETERANPOOLEN

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

Flexibelt
& tryggt



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.



✓ Ingen uppläggningsavgift ✓ Ingen ränta ✓ Ingen avavgift



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

Livsviktiga färdigheter för barn och unga

- Med hästen som lärare

Psykisk ohälsa bland barn och unga är idag ett stort problem som dessvärre bara ökar. Folkhälsomyndigheten rapporterade tidigare i år att andelen unga som uppger att de har återkommande psykosomatiska symtom har fördubblats sedan mitten av 1980-talet, och nästan hälften av 15-åringarna har idag denna typ av besvär. Det är skrämmande siffror som manar till handling på bred front. På en gård strax utanför Nyköping bedrivs en verksamhet med fokus på just barn och ungas psykiska hälsa. Magazinet har varit på besök hos ett gäng fyrbenta (!) lärare och deras medhjälpare.

- Ja, jag brukar beskriva det som att det är hästarna som är lärare, medan jag är coach. Det är hästarna som har saker att lära ut, jag hjälper bara barnen att förstå och reflektera över vad de lärt sig, säger Johanna Frieberg. Hon driver företaget HIPPOS Livskunskap på gården Hjärmesta utanför Enstaberga som erbjuder upplevelsebaserade inlärningsprogram tillsammans med hästar för att hjälpa barn och unga att utveckla färdigheter inom kommunikation, relation, samspel och ledarskap.

Johanna har lång erfarenhet av att jobba med både hästar och barn – kanske känner några av våra läsare igen henne i rollen som ridlärare på bland annat Bullersta förr i tiden? Det var också just i rollen som ridlärare som den första fröet till verksamheten såddes, berättar Johanna.
– Det fanns så många tjejer i stallet som på olika sätt mätte dåligt. Man märkte tydligt att det fanns en skörhet och ett stort behov att få bekräftelse och bli sedd. Jag ville så gärna hjälpa tjejerna, men det var svårt när man bara träffade dem i stallet – jag hade ju ingen aning om hur deras liv såg ut i övrigt. Något som dock också var fantastiskt tydligt var att samspelet med hästarna fick dem att må bättre, det var som att hästarna gjorde att de kunde hålla näsan över vattenytan.

- De här tjejerna fastnade i huvudet på mig, jag kunde inte släppa tanken på dem. Det gick några år och av en slump stod jag framför tv:n när det sändes ett inslag om en trettonårig flicka som blivit tvångsintagen på rättspsykiatri för att hon hade skurit sig i armarna. Helt förfärligt, det borde inte vara möjligt för en ung tjej att må så dåligt. Tänk om jag bara hade kunnat få ha henne hos mig i stallet, minns jag att jag tänkte. Där och då bestämde jag mig – det här ska jag jobba med, att hjälpa barn som är i riskzonen för psykisk ohälsa med hjälp av hästarna, säger Johanna.

Hon började med att utbilda sig till behandlingspedagog på Campus Nyköping, sedan följde ett antal kurser på temat hästunderstödda insatser inom

psykosocialt och socialpedagogiskt arbete. Läggs därtill trettiofem års av professionellt arbete med hästar och människor. Idag har hon också erfarenhet från socialpedagogiskt arbete i skola samt jobb på HVB-hem. En ganska god grund att stå på.

– Jag hittade också ett fantastiskt program, baserat på forskning, välbeprövat med goda resultat i USA. Idag är jag mer eller mindre unik med att jobba med just det här programmet i Sverige, berättar Johanna.

Programmet i fråga består av tolv moduler, tänkta att pågå under tolv veckor med en träff på en dryg timme per vecka. Varje modul är tänkt att träna en specifik färdighet hos barnen. Grupperna består oftast av mellan fyra till åtta barn, beroende på individerna.
– Vi jobbar väldigt målinriktat på färdigheter som till exempel samarbete, tillit, självkänsla, respekt, kommunikation och ledarskap. Saker som alla barn behöver träna sig i, men som blir extra svårt att ta till sig om man har någon form av problematik i grunden. Det kan vara inävtväng eller utåtagerande beteende, ångest, trauma, social utsatthet eller någon form av NPF-diagnos såsom ADHD eller autism. Programmet är uppbyggt för att stärka barnen och deras inre skyddsfaktorer. Jag vill även understryka att programmet inte är någon behandling, utan en form av socialpedagogik, säger Johanna och fortsätter;

- Att fånga upp de här barnen i ett tidigt skede i livet är oerhört viktigt, inte bara för att minska lidandet hos den enskilda personen och anhöriga utan också ut ett samhällsekonomiskt perspektiv. Många av de här barnen kommer ha svårt att klara grundskolan och får tidigt en känsla av utanförskap och "jag kan inte", som är svårt att ta sig ur i vuxen ålder. Detta innebär en enorm kostnad för samhället. Mitt absolut största fokus och mål med HIPPOS Livskunskap är att programmet ska hjälpa barn klara grundskolan, eftersom mycket forsk-



I arenan. Johanna visar oss några exempel på övningar som barnen får arbeta med. Här med ponnyen Svartur, en riktig favorit hos barnen.



I sadelkammaren. Här hålls både genomgång och samtal med reflektion efter arbetet med hästarna. På tavlan syns några av de värdeord som Johanna jobbar med i programmet.

Fortsättning på nästa uppslag

**”Tillsammans med
hästen lär man sig
att vara sig själv”**

**-Johanna Frieberg, på bilden
med den fyrbenta läraren Felix**



ning visat att just detta är så viktigt. Vissa barn kan av olika anledningar vara lite skörare när de börjar skolan, ha behov av extra stöd och få utmaningar med lärandet i skolmiljön som många gånger kan vara tuff idag.

Så långt håller nog de flesta med. Men var kommer egentligen hästarna in i ekvationen? Vi ber Johanna förklara närmare.

– Hästar är fantastiska lärare. De lever här och nu, de har inget begrepp om framtiden och minns sällan det som varit. De är bytes- och flyktdjur, vilket gör att hela deras liv handlar om överlevnad och trygghet. De har välutvecklade sinnen och reagerar hela tiden på sin omgivning, samtidigt som de aldrig är dömande. Hästar vill ha ett starkt ledarskap och tydliga signaler, och teamwork är alltid utgångspunkten. Hästar ger ärlig feedback och om du är modig nog att lyssna på den, så kan den hjälpa dig att bli den bästa versionen av ditt äkta, unika och underbara jag. Tillsammans med hästen lär man sig att vara sig själv, helt enkelt.

– **De ponnyer jag har i verksamheten är noga utvalda, trygga och lugna**, men de är fortfarande djur med alla instinkter och reaktioner som hör till. Och de är naturligt motiverande för barnen, de fungerar lite som en dörröppnare till att våga testa nya saker, säger Johanna och fortsätter;

– **I programmet börjar vi alltid med en genomgång av dagens övningar och tema.** Ofta vill barnen gå direkt till hästarna – de är som magneter – oavsett om de är rädda eller inte, men de får hålla sig till tåls. Sedan jobbar vi tillsammans med hästarna enligt dagens tema, en efterlängtat stund för barnen.

Johanna håller också i workshops och kortare kurser med programmet som grund. I somras höll hon till exempel ett "Må bra-läger" för barn mellan 9-14 år i samarbete med Carolina Medin, stress terapeut och beteendevetare som till vardags arbetar som skolkurator. Bilden till höger visar barnens egna ord om vad de fått med sig från kursen.

Jag vill gärna poängtera att de övningar vi gör är på marken, det handlar inte alls om att lära sig rida utan att samspela med hästen och de andra kursdeltagarna. Till sist avslutar med en stunds reflektion och eftertanke då vi analyserar det som skett och vad vi lärt oss. Det är den häftigaste delen för mig, när jag får se vad barnen själva kommit fram till. Ofta kommer det ännu fler tankar veckan efter, när barnen fått bearbeta alla tankar ett varv till.

Målgruppen för programmet är främst barn mellan nio och elva, men även äldre barn är välkomna.

– Allt beror på individen och vilka förutsättningar som finns. Inga förkunskaper eller tidigare hästvana krävs. Det finns också möjlighet att genomföra programmet som familj eller som en mer inriktad ledarskapsutbildning, till exempel för barn som är aktiva inom föreningslivet.

De där tjejerna som fångade Johannas uppmärksamhet är inte bortglömda.

– Jag skulle säga att programmet lämpar sig särskilt väl för just de där tjejerna, de tysta flickorna som aldrig får någon uppmärksamhet och som mår dåligt utan att det märks utåt. Man ska inte dra alla över en kam, men ofta är det så att pojkar har ett mer utåtagerande beteende som märks tydligare och därför får mer uppmärksamhet och resurser, det är i alla fall min erfarenhet från att ha



arbetat i skolmiljö. Tyvärr är det också så att flickor generellt sett mår sämre psykiskt. De tysta barnen behöver också hjälp, kanske ännu mer än de som hörs och syns. Med hästarna får man lära sig om ledarskap och att ta plats på ett naturligt och enkelt sätt, och det vore fantastiskt att nå ut till de i samhället som så desperat behöver insatser i ett tidigt skede av livet. Jag hoppas också kunna utveckla ett djupare samarbete med skola/elevhälsa och socialtjänsten, då jag tror att det skulle kunna hjälpa många barn, säger Johanna avslutningsvis.

Erik Olsson

Boka fri värdering, få 500 kr på Nordic Nest

Som tack för att vi får besöka din bostad och ge goda råd om hur du kan höja värdet inför en kommande försäljning, bjuder vi på ett presentkort på Nordic Nest till ett värde av 500 kr. Ett tillfälle att unna dig något fint till hemmet. Erbjudandet gäller t.o.m. 31/12 2022. Tack vare vår genomarbetade Erik Olsson-metod med flexibla visningar, ett gediget spekulantregister, vass marknadsföring och en lokalt fokuserad mäklare får vi fler spekulanter till visningarna. Det är den avgörande skillnaden till att vi på Erik Olsson har lyckats ge våra kunder bäst betalt fjorton år i rad. Vår styrka sitter i detaljerna och det är där vi gör skillnad. Välkommen att kontakta oss redan idag om du vill veta mer.

NORDIC NEST

erikolsson.se/nordic-nest

FÖRESTÄLLNINGAR MED JULSTÄMNING



Se alla evenemang
på Nyköpings Arenor
[nykopingsguiden.se/
program](http://nykopingsguiden.se/program)

Julstämning med Nymos

- Nymoskören, skönsjungande solister och en proffsig orkester med en föreställning för hela familjen.
- 9-11 december, föreställningar kl.15.00 & kl.19.00
- Nyköpings Teater

Live på Bibblan

Julsånger med
Nyköpings
kammarkör.

17 december
kl. 11.00
Culturum

Pettson får julbesök

Det bjuds på massor av klassisk julmusik när Pettson & Findus skapar en riktigt härlig jul.

4 december, föreställningar kl. 11.00,
13.00 & 15.00 • Nyköpings Teater



Kulturljus i decembertid

Kulturskolans elever får dig
i rätt stämning inför julen.

10 december, kl. 17.00
Culturum

Fröken Elvis jul

Kritikerrosade Fröken Elvis levererar
tolkningar av både traditionella
julsånger och modernare jullåtar.

3 december, kl. 19.00 • Culturum

.....

Gästabudet vinter

Nyköpings gästabud skedde i december 1317. Nu kan du
uppleva det på samma plats och samma tid på året!

8-18 december, Tors & Fre 17.00 och 19.00.
Lör & Sön 15.00 och 17.00 • Nyköpingshus



Nyköpings
guiden



NYKÖPINGS SKOL IF
MER ÄN IDROTT

Skol IF växer på alla



Skol IF på Innovitasskolan



Skol IF på Vittra



Skol IF på Kunskapsskolan



Skol IF på Enskilda



högstadieskolor!



NYKÖPINGS SKOL IF
MER ÄN IDROTT



Skol IF på Alpha



Skol IF på Omega



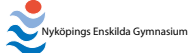
Skol IF på Ledarskolan åk 1, gymnasiet



Nyköpings Skol IF:s huvudstyrelse



Boström AB



Marves Rör AB



Queen in concert på Culturum

Musikmagi. Ta 16 av popgruppen Queens bästa låtar. En förstärkt symfoniorkester om 50 personer.

Två köror på tillsammans 45 personer. En kompgrupp på gitarr, bas, trummor och synth. Över hundra personer på scenen. Två sjungande solister och en dirigent som ser till att få ihop allt till en magisk musikupplevelse.

Ska ni bara gå på en konsert nästa år - gå på Queen in concert på Culturum söndag 29 januari 2023.

Arrangör är Filharmoniska Sällskapet i Nyköping. Medarrangör: Nyköpings Arenor.

Idén om konserten kom från Filharmoniska Sällskapets konsertmästare Anne Holmer.

- Efter pandemin är det viktigt att locka tillbaka publiken till våra spelningar och att visa att vi kan delta i konserter som inte bara innehåller klassisk musik, säger Anne. Queen in concert är ett utmärkt exempel på detta.

Mannen bakom "Queen in concert" heter Staffan Sjösvärd.

- I många år har jag haft ett stående orkesterprojekt som jag vurmat särskilt för: Rockgruppen Queen och deras musik. Jag har arrangerat om produktionen ett flertal gånger för olika besättningar och lagt till nya låtar. Idag gör jag den i huvudsak för symfoniorkester eller blåsorkester. Komp och kör behövs också.

- Som solist har jag nästan alltid fenomenale Magnus Bäcklund. Jag dirigerar produktionen själv och repar även kören separat. En produktion för antingen professionella orkestrar eller amatörer på lite högre nivå.

Magnus Bäcklund slog igenom i den första säsongen av Fame Factory vilken han vann. I samma säsong medverkade Jessica Andersson och efter tävlingens slut bildade de tillsammans duon Fame. Gruppen vann Melodifestivalen 2003. Magnus deltog även i TV4:s talangtävling Sikta mot stjärnorna som Tom Jones. Sedan 2006 satsar Bäcklund på en solokarriär och nu för tiden uppträder Magnus både solo och med olika grupper med allt från Queen-hyllningar till julshower och allsång.

Gästsolist är Martina Dahlström, som i höst gör sin fjärde säsong på Eztrad i Örebro som showartist. Innan det arbetade hon som showartist två år på Ving med destination Cypern.



Staffan Sjösvärd



Magnus Bäcklund



Martina Dahlström på Eztrads scen i Örebro

Foto: Filip Erlind.

Filharmoniska Sällskapet
Nyköping

Queen in concert • Söndag 29 januari 2023, 16.00 • Culturum Nyköping • Pris: 375 kr • Biljetter: [Nykopingsguiden.se/program](https://nykopingsguiden.se/program)

Magnus Bäcklund - Solist i rollen som Freddie Mercury • Staffan Sjösvärd - Dirigent och arrangör

Filharmoniska Sällskapet Nyköping • Symfoniorkester • Martina Dahlström - Gästsolist • Nymos och Cantemus - Köror • Kompgrupp

ÖSTER MALMA

HOTELL, KONFERENS & VILTUPPLEVELSE



FIRA IN JULEN PÅ ÖSTER MALMA SLOTT

JULBORD

1/12-18/12

VI ERBJUDER ÄVEN JULBORSWEEKEND
OCH JULBORDSLUNCH

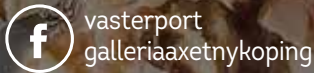


JULMARKNAD

26/11 & 27/11

LÖRDAG OCH SÖNDAG MELLAN KLOCKAN
10.00-16.00 BÅDA DAGARNA

LÄS MER OM ÖSTER MALMAS JUL PÅ WWW.OSTERMALMA.SE



AXET VÄSTERPORT

vi
ses
på
stäm

Välkommen hem till Axet och Västerport

Snart tänds vi juleljusen.

Ta det lugnt och stressa inte med julklappsinköpen.

Vår personal hjälper dig mer än gärna.

Unna dig något gott på våra mysiga
restauranger & caféer mellan shoppingturerna.

Välkommen hem



Midsommarminnen från 1960-talet

Jag och en kompis ville besöka någon annan midsommarfest än den traditionella vid Nyköpingshus. Vi började bli trötta på lotteristånd, glaserade äpplen, sockervadd, kaspersteater och se folkdanslaget dansa runt i sina folkdräkter. Inget illa om folkdanslaget, men det var inget för oss - vi var ju ändå 14-15 år! Men redan den här tiden förekom det tidningsreportage där man kunde läsa om hur stökigt det kunde vara på en del andra ställen. Vi anade att vi inte skulle få besöka något annat midsommarfirande, än den "trygga" vid Nyköpingshus.

Vi funderade på hur vi skulle kunna göra det ändå. Kompisen kom på en, som vi tyckte, briljant idé hur vi skulle kunna göra det - vi skulle säga till föräldrarna att vi ville tälta vid Strandstuviken på midsommar! Badplatsen och campingen var kända som en lugn plats, som framförallt besöktes av barnfamiljer, vilket föräldrarna mycket väl kände till. Morsan knorrade väl en del, medan farsan sa att det var nyttigt för oss att få klara oss själva! Och då de

inte hade bil räknade vi med att de inte skulle komma att besöka oss. Det här var även långt innan det fanns mobiltelefoner, så de skulle heller inte kunna nå oss på telefon! Våra sluga förberedelser gav oss möjligheten att istället åka till Trosa på midsommar.

Vi fick åka med ett par lite äldre kompisar i Erich Tomasovits (numera Toftemo) blå Volvo 444 (eller var det kanske en 544?). Där blev vi sedan stoppade

av en vakt som undrade om vi bodde på Edanö, för dit var det bara de som bodde på ön som fick åka bil. Vi blev istället hänvisade till en tältplats på vänster sida av vägen som gick ut till ön. När vi kom in på tältplatsen fick vi se ett gäng, som vi antog var "tuffa stockholmsraggare". Varför vi antog att de var stockholmare är jag inte säker på. Kanske var det för att vi såg att de drack sprit direkt ur flaskorna, vilket vi tidigare aldrig sett någon göra! Vi tyckte även att det var lite läskigt och anade att det skulle sluta med bråk, något som senare visade sig vara ett felaktigt antagande, åtminstone vad det gällde de här "stockholmsraggarna".

Efter att vi installerat oss på tältplatsen begav vi oss gåendes till festplatsen, som fanns på höger sida efter den gamla träbron ut till Edanö. Det första vi fick se var ett slagsmål mellan två personer där den ena var blodig i ansiktet. Ett par vakter gjorde vad de kunde för att få stopp på slagsmålet vilket de till slut också lyckades med, varefter slagskämparna fördes bort. Jag och min kompis tyckte det var så obehagligt att vi nästan omgående gick tillbaka till tältet, där vi sedan lyckades somna, trots att vi stördes av "stockholmarna" som varit kvar på campingen hade fest långt in på natten.

Tidigt på midsommardagens morgon gick vi in till Trosa centrum. Där fick vi se att någon hade placerat ett kohuvud på trappen till vad jag tror var någon slags polisstation som där det inte fanns personal under hela dygnet. På väggen utanför fanns det även en skylt som visade att det ändå var någon slags polis-



KUNGSHEM
FASTIGHETER

Kungsgatan 5, Nyköping
Endast bokade besök

0155-20 51 30, www.kungshem.se

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



VÄLKOMMEN TILL H-SON

UTHYRNING AV
SLÄP • BÅATTRAILER • BILTRAILER
SKÅPBILAR • MINIBUSSAR

- VERKSTAD
- TVÄTTHALL
- BUTIK
- DÄCK
- BILSERVICE

www. **H-SON** .se

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

lokal. (Det här ingen efterrapning från filmen "Gudfadern", då den kom först år 1972). I dag har det dock smugit in lite tvivel om det verkligen var ett kohuvud! Det kan även ha varit ett gris-huvud! Vilket kanske passar bättre om vederbörande ville driva med polisen (jag tänker då på ramsan Polis, polis, potatisgris!). Jag kan heller inte höra min kompis åsikt då han tyvärr är bort-gången sedan flera år tillbaka. Men, var det inte det ena var det - det andra! Midsommaren i Trosa blev verkligen en upplevelse, åtminstone för mig och min kompis.

"Kanske var det för att vi såg att de drack sprit direkt ur flaskorna, vilket vi tidigare aldrig sett någon göra!"

Nästa midsommar var vi till Strömstugan utanför Nyköping (tror jag - eventuellt var det lite senare på sommaren vid den årliga fiskarfesten). Här fanns ingen campingplats, istället tältades det bland träd och buskar på en sida av kustvägen. På den andra sidan vägen fanns festplatsen med en liten dansbana. Även här blev det en del bråk och även slagsmål. På eftermiddagen/kvällen var det en jämn ström av personer som korsade den trafikerade kustvägen till och från festplatsen. Jag minns att en person vid något tillfälle blev påkörd av en bil. Hur det gick för den påkörde minns jag inte. Efter det upphörde möjligheten att tälta på platsen. Vilket även festplatsen senare kom att göra, men det kanske berodde på andra orsaker?

Året därpå fick vi följa med ett par grabbar till Arkösund i Östergötland. Dit vi åkte i en gammal Volvo av årsmodell 1946, en så kallad "Volvosugga". När vi kom till Arkösund, mötte vi flera raggarbilar som körde fram och tillbaka på vägen till hamnen. Samtidigt som det satt personer på bilarnas motorhuv, vilket var både killar och tjejer. Jag minns även att det var någon grabb som till och med satt på ett biltak! Även om bilarna körde sakta var det väl inte så välbetänkt.

Senare på eftermiddagen fick vi följa med ett par andra killar in till Norrköping, där en av dem enligt egen utsago skulle hämta sin tjej. När vi, efter ett par rundor i Norrköping, passerade ett hus ville han att vi skulle stanna för där bodde minsann hans tjej. Han gick sedan in i trapphuset, men kom snart ut igen och sa snopet att ingen var ingen hemma. Efter att vi åkt ett par rundor i Norrköping åkte vi sedan tillbaka till Arkö. Jag tyckte det var lite märkligt att grabben som skulle hämta sin tjej inte först ville åka tillbaka för att se om hans tjej hade kommit hem. Senare fick jag veta att grabben ofta pratade om tjejer han hade i olika städer - man kan undra om han verkligen hade några tjejer överhuvudtaget!

Själva midsommarfirandet var som jag minns det invid någon slags hembygdsgård. I huset fanns även restaurang, eller servering, vilken kanske endast var tillfälligt öppen under midsommaren. Huset var ett suterränghus med en ytlig källare på nedre delen av huset. I Arkö fanns det vakter som, antagligen för sin egen säkerhets skull, var utrustade med batong. De bar även en gul armbindel märkt vakt. Alltför berusade personer låstes in i källaren på huset. Från friheten utanför



I början av 1960-talet fanns någon slags polislokal utmed Östra Långgatan i Trosa. Om huset sedan dess blivit renoverat och fått ett annorlunda utseende känner jag inte till. Den gamla polislokalen är i bilden markerad med grönt.



Typisk "raggarbil" - en amerikanare från mitten av 1970-talet, Chevrolet Monte Carlo. Nuvarande ägare är Evert Lindqvist, Nyköping. (Ägaren har inget samband med artikeln.)

fanns en bastant trädörr med några smala springor mellan plankorna, genom vilka de omhändertagna kunde prata med sina kompisar, under tiden som vakterna var på jakt efter fler fyllerister. Den tillfälliga fyllecellen var antagligen den enda som fanns i Arkösund. Närmsta riktiga arrester fanns antagligen i Söderköping, eller Norrköping. Men inte skulle man få polisen från dessa städer att åka 5-6 mil tur och retur för att hämta några överförfriskade personer i Arkösund!

Några efterord om raggare; Som raggare körde man helst stora amerikanska bilar, som till att börja med kanske inte alltid var några "vrrååk". Viktigare var nog att det i bilarna fick plats många personer. När den äldre generationen såg raggare och bilar var det nog många som förfasade sig över "dagens ungdom". Vilket i och för sig inte är något nytt, då de gjort det sedan de gamla grekernas tid!

Angående bråk och allmän oreda under midsommaren var det ofta raggarna som utpekades stå för

det. Men det stämde naturligtvis inte helt. Men det gav, eller tog, en del journalister möjlighet att skriva "sensationella" artiklar med vidhängande foton. En sådan artikel kunde till exempel ha rubriken "Här invaderar raggarna midsommaren".



Skribent: Arne Andersson • arnexandersson@gmail.com

PICKLEBALL

Sporten som passar alla!



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

www.nykopingseventcentra.com

NYKÖPINGS
EVENT
CENTRA

GOLFÄLSKARE

Välkomna in i värmen!



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

www.nykopingseventcentra.com

NYKÖPINGS
EVENT
CENTRA

FAMILJESÖNDAG

Rolig aktivitet för hela familjen i höstrusket!



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

www.nykopingseventcentra.com

NYKÖPINGS
EVENT
CENTRA

10-KAMPEN

Den perfekta personalaktiviteten!



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

www.nykopingseventcentra.com

NYKÖPINGS
EVENT
CENTRA

KOM OCH SE EUROPAELITEN

Pickleball på högsta nivå!



Louis Laville, Storbritanien, Europamästare



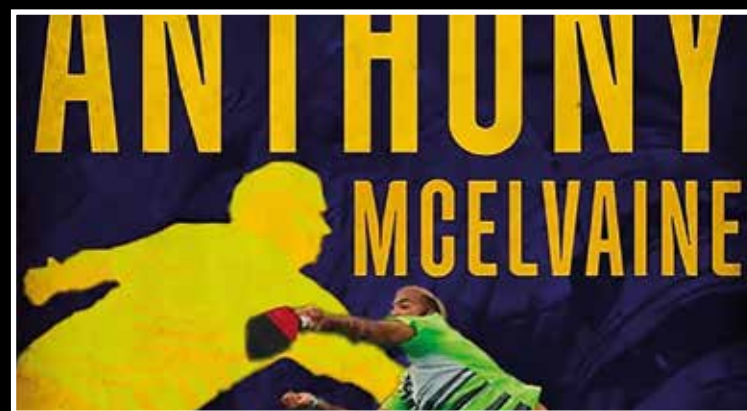
Felix Grunert & Basti Grau, Tyskland



Kenneth Dahlin & Mikael Eriksson, Sverige



Theo- & Julien Platel, Frankrike



Anthony Mcelvaine, Storbritanien



Axel Irestedt, Sverige

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

www.nykopingseventcentra.com

NYKÖPINGS
EVENT
CENTRA

MISSA INTE NYKÖPINGS STÖRSTA

DISCO

16 december 17.30-20.00 på Nyköpings Eventcentra

Den 16 december kommer Nyköpings Skol IF hålla ett disco på Nyköpings Eventcentra för dig som går i 1:an, 2:an och 3:an.
Det kommer förutom disco att finnas flera tävlingar och aktiviteter, en kiosk och en grym DJ. Detta kombinerat med förstklassigt ljud och ljus kommer vara något man sent glömmer.

Entré: 60kr

Biljettförsäljning: varje vardag i december 17-19 på Nyköpings Eventcentra.

OBS! Endast förköp.

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

www.nykopingeventcentra.com



NYKÖPINGS SKOL IF
MER ÄN IDROTT

Svåra tider för många Nyköpingsbor

Den ekonomiska krisen har slagit hårt mot många människor i Nyköping och fler familjer än vanligt kontaktar Nyköpings församling för hjälp med mat och kläder.

Barnfamiljer med begränsade ekonomiska resurser kan få hjälp med barnkläder och skor via Klädglädjen på Mariagården i Brandkärr. Klädförrådet är öppet på tisdagar kl 14.00-16.00.

Här kan du också lämna in urvuxna kläder. Har du höst- och vinterkläder för barn 0-12 år som är hela och rena kan du lämna in dem till Mariagården i Brandkärr under öppettiden på tisdagar kl 14.00-16.00, samt på Prosten Pihls Café (mitt emot Alla Helgona kyrka) vardagar kl 11.30-17.00. Just nu är behovet av vinterkläder, skor, vantar och mössor för barn stort. Din gåva gör verkligen skillnad!

På Mariagården finns även Stadsmissionens Matlaget. Personer i ekonomisk utsatthet kan bli medlem i Matlaget och få hämta en matkasse varje vecka med innehåll som anpassas efter personens/familjens behov. Man får också hjälp med att se över sin ekonomiska situation. Matkassarna sponsras av lokala matbutiker som bidrar med varor med kort utgångsdatum mm. Dessutom anordnas familjeaktiviteter och utflykter för medlemmarna, som kanske inte har möjlighet till sådant annars.

Nyköpings församling har också en diakonikassa som består av insamlade pengar och kollekter samt gåvor. Via

Diakonikassan hjälper församlingen människor i ekonomisk utsatthet med presentkort på mat och julklappar inför jul. "Sista ansökningsdag var 15 november, och vi ser att ansökningarna om bidrag från diakonikassan har ökat kraftigt i år. Det märks att många hushålls ekonomi är ännu mer ansträngd än tidigare", säger Sarah Blomberg, sacionom i Nyköpings församling.



Om du har möjlighet, skänk gärna en gåva till Diakonikassan

Swish: 123 199 52 99 eller PG 102655-8

(märk betalningen med "Diakonikassan")

ANNONS

90 SVENSK INSAMLINGS KONTROLL

BRYT EN TRADITION

Fler än **30 000 flickor** gifts bort varje dag

Vi lever alla under samma himmel och tillsammans kan vi göra skillnad.
svenskakyrkan.se/act

SWISHA DIN GÅVA TILL **900 1223**



act Svenska kyrkan

FOTO: TILDE NORTH/KON



Foto: Pixabay



Foto: Gustaf Helsing/IKON



Foto: Pixabay



Foto: Johannes Frandsen/IKON

checklista för
en superhärlig
adventstid!

1 KONSERTER

Musik i advent

SÖNDAG 27 NOV 18.00 *S:t Nicolai kyrka*
Adventskonsert med Nyköpings Motettkör samt
Filharmoniska sällskapet. Anne Holmer, konsertmä-
tare. Marie Frisk, orgel. Jenny Tjärnström, dirigent.

Stämmingsfullt i juletid

SÖNDAG 11 DEC 14.00 *S:ta Katarina kyrka*
Konsert med Lina & Linda.

Julens sånger

FREDAG 16 DEC 19.00 & 21.00 *S:t Nicolai kyrka*
Församlingens körer. Carl Ackerfeldt, solist. Sara Wirqvist
& Tommy Andersson, flöjt. Ulf Tjärnström, kontrabas.
Lars Andersson, orgel. Jenny Tjärnström, dirigent

OBS! Biljett krävs till dessa konserter!
Biljetterna är gratis och hämtas ut i Sockenstugan
(Hospitalsgatan 2) från och med 5 december 08.00.

2 LUCIAFIRANDE

Lucifirande

TORS DAG 8 DEC 17.00 *S:ta Katarina kyrka*
Luciafirande med barnköreerna Kattis och Nova

Luciatåg

SÖNDAG 11 DEC 13.00 *Mariagården*
Familje-luciatåg med andakt och lussefika.

Luciakonserter

SÖNDAG 11 DEC 16.00 & 18.00 *Alla Helgona kyrka*
Köerna Cantemus, Melody, Happy Voices samt Blålock-
orna. Anne Holmer, fiol. Per Henrik Vincent, fiol & flöjt. Ulf
Tjärnström, kontrabas Under ledning av Rebecca Johans-
son, Cecilia Norinder & Jenny Tjärnström.

OBS! Biljett krävs till dessa konserter! Biljetterna är gratis
och hämtas ut på Kyrkans hus från och med 1 dec 10.00.

Här kommer en liten Lucia

ONSDAG 14 DEC 17.00 *Alla Helgona kyrka*
Luciafirande med barnkören Sångfröna.

Luciafirande

ONSDAG 14 DEC 17.30 *Oppebykyrkan*
Barnkören OppePoppis sjunger och går Luciatåg.

3 GEMENSKAP

Julmarknad

SÖNDAG 27 NOV 11.00-14.00 *Prosten Pihls trädgård*
Försäljning av hantverk, korvgrellning samt lotteri.
Minihästar. Även Prosten Pihls café är öppet!

Grötfest

TISDAG 6 DEC 12.00 *S:t Nicolai församlingshem*
Gröt och skinksmörgås. Kostnad: 60 kronor per
person. Kostnadsfritt för 0-18-åringar. Föranmälan
senast 1/12 till Solveig Pettersson, 0155-751 85

Julspel

SÖNDAG 18 DEC 14.00 *S:t Nicolai kyrka*
Kyrkans personal och frivilliga framför julevangeliet
med barn, änglar, herdar och vise män från fjärran
land. Tillsammans sjunger vi kända julpsalmer. Från
13.00 kommer det finnas alpäckor utanför kyrkan.
Enklare julfika i församlingshemmet efteråt.

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

Svenska kyrkan 
NYKÖPINGS FÖRSAMLING

Vi får
bostäder
sålda

Välkommen
in till oss!

Fastighetsbyrån Nyköping / Oxelösund

ALTANDÖRR
PÅ KÖPET!*

Delbetala
räntefritt



Energieffektiva fönster med kondensskyddat glas.

U-värdet är det mått som anger hur energieffektivt ett fönster är. Ett lågt u-värde betyder att fönstret släpper in mindre kyla och ut mindre värme. Våra fönster har ett u-värde mellan 0,72 - 0,85 beroende på modell. 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 väldigt lågt u-värde. I våra fönster har vi löst det med 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 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**



Fönsterbyte. Som det borde vara.

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

Spelmissbrukare

Allt fler kastar plast i naturen.

Det märker jag vid mina promenader med vovven i Enstabergaskogen.

Det kallas discgolf.

Den tidigare termen på denna tilltagande fritidsfluga är frisbeegolf.

Det är väl ändå att yvas överhövan, att referera till det aristokratiska sällskapsspelet golf.

Gissningsvis är olikheterna mellan utövare av discgolf och golf i paritet med den mellan en motorstrykt Epa-traktor och en motorstark Audi R8.

Det hjälper i det fallet inte att "Epan" är trimmad, avger förgasarknallar som om kriget kommit och får mig och vovven att ta till schappen och evakuera oss i torpets potatiskällare.

Torparhustrun är hårdkoktare. Hon överger sällan köket och sysslorna vid spisen. Det goda vitsordet måste man ge henne.

Hon hedrar därmed förutvarande majestät Gustaf VI Adolfs valspråk: "Plikten framför allt".

Min svårbotbara nyfikenhet gör att jag stannar till för att läsa på informationsskylten om den uppförda discgolfbanan i Enstabergaskogen.

Det är inte populärt hos alla. Det visar vovven genom att anlägga en blasérad min och avmätt lyfta på benet mot skyltstolpen. Sicken stjärna.

Lära sig schack kan göra vem som helst matt.

Discgolffens statuter förefaller enklare.

Du ska singla iväg en plastskiva genom skogen av träd och avsluta med att kasta plastskivan i en utsatt korg. Emellertid inte i en papperskorg.

Discgolfbanan består oftast av 9 eller 18 stålkorgar placerade lite varstans i terrängen.

Du ska använda så få kast som möjligt. Det verkar som en rimlig regel.

Det motsatta vore att dra ut på skogsvistelsen i all oändlighet.

Banprofilen anger inget om antalet hindrande träd.

Detta av naturliga skäl.

Det beror ju på hur rakt man kastar. Eller kanske snarare hur snett.

Positivt med discgolf är att fler människor kommer ut i skog och mark, negativt att bär- och svamplockare tvingas ta skydd bakom rengallren när plastskivorna viner om örönen.

Discgolf verkar trots allt inte vara något för mig. Det känns mest som bortkastad tid.

Hur som helst. Var sak har sin tid.

Tonårstiden handlade till viss del om att vara vargunge eller blåvinge i scouterna, beroende på om man var pojke eller flicka.

Vi "skojter" ströövade omkring i naturen, letade pinnar till en lägereld och instruerades att alltid vara redo.

Vad vi skulle vara redo för blev aldrig klarlagt.

Vi lärde oss även att knyta knopar. I alla fall en del av oss.

Dom fingerfärdigaste i knäpandet med knoparna erhölet eftertraktade repmärken.

Dit hörde inte jag. Jag gjorde skam till sägandes inte många knop i scoutverksamheten.

Jag var mest intresserad av söta blåvingar.

Mina egna skor klarar jag dock av att knyta. Åtminstone i teorin. Det kan vara besvärligare i praktiken. Min böjlighet är inte vad den varit.

Och då har den aldrig varit speciellt bra.

Hur ska vi rädda världen? Den frågan borde vi alla ställa oss. Personligen gör jag vad jag kan. Jag försöker undvika olika former av plast.

Må så vara att jag är så kallad plastpappa.

Nu har jag som den världsförbättrare jag ser mig stött på ett problem. Möjligen en futlitet men ändå lika irriterande som en rödvinsfläck på skjortbröset. Det är av den anledningen du ska hålla dig till vitt vin. Eller avstå vinet helt.

Det finns alternativa drycker till förtäringen.

Detta med undantag vid nattvardsfirandet.

Nu är det inte vad som sker mellan skål och vägg inom kyrkan som är mitt bekymmer.

Det är istället tandkrämstubens design.

Jag tänker främst på den där lilla biten som tillsluter tubens öppning och ska pillas bort för att man ska kunna klämma fram en sträng tandpolish – är den av plast eller aluminium?

Det är viktigt att veta vid källsorteringen.

Jag vill inte sortera avfall i fel container vid återvinningsstationen.

Det vore synd, en synd värre än kortspel i sakristian.

Den ifrågavarande biten av plast eller aluminium som gör tandkrämstuben tättslutande är därtill försedd med en knappt synbar flärp.

Den satans tingesten hotar tandhälsan i landet.

Du kan ha fått hela truten full av tandsten innan du lyckats få grepp om flärpen ifråga.

Det är heller ingen ursäkt som skulle få din tandhygienist att mildra sina förmaningar.

Personligen använder jag för ändamålet en mejsl. Den hör vanligtvis hemma i snickarbova.

Det rostangripna verktyget hugger jag krigiskt rakt genom plastbiten, eller om det nu är en aluminiumbit, varvid det skvätter tandkräm i varje hörn av badrummet.

Det som blir kvar i tuben brukar räcka för att polera gaddarna.

Det blir emellertid inget bländvitt filmstjärneleende à la Tom Cruise. Det kan jag leva med. Jag är ingen svärsmorsdröm i övrigt heller.

Dessutom är det väl ändå den inre skönheten som räknas.

Fan tro't, som bonn sa när hästen skenade och bonn drattade på trynet i dyngkärran.

Det är svårt att motstå lockelsen på ATG-skärmen vid Willys: "Lämna butiken som miljonär!".

En kvart senare lämnar jag butiken – 25 kronor fattigare.

Det är vad en så kallad Sverigelott kostar.

Till den förlusten ska adderas 62,90 kronor. Det är butikens pris på en bytta Bregott.

Jag lämnar således Willys med knaprare tillgångar än när jag kom. Tvärt emot vad som sägs i den aktuella skraplotsreklamen.

Det gör mig lika härsken som en kartong ägg med utgången datum.

Halvvägs ut sneglar jag på nytt på ATG-skärmen som nu skiftat budskap till: "Sitt inte lottlös".

Nej, det ska jag banne mej inte göra, tänker jag. Och köper en kexchoklad. Som tröst.

Jag minns den Cloetta-drive som gick rakt in i i magen på mig: "Kexchoklad kommer aldrig att svika varken dig eller dina nära och kära".

Det gör inte den fräsiga chokladbiten den här gången heller. Sviker mig.

Jag slukar kexchokladen i ett huj, exakt på samma sätt som strax innan med den försåtliga ATG-reklamen.

Det blir lätt så när man inte har mer förstånd än örnsnibben.

Jag sågs redan i tidiga år som en spelmissbrukare.

Detta av musikdirektören i kommunala musikskolan i Oxelösund. Han kan ha haft rätt.

Jag övade inte särdeles flitigt på blockflöjten. Det var roligare att kicka boll och spela kula.

Det var ur den aspekten föga förvånande att musikdirektören inte var med på noterna vid min aparta uppspelning av Gubben Noak.

Den gubben gick inte hem, om man så säger.

Det gjorde däremot jag. Gick hem. Varvid världen kan ha gått miste om en oefterhärmlig blockflöjtssolist. Möjligen på gott och mindre på ont.

Nu går det att spela på mer än träblåsinstrument. Till exempel på hästar.

Jag besökte en oktoberkväll på 1990-talet Solvalla. Landets travmecka och totospelarnas heliga plats.

Jag kan konstatera att jag inte blev biten, vare sig av spelformen eller av någon lömsk kuse.

Bäst var travrestaurangens gratisbuffé. Hur jag kom i åtnjutande av den favören?

Jag travade runt bland Solvallas alla etage och befann mig hux flux mitt i ett vip-sällskap.

Den turen höll tyvärr inte i sig vid spelluckorna.

Mina medförda 400 kronor avsedda att förränta sig genom klokt spel på V5, vinnare och plats försvann lika tvärt som en stor stark på slitna danshaket Lorry i närbelägna Sundbyberg.

Till sist återstod endast en femkronorsedel.

Den resterande sedeln i plånboken reserverade jag för en korv med bröd serverad av en korggubbe med låda på magen utanför Solvallas grindar.

Till all olycka var turen på fel sida. Där också.

Höstvindarna tog tag i femkronorssedeln som virvlade in bakom ett högt stängsel. Oåtkomlig.

Vad var det nu Beatles sjöng: "I'm a loser".

TEXT **LEIF KÖNIG**

E-POST leifkonig@telia.com

BLOGG leifkonig.se

PS: Du kan läsa fler kåserier av Leif König på bloggen König Online. Se [bloggadress här ovan](http://leifkonig.se).



COROLLA CROSS

TOYOTAS NYA SUV SOM FYRHJULSDRIVEN ELHYBRID

Corolla Cross har uppgraderats med en högre markfrigång och högre förarposition som ger dig bättre sikt. Det blir också enklare att lasta i och ur.

Den intelligenta fyrhjulsdriften gör det lätt att komma fram i alla väderförhållanden. Med Toyotas senaste hybridteknik får du en oslagbar kombination av kraft och låga CO₂-utsläpp.

Välkommen på provkörning fr.o.m den 18 november. Läs mer om bilen på asklingbil.se

**EXKLUSIVT
LANSERINGS-
ERBJUDANDE
FRI SERVICE
T.O.M 4500 MIL**

Endast hos
Askling Bil



MOTORCITY I NYKÖPING BLIR ASKLING BIL!

Under året har Motorcity / Toyota Nyköping förvärvats av Askling Bil. Även om det är nya ägare så är det samma duktiga personal som kommer fortsätta arbeta på att vara Nyköpings bästa bilhandlare. Våra kunder kan räkna med samma goda service som tidigare. Välkommen in till oss på Industrigatan 10. Läs mer om oss på asklingbil.se

TOYOTA NYKÖPING
MOTORCITY

ASKLING BIL®



/asklingbil

LINKÖPING

Fröstorpsgratan 2
Tel: 013-35 78 50

NORRKÖPING

Maskingatan 10
Tel: 011-21 17 50

MOTALA

Mineralvägen 17
Tel: 0141-20 35 80

MJÖLBY

Kungsvägen 91
Tel: 0142-29 96 90

NYKÖPING

Industrigatan 10
Tel: 0155-21 71 70

HISTORISKA BILDER FRÅN OXELÖSUND

- i samarbete med Oxelösundsarkivet

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



Bilden till vänster: Södra Malmgatan. Malmstorget på Södra Malmgatan, kvarter Björken. Det stod klart 1958 med både lägenheter och affärslokaler.

Affärer som funnits vid Malmstorget:

-I juni 1959 öppnades den första affären i det nybyggda huset vid Malmstorget, det var Hedströms skoaffär och var belägen vid Södra Malmgatan 24, butikschef var Nils Olof Sundberg. Skoaffären upphörde våren 1964.

-Den 19 augusti 1959 öppnas systembolaget vid Södra Malmgatan 24, butikschef Olof Örtengren.

-Försäkringskassan flyttar in i lokaler vid loftgången den 19 augusti 1959.

-Birgers Konditori flyttar in på Malmgatan 24 i september 1959, konditor Birger Robertsson flyttar från Hamngatan.

-Abrahamssons Blomsterhandel flyttar in samtidigt som Birgers Konditori. Abrahamsson flyttade från andra sidan Esplanaden. Deras nya butik på Malmgatan var originell för där kunde kunderna gå in från både Esplanaden och Malmgatan.

-Kläddaffären Fyndet och Barngarderoben öppnades i september 1959. Barngarderoben gick i konkurs slutet av 1960 och in flyttade Södermalands Nyheter.

-Den 28 april 1960 öppnas Gardinbaren, en specialaffär i gardiner.

-Möbel Konsum öppnades början av maj 1960 och lades ned 1964, affärschef var Carl-Gustaf Carsmyr. Fredagen den 13 mars 1964 öppnades en konfektionsaffär i samma lokal som Fyndet hade. En biljard och minibowlinghall öppnades sommaren 1965 i en av lokalerna som skoaffären Hedström hade haft.

Källor: Folket 1958-09-26 och 1959-09-25, Södermalands Nyheter 1959-07-10 och 08-18, Södermalands Nyheter 1959-08-20 och 09-19, Södermalands Nyheter 1960-04-29 och 05-03, Södermalands Nyheter 1960-12-13, Folket 1964-03-13 och 04-29, Södermalands Nyheter 1965-07-13

*Fotograf: C:son Foto
År: okänt
Bild ID: 009789*

Kvarteret Björken



Bilden till vänster: Affären Elbyrån på Södra Malmgatan låg mellan Svedlindhs klädesaffär och Sten-Åkes Järnaffär. Elbyrån ägdes av gotlänningen Karl-Erik Kjellström som även ägde Norrköpingshuset.

*Fotograf: Okänd, År: 1959-02-09
Bild ID: 012727*



Bilden ovan: Exteriörbild från 1961 på kläddaffären Fyndet som öppnades i september 1959. Affären låg på Södra Malmgatan.

*Fotograf: okänd, År: 1961-04-25
Bild ID: 012714*



Bilden till höger: Interiörbild från Sten-Åkes Järnhandel, som låg på Södra Malmgatan, februari 1959. Affären öppnades 1958.

*Fotograf: okänd, År: 1959-02-09
Bild ID: 012840*



Södra Malmgatan 17

Malmtorget. Det så kallade Norrköpingshuset på Södra Malmgatan 17, kvarter Björken, en av Oxelösunds äldsta byggnader.

Norrköpingshuset bestod av två butikslokaler, en damfrisering, två lägenheter om tre rum och kök, sex lägenheter om två rum och kök och en lägenhet om ett rum och kokskåp. Norrköpingshuset består av ett äldre renoverat hus och en tillbyggnad som uppfördes 1957.

Sten-Åkes järnaffär öppnades år 1958 i en av lokalerna. Föreståndare var Kurt Rosenström. Hösten 1961 flyttade taxistationen till tredje våningen vid Malmgatan 17 från Malmgatan 6. Taxi behöll köket vid Malmgatan 6 som vaktrum för taxichaufförerna.

Källor: Tyra Florin, Södermalands Nyheter 1958-07-09, Folket 1959-II-13 och 1961-09-04
Fotograf: okänd, År: okänt, Bild ID: 003887



Södra Malmgatan 15, kvarter Björken, en av järnverkets byggnader som inrymde 10 lägenheter rivs. Huset byggdes någon gång under första världskriget eller vid krigsslutet. I bakgrunden syns Hammars hus.

Källa: Södermanlands Nyheter 1964-01-21
Fotograf: Olle Jännebring
År: 1963 dec, Bild ID: 011645

Jul på vår gård

Vi lagar bra mat från grunden och packar i smarta förpackningar så att du kan ta med hem eller till jobbet. Vill ni hellre äta här hos oss i brasans sken så går det bra såklart!



Lilla jullådan 220kr/pers

- Inlagd sill med lingon
- Krämig sill med dill och citron
- Varmrökt lax från Femöre Rökeri
- Ekoägg med mayo och räkor
- Paj med grönkål/Västerbottenost
- Julskinka från Rinkeby kött
- Rödbettsallad
- Lagrad cheddar
- Hembakad julvört
- Skuren pepparkaka

Lägg gärna
till varm mat!
(se hemsidan)



Boka julmaten vid bord eller för avhämtning på mail, hemsida eller här. Kan bokas 25/11 till 23/12.



V. Trädgårdsgatan, Nyköping • hellmanskagarden.se
0155- 21 00 41 • butiken@hellmanskagarden.se

NA | Woody
HUSGÄRDET

DU HITTAR DE HÅRDA KLAPPARNA HOS OSS!



Ryobi
skruvdragare
995:-



Skruvdragare
Bosch G0 mini
999:-

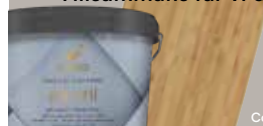
Strykjärn
449:-

NA Svensson Arnöleden 1, Nyköping. Mån-fre 06:30-18:00 Lördag: 10:00-15:00
Erbjudandet gäller t.o.m. 31/12 2022

Går du i renoveringstankar?

- Ett renoveringsprojekt innebär många beslut. Coloramas inredningsexperten har lång erfarenhet av att kombinera material och kulörer för att få rätt känsla.

Boka tid för rådgivning på colorama.se
Tillsammans får vi din idé att hitta hem.



colorama

Colorama Arnöleden 1, Nyköping 0155 26 21 30



Sigridslunds Café & Handelsbod

Hembakat – Hantverk – Godsaker
Mitt i Sörmland i Årdala

**Julmys alla adventshelgerna
fre-sön kl.11-15 med**

Jultallrik - Adventsfika – Hantverkare (lör & sön)

Julbord 2-18 dec, kl.19

Vi lyser upp Sigridslund med facklor utomhus och levande ljus inomhus. Ni serveras ett familjärt julbord där allt kallskuret serveras vid varje sällskap som ett privat buffébord! Fri påfyllning
Det varma samt sötsaker serveras sedan på stora buffébordet! 480 kr/person

Julkonsert med Kviga 16 dec kl 19

**Bokning och info på
www.sigridslund.se tel 0158 14000**

Vi hjälper dig att skapa

ETT HEM I DIN STIL!

Varmt välkommen till vår butik i Oxelösund och upptäck vårt stora utbud av färg, tapeter och inredning



Vill du annonsera i MAGAZINET år 2023?



Utgivningsdagar 2023

29 januari	27 augusti
26 februari	24 september
26 mars	22 oktober
23 april	19 november
28 maj	17 december
25 juni	

Välkommen att kontakta mig för mer information!

Peter Pettersson
Säljare Magazinet

070-659 21 88
peter@media-mix.nu



Torggatan 20 • Oxelösund
Öppettider: Vard 7-18. Lörd 9-13

Följ oss och ta del av massa erbjudanden nyheter och inspiration



Lindells Måleritjänst



lindells.maleritjanst

20 % PÅ INREDNING

Erbjudandet gäller vid ett tillfälle och vid uppvisande av denna kupong. Går ej att

kombinera med andra erbjudanden.

Giltigt t o m 23/12 2022



Plånbokssmart – hållbara tips inom ekonomi, miljö och livsstil

Våren 2020, mitt i pandemins utbrott, flyttade Denice Fallsdalen med familj från Stockholm till Nyköping. Här pluggar Denice just nu sista året på sjuksköterskeutbildningen och ser fram emot en ny karriär inom vården. Mest känd är hon dock från bloggen och Instagramkontot Plånbokssmart, där hon skriver och inspirerar om hållbarhet ur tre olika perspektiv - ekonomi, miljö/klimat och livsstil/tillvaro.



Denice Fallsdalen

Denice är ursprungligen från Dalarna, en plats hon fortfarande beskriver som hemma.

– Jag är uppvuxen i Ludvika och flyttade därifrån efter gymnasiet. Sedan dess har jag bland annat pluggat i Örebro och nu senast bott och jobbat i Stockholm. Anledningen till att vi hamnade här i Nyköping är att min man är från Oxelösund, så vi har en naturlig koppling till området, säger Denice.

Vad låg bakom flytten från Stockholm?

– Vi ville byta ut vår trånga lägenhet mot ett hus. Vi har alltid tänkt att ska vi flytta till hus, då kan vi lika gärna flytta utanför Stockholm. Man får så mycket mer för pengarna. Min man arbetar fortfarande kvar i Stockholm, men jobbar mycket hemifrån även nu efter pandemin så det fungerar bra.

Du har en bakgrund inom bankvärlden, men valde i samband med flytten till Nyköping att börja plugga till sjuksköterska. Berätta mer.

– År 2015 drabbades jag av utmattningssyndrom. Redan då började jag ifrågasätta mina livsval och kände att det var mycket stress involverat i det yrke jag hade valt. När vi sedan skulle flytta tänkte jag att "ska vi nu lägga om livet, ja då kan jag lika gärna göra det ordentligt!"

– Att valet föll på just sjuksköterska är för att jag gärna vill jobba med människor – hjälpa människor – och känna att jag gör nytta. Vissa kanske tycker att det är konstigt att någon med en utmattning bakom sig söker sig till ett värdyrke, men stress är

ju olika från person till person. Man måste utgå från sig själv. För min del så känns det viktigast att hitta ett yrke jag brinner för. Som sjuksköterska har du så otroligt många valmöjligheter vad gäller arbetsplats så jag är övertygad om att jag kommer hitta ett bra jobb som passar mig.

Du fick börja utbildningen mitt under brinnande pandemi. Hur har det varit?

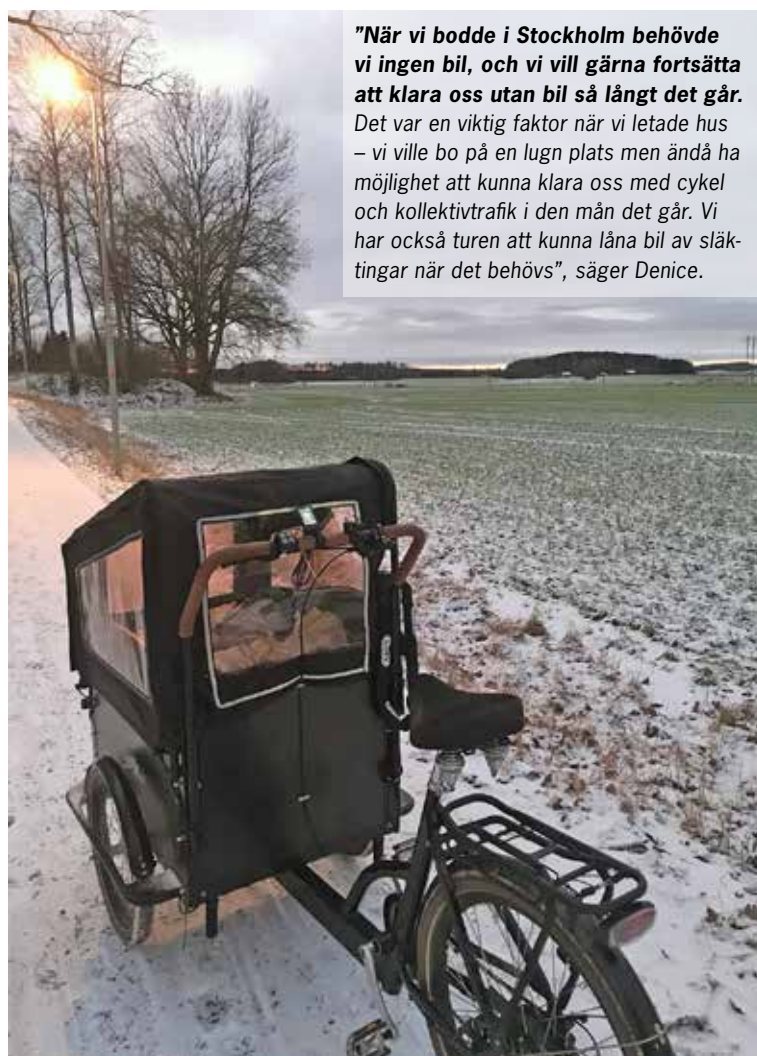
– Det är klart att pandemin och restriktionerna har påverkat utbildningen. Det har varit mycket digitalt via zoom istället för att ses på plats på Campus. Det svåraste skulle jag säga har varit att behöva lära sig ett nytt "språk" på egen hand, utan pluggkompisar och lärare nära till hands.

– Som tur är har vi kunnat ha praktisk utan problem. Jag har också valt att jobba i vården under somrarna, det har varit jättenyttigt

för mig som inte har någon tidigare erfarenhet av vårdjobb. Det finns så många spännande avdelningar, jag känner verkligen att jag har så stora möjligheter att välja och utvecklas i framtiden. Det är en stor skillnad från mitt tidigare bankjobb. Jag tror att jag är mest sugen på att arbeta inom psykiatri eller med äldre och dementa. Men jag är öppen för alla möjligheter.

Bredvid studierna ägnar Denice mycket tid åt sitt sidoprojekt "Plånbokssmart", som finns på Instagram och som hemsida/blogg.

– Jag startade upp Plånbokssmart ett år före min utmattning med mitt intresse för ekonomi som grund. Tanken



"När vi bodde i Stockholm behövde vi ingen bil, och vi vill gärna fortsätta att klara oss utan bil så långt det går. Det var en viktig faktor när vi letade hus – vi ville bo på en lugn plats men ändå ha möjlighet att kunna klara oss med cykel och kollektivtrafik i den mån det går. Vi har också turen att kunna låna bil av släktingar när det behövs", säger Denice.

var att visa att "ha pengar" handlar om prioriteringar. Efter min utmattning blev Plånbokssmart ett sätt att bearbeta saker och ting. Jag började dela med mig av mina erfarenheter kring stress och utmattning. Det var, och är, fortfarande så mycket tabu och skam kring psykisk ohälsa och jag fann en

stor gemenskap i sociala medier, där många hade upplevt samma sak som jag. Ju mer jag skrev om det, ju mer svar och respons fick jag. Snart började kontot växa.

Fortsättning på nästa sida



"Odlingsintresset var en bonus som kom med flytten till Nyköping. Det är en härlig känsla att jag kan odla en del av familjens mat hemma i trädgården och att ha kunskaper i självförsörjning. Det är också väldigt avstressande och ger självförtroendet en boost när man lyckas. Jag vill också visa barnen vilken tid och omsorg som faktiskt ligger bakom till exempel en endaste tomat. Jag vill gärna uppmuntra fler till att odla, en balkong eller ett soligt fönster kan räcka långt", säger Denice.



Många smarta grejer i en och samma bild. Att ta för sig av skogens skafferi är hållbart och smart på många sätt – det är gratis, du får en portion natur och motion och dessutom så är det bättre ur miljösynpunkt att plocka sina egna blåbär jämfört med att köpa dem i butiken, där de varit paketerade och ofta behövt transporterats flera gånger. Se också Denices smarta tips när det kommer till att förvara blåbären – mjölkpaketen får ytterligare ett användningsområde innan de skickas till återvinning.

Minst sagt. I skrivande stund har Plånbokssmart 34 500 följare.

– Det är jättekul att så många vill läsa det jag skriver, och vi har en fin dialog i kommentarsfältet. Jag är väldigt förskonad från nättroll, de flesta är trevliga och håller god ton. Självklart skulle jag vilja utveckla det ännu mer, men det är svårt. Jag är till exempel väldigt restriktiv med samarbeten – de få jag haft är nog utvalda. Jag vill verkligen känna att jag kan stå för det jag lägger ut. Framförallt så ser jag Plånbokssmart som mitt sätt att bidra till klimat- och miljöfrågan. Jag vill kunna visa för mina barn i framtiden att jag gjorde en insats. Det är min stora drivkraft!

Det lackar mot jul och nyår. Vilka hållbara tips kan du avslutningsvis ge våra läsare inför helgerna?

– Börja med att fundera på vad som är viktigt för just dig. Är det sillen? Pepparkakor? Umgänget med familjen? Att ta det lugnt? Det finns mycket press utifrån på att jul och nyår ska vara på ett visst sätt, men det viktigaste är väl ändå vad du själv, och dina närmaste, önskar? Som att ge julklappar till exempel, måste alla verkligen utbyta julklappar med varandra? Kanske kan man istället ha en

"...ge bort en bok som du själv läst och älskat till någon annan du tror skulle uppskatta den..."

julklappslek eller bestämma att endast barnen ska få julklappar. Prata med dem du ska fira med och se vad de tycker. Att man "alltid" gjort på ett visst sätt är en dålig orsak att bara fortsätta på samma vis utan eftertanke, säger Denice och fortsätter;

– Jag vill också gärna slå ett slag för second hand-klappar, allt behöver inte vara nytt. Eller kanske kan man ge bort något man själv gjort? En annan idé är att ge bort en bok som du själv läst och älskat till någon annan

du tror skulle kunna uppskatta den – snacka om kärleksfull gåva! Slutligen vill jag också tipsa om att ge bort upplevelser och tid tillsammans, det brukar ofta vara uppskattat.

– När du väl bestämt hur jul och nyår ska se ut så är det en god idé att redan tidigt börja planera för att slippa stressa senare i december. Kanske kan du baka bröd och pajer och frysa in? Passa på att köpa till exempel sill när det är på extrapris? Och tänk också redan nu på hur du vill att januari ska se ut, eftersom valen du gör i december ofta påverkar ekonomin i januari.

Hållbarhetens 3 ben enligt Plånbokssmart

Hållbar ekonomi

Jag vill leva ett liv där jag både äter kakan och har den kvar. Det innebär att mina pengar både ska räckta till drömmar och livskvalitet i nuet, samtidigt som jag ska ha råd att spara till framtida drömmar. Det här lyckas jag med genom att på många olika sätt prioritera så att så mycket pengar som möjligt läggs på det som ger livskvalitet och sparande, och så lite pengar som möjligt läggs på pengatjuvar, så som onödigt konsumtion eller onödigt dyra "nöd-vändighetskostnader". Mycket av det som kostar pengar går att få och göra gratis och/eller billigare,

så att pengar istället kan användas till att spara i fonder och aktier, arbeta mindre eller bara sätta guldkant på tillvaron. Och det finns massor av det som sätter guldkant på tillvaron som inte kostar pengar överhuvudtaget!

Hållbar livsstil & tillvaro

Jag har sprungit i ekorrhjulet, jag vill inte springa där igen. Jag har därför under de senaste åren skalat bort mycket av det som inte ger livskvalitet. Det innebär i praktiken att jag prioriterat bort människor, aktiviteter och måsten. Det har också inneburit att jag de senaste

te åren levtt alltmer minimalistiskt och rensat bort mängder med saker, energitjuvar, ur mitt liv.

Hållbar miljö

Allt det vi gör påverkar miljön och jag vill leva på ett sätt som gör så lite avtryck som möjligt. Jag är däremot ingen expert och har inte så stort intresse av att grota in mig i detaljer. Jag fokuserar på små enkla saker som vi kan göra i vardagen, till exempel konsumera mindre, handla begagnat, använda det vi redan har (återbruk och pyssel), plastbanta och kemikaliebanta. Ett steg i taget.

Träna på Nyckelgym



**290 kr/
månad***

*Betaling sker via autogiro. Bindningstid 2 månader.
Senior, 60 år och äldre, 260 kr/månad.

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



Köp ett par valfria byxor



och du får köpa en valfri tröja för halva priset



Gäller både till henne och
honom, 21/11-26/11

•1953•
SVEDLINDHS
•OXELÖSUND•

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®



Företaget är miljö- och kvalitetscertifierat



Vi utför
kostnadsfri
besiktning av
din vind!

Kiladalens Gospel tar ton i kyrkan



Mycket glädje och engagemang när Kiladalens Gospel repeterar inför konserten i Oxelösund

Till årets konsert i S:t Botvids kyrka under Ljus & Värme har arrangörerna bjudit in Kiladalens Gospel, en av Kiladalens församlings kyrkokörer. Kören har varit verksam sedan 2003. Åsa Camara leder kören tillsammans med pianisten Olov Österberg.

- Vi sjunger till största delen amerikansk gospel, allt från traditionell spirituals till modern gospel med influenser av bland annat hip hop, pop och soul. Till konserten på Ljus & Värme tänker vi även tolka ett antal traditionella jullåtar för att få med julstämning i kyrkan, säger Åsa.

Åsa Camara har sjungit gospel sedan mellanstadiet och varit med i flera olika gospelkörer.

- Jag började som stämledare i en annan kör och fortsatte sedan som ledare.

Samtidigt pluggade jag till gymnasielärare (musik och engelska). Sedan 2011 har jag lett Kiladalens gospel vilket började som ett vikariat men som sedan blev fast.

Kiladalens gospel träffas en gång i veckan för repetitioner med både fullt fokus och många skratt.

- Vi har fantastiskt roligt tillsammans, och är som en enda stor familj. Vi gråter och skrattar ihop, kommer från olika håll med olika förutsättningar, men musiken förenar oss, säger Åsa.

Lördag 26 november kommer Kiladalens Gospel till S:t Botvids kyrka för en konsert med glädje, energi och gemenskap som ledord. Hela entréintäkten går till Räddningsplankan och Oxelösunds församling. Arrangör är Oxelösunds Företagarförening.



Åsa Camara och Olov Österberg

Utmana dig själv - prova Antons "back-klättring"

Vågar du testa hur högt du kan klättra med hjälp av drickabackar? Anton Nilsson från Upzone ger dig chansen under Ljus & Värme att testa dina kunskaper och ditt mod.

Aktiviteten pågår mellan 10-15 och äger rum i den närliggande parken bredvid Järntorget. Aktiviteten är gratis och du har chans att vinna en upplevelse på Jogersö och Upzones äventyrsbana nästa år. Dessutom kan man vinna värdecheckar att handla för hos Oxelösunds Företagarförenings medlemmar. Den som klättrar högst upp med hjälp av backar vinner.

Anton Nilsson driver sedan sommaren 2021 Upzone i Oxelösund. En äventyrspark ute på Jogersö där man får uppleva en äventyrlig upplevelse bland trädtopparna.

Äventyrsparken har något för alla
Äventyrsklättring i höghöjdsbanor är ett äventyr på 2,5 timmar. Under äventyret får du uppleva höga höjder, klättra, balansera och åka zipline bland trädtopparna. En rolig utmaning där alla kan klättra på sin egen nivå.



Lördag 26 november

Välkommen till en trevlig dag med mycket julstämning på **Järntorget i Oxelösund klockan 10.00-15.00**

Ljus & värme



- ★ Julmarknad med kvalitetsknallar, hantverkare och lotterier.
- ★ Godis till alla barn som skriver sin önskelista hos Jultomten och Tomtenisse.
- ★ Julfika och julpysel för alla barn på Koordinaten.
- ★ ICA Kvantums paketlotteri.
- ★ Lions Loppmarknad och korvförsäljning.
- ★ Insamling till Räddningsplankan.
- ★ S:t Botvids kyrkokör underhåller på Koordinaten klockan 12.00.
- ★ Antons "back-klättring" i parken vid torget.
- ★ Tomtetåg mellan Nyköping och Oxelösund. Se fsvj.se för mer info.
- ★ Konsert i S:t Botvids kyrka klockan 18.00.



S:t Botvids Kyrka Lördag 26 november kl. 18.00



Kiladalens Gospel

Välkommen till en kväll med mycket ljus och värme. Kiladalens gospel bjuder på både modern och traditionell gospel som lyser upp tillvaron i en mörk tid. Kvällen innehåller en härlig blandning av både lugn och svängig gospelmusik och även en smak av julen.

Entré: 150 kronor + serviceavgift

Biljetter: visitoxelosund.se

Förbutiken ICA Kvantum

**Hela entréintäkten går till
Räddningsplankan**

RÄDDNINGSP
plankan
OXELÖSUNDS FÖRSAMLINGS HJÄLPKASSA

Ljus & Värme - ett arrangemang av Oxelösunds Företagarförening i samarbete med Kultur & Fritid, Oxelösunds kommun samt Oxelö Energi och Kustbostäder.



Spännande vår på Koordinatens scen!



Isabella Lundgren & Irma Schultz, Balkan Epic, Jamladies, Maja Francis och Dotter

Nu i dagarna släpptes scenprogrammet för våren 2023 på Koordinaten. Och vilken spännande blandning av föreställningar och artister vi har att se fram emot i Oxelösund!

2 februari ger Isabella Lundgren och Irma Schultz sin konsert "Ljus i vintermörker".

De kommer att bjuda på en varm och innerlig vinterkonsert med jazz, visa, egna sånger och evergreens. Båda sångerskorna är flerfaldigt prisbelönta och erkända inom sina egna fält. Trots att de verkar inom olika genrer finns ett tydligt släktskap i deras sätt att tänka kring och ta sig an musik. Med sig har de pianisten Julia Nilsson och gitarristen Agnes Persson. Om du brukar titta på "På spåret" kan vi tipsa om att Isabella är en av gästartisterna den 2 december.

23 februari ger Musikteater Unna sin föreställning "Balkan Epic". Det är den sanna berättelsen om musikern Anders Peevs pappa, Strahil Peev. Med en unik berättarform som sömlöst flätar samman muntligt och musikaliskt berättande ger sig Balkan Epic ut på en jakt efter att förstå krigets följder, en fars agerande mot sina barn och längtan efter ett liv som inte är möjligt. Föreställningen berättas av scenberättaren Johan Theodorsson tillsammans med musikerna Mihail Dinchev

och Anders Peev som spelar episk folkmusik från Balkan och Sverige.

23 mars kommer Jamladies som består av Jenny Tärneberg, Anna Strandberg och Mia Stegmar. De har medverkat i bl. a Eurovision Song Contest, Melodifestivalen, Bingolotto och musikalerna Chess och Mamma Mia. Deras konsert "She's got the look" är en hyllning till Marie Fredriksson och hennes fantastiska låtskatt.

"Vi tillåter oss att bli personliga både i våra musikaliska tolkningar men även när vi delar med oss av egna berättelser ur våra liv som på olika sätt knyter an till Maries musik. Naturligtvis har vi med oss ett riktigt högenergiskt nummer med Roxettes största hits!"

13 april gästas Koordinaten av Maja Francis som är högaktuell som en av deltagarna i årets "Så mycket bättre". I vår åker hon som support på First Aid Kit's Europaturné, men därefter väntar en egen turné på svensk mark – tillsammans med sitt band. Maja Francis har varit en del av den svenska musikscenen sedan släppet av debutsingeln "Last Days Of Dancing" år 2015. Åren efter följde samarbeten med bland andra Veronica Maggio och hon gjorde under tiden inte mindre än tre EP-släpp. Debutalbumet "A Pink Soft Mess"

släpptes 2021 och med det positionerade Maja Francis sig som en av vår generations mest unika röster – med en penna som vågar utmana och beröra på djupet. Albumet har under 2022 nominerats för Grammis, P3 Guld, Manifestgalan, Nordic Music Award och tagits emot med enhälligt strålande kritik av svensk och internationell press.

25 maj avslutar Dotter vårens scenprogram - en av Sveriges mest intressanta och snabbt växande popartister. Konserten kommer att spelas inför stående publik som kan njuta av Dotters hitlåtar. Dotter har deltagit i Melodifestivalen vid tre tillfällen, med en andra plats i Melodifestivalen 2020 och undgick med en ynka poäng att vinna med hitsingeln "Bullet-proof". Låten är det mest streamade bidraget av samtliga låtar från det årets Melodifestival - alla kategorier! Med över 19 miljoner streams har låten sålt både guld och platina, precis som hitsingeln från 2019 "Walk With Me" med sina dryga 25 miljoner, släppt och framförd tillsammans med ingen mindre än Måns Zelmerlöw.

Du hittar info om artisterna, länkar till deras musik och biljetter på www.visitoxelosund.se

Fjärrvärmens i Oxelösund

- ett stabilt alternativ på en skakig energimarknad

I Oxelösund har många valt det trygga alternativet fjärrvärme och kan vara lättade över sitt val.

– Det känns extra bra att kunna erbjuda ett prisvärt och stabilt alternativ, nu när energimarknaden har varit skakig under en längre tid, säger Tommy Englund, Fjärrvärmechef på Oxelö Energi.

Fjärrvärmens har en hög tillförlitlighet vad gäller leverans och samtidigt en bra värmereglering som ger en lägre energiförbrukning. Dessutom är det en miljösamt och återvunnen resurs som tas till vara då överskottsvärme från ståltillverkningen på SSAB används.



Är du intresserad av att ansluta dig till fjärrvärme? Kontakta oss på 0155-388 40, oxeloenergi@oxelosund.se eller läs mer på oxeloenergi.se

Sista chansen!

Beställ och anslut dig till stadsnätet för 17 500 kr före sista december 2022. Den 1 januari 2023 höjer vi anslutningsavgiften till 22 000 kr.

Välkommen till ett öppet, stabilt fibernät med rejäl kapacitet. Alla i familjen kan surfa, streama film och spela onlinespel samtidigt utan kiv. Och du kan jobba på distans och vara trygg med att kapaciteten räcker till. Det underlättar i vardagen.

Beställ via oxeloenergi.se eller ring oss på 0155-388 40 om du vill veta mer.



Passa på!
Anslut dig nu
för 17 500 kr

2023 inför vi
klippkort för
företag på AVC

Från och med 1 januari inför Oxelö Energi ett företagskort på Återvinningscentralen i Oxelösund. Detta för att alla företag ska bära kostnaden för det avfall de slänger.

Ett klippkort kommer att kosta 2 500 kr (exklusive moms) för 10 gånger och kan köpas hos Oxelö Energi. Mer information hittar du på oxeloenergi.se



OXELÖSUNDS FÖRSAMLING

S:t Botvid fyller "pensionär"!

TEXT OCH BILDER FRÅN BILD.OXELOSUND.SE (publicerade med tillstånd)

Sedan 1957 har kyrkan stått på berget som ett sjö- och landmärke, stolt uppsträckt mot himlen. En kyrka som betytt mycket för många genom åren och som fick sitt namn efter ostkustens skyddshelgon Botvid.

Efter en arkitekttävling fick Rolf Bergh från Stockholm uppdraget att skissa på Oxelösunds nya kyrka. Snart fanns ritningar och en mycket ovanlig kyrkobyggnad började ta form. Ett sjömärke i betong, med ett gyllene kors som inseglingsmärke.

Tisdagen den 1 december firar vi att kyrkan fyller "pensionär", alltså 65 år. Men det innebär inte att den nu får en lugn och ledig tillvaro, utan vi fortsätter som tidigare med gudstjänster, konserter, utställningar, körövningar och Öppen kyrka!



Foto: Ulf Wallnér. Bild ID: 012115

Inviqning av S:t Botvids kyrka den 1 december 1957. På invigningsdagen hade församlingen två gudstjänster, som tillsammans räknade cirka 1400 besökare och vid en lunch var 350 gäster inbjudna.

Fotograf: Okänd. Bild ID: 009537

S:t Botvids kyrka och församlingshemmet byggs. Kyrkan är 57 meter hög och i tornet finns ett klockspel med 24 klockor. Klockstapeln byggdes på platsen redan 1926, men flyttades 1959 och ligger idag nära Frösängs kapell på Oxelösunds kyrkogård.

Fotograf: Ulf Wallnér
Bild ID: 012114



Kyrkobyggnadskommittén har biskopsbesök på kyrkoberget. Från vänster i främre raden står biskop Dick Helander, ordförande K.B Göransson, kyrkoherde Bengt Håkansson, ledamot Erik Larsson, arkitekt Rolf Bergh och ledamot Axel Jansson.

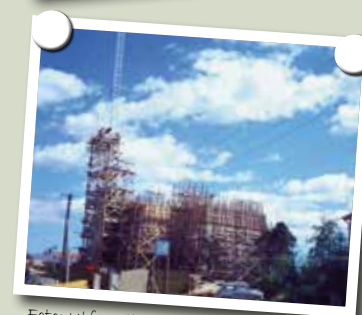


Foto: Ulf Wallnér. Bild ID: 012117

Två år efter det att Oxelösund blivit stad, 1952, delades S:t Nicolai pastorat i två delar. Den ena blev Oxelösunds församling och från början användes Stjärnholms kyrka till gudstjänstlokal. En stor dröm fanns att få bygga en kyrka i Oxelösunds centrum.

Fotograf: Okänd. Bild ID: 011157



FOTO: LOTTI WISS



FOTO: ANDREAS BERHEIDE/IKON



FOTO: CECILIE LARSSON/IKON

Gudstjänster • S:t Botvids kyrka

Kyrkkafe i församlingshemmet efter gudstjänsterna på söndagar

- 1/12 **S:T BOTVIDS KYRKA 65 ÅR - Kyrkmässa 19.00** *Se ruta*
- 4/12 **Mässa 11.00** Christopher Denker och Irina Söderberg
- 6/12 **Finsk gudstjänst på Självständighetsdagen 18.00** *Se finsk spalt*
- 7/12 **Morgonmässa 09.00** Gert Olsson och Maria Rasmussen
- 11/12 **Mässa 11.00** Calle Ellwyn och Maria Rasmussen
- 18/12 **Mässa 11.00** Gert Olsson och Irina Söderberg
- 21/12 **Morgonmässa 09.00** Harri Rouhiainen och Irina Söderberg
- 24/12 **Julkрубba 10.00, Julbön 12.00, Julnattsmässa 23.30**
- 25/12 **Julotta 07.00, Finsk julotta 09.00**
Detaljer om julens gudstjänster, se nästa Magazinet
- 26/12 **Sammanlyst till Stjärnholm eller Nyköping**
- 31/12 **Nyårsbön 17.00** Harri Rouhiainen och Irina Söderberg



VI SJUNGER IN JULEN

10/12 S:t Botvids kyrka 14.00

De vackraste julsångerna på finska med Maria Rasmussen, Tarja Kriikkula, Harri Rouhiainen och Finska kören.

17/12 S:t Botvids kyrka 19.00

Tillsammans sjunger vi våra älskade advents- och julsalmer.

S:t Botvids kyrkokör. Solister Louise Alm och Håkan Lindahl, Fredrik Lindgren trumpet, Mathias Kjellgren orgel under ledning av Irina Söderberg.

ORGELKONSERT

10/12 S:t Botvids kyrka 19.00

Johannes Skoog, organist i Västerås domkyrka. *Fri entré - Frivillig kollekt*

ADVENTSFEST FÖR OCH MED UKRAINARE

13/12 i församlingshemmet 16.00-18.00

För alla från Ukraina som bor eller uppehåller sig i vårt närområde. Vi bjuder på mat och gemenskap och avslutar med att se Luciatåg i 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.





Skolavslutning vid
S:t Botvids kyrka 1958.
Fänbärare är Ingemar
Urborn och Leif Berg.

Fotograf: Okänd. Bild ID: 016831



Konfirmandepremiär i
S:t Botvids kyrka 1958!
I procession tågade de 42
konfirmanderna med kyrko-
herde Bengt Håkansson i
spetsen från Församlings-
hemmet in i kyrkan.

Fotograf: Okänd. Bild ID: 018077



Tisdag 1 december

18.00 Mingel i S:t Botvids kyrka

Musik, tal och lättare
förtäring.

19.00 Kyrkmässa

Medverkande:
Maria Rasmussen, Irina
Söderberg, Tessa
Cambrant Berg, Gert
Olsson, Harri Rouhiainen,
Magdalena Fors, Sanna
Laukkanen, Tarja Kriikkula
och Anna Brannius.

Sång av Barnkören,
S:t Botvids kyrkokör
och Finska kören.
Fredrik Lindgren, trumpet

Välkommen att
fira med oss!



Vi firar 15 år av
att förändra synen
på människor



FOTO: MAGNUS ARONSON/IKON



FOTO: PHERE.COM

LUCIATÅG MED BARNKÖREN

13/12 i S:t Botvids kyrka 18.00

Luciatåg med barnkören under ledning
av Maria Rasmussen, Tessa Cambrant
Berg och Therese Karlsson.

Legenden om helgonet Lucia bär på
många viktiga budskap. Att en flicka
ska få säga ja till det hon själv vill och
kunna skriva sin egen historia.

FAMILJEFRUKOST 2+9/12

Vi äter tillsammans, samtalar, leker
och så blir det sångstund!
Välkommen till församlingshemmet
9.30-11.30, vi är på nedervåningen
med ingång från Skolgatan.

Kostnad: 30 kr/vuxen, gratis för barn.

OXELÖSUNDIN RUOTSINSUOMALAINEN SEURAKUNTATYÖ

Itsenäisyyspäivänä 6/12

Hartaus klo 10.00. Frösängin
hautausmaalla, muistomerkin
paikalla. Puuro ja kinkkuvoileipä
Kipinällä jälkepäin.

Itsenäisyyspäivän
jumalanpalvelus klo 18.00.

St. Botvidin kirkko
Juhlavat kirkkokahvit jälkepäin

Ompeluseura ja puurojuhla
13/12 klo 17.00

Seurakuntatalon alakerassa.

Kuoroharjoitukset 5/12
13.00-15.00. St. Botvidin kirkko

KALASERBJUDANDE

1000 kr rabatt på progressiva glasögon

Rabatten gäller med kod **STIL1000**, använd
den när du bokar din tid för synundersökning
på smarteyes.se eller i butik. Välkommen!

smarteyes[®]

Nyköping, Västra Storgatan 8, 0155-61 84 08

Gäller nybeställningar t.o.m 31/12 2022 i Nyköping. Gäller ej vid
tecknande av prenumeration, företagsavtal eller i kombination
med andra erbjudanden/rabatter vid samma köptillfälle.



Bilder, tips och inspiration!



”Sången om mej”

Koordinaten 30 november

Ett musikresidens om människors erfarenheter och tillhörigheten till våra nationella minoriteter.

Möt våra nationella minoriteter och urfolk på ett nytt sätt! Hur låter sverigefinsk soul, judisk schlager, västafrikansk musik som mött Tornedalen, romsk indiepop och sydamerikansk folkpop om en same?

Det får du reda på ifall du kommer och lyssnar på ”Sången om mej”. Under 2022 har deltagare ur de nationella minoriteterna fått berätta om sina liv och sin bakgrund för fem låtskrivare med helt annan bakgrund.

Mötet har tolkats om till toner och text som nu ska framföras av dessa låtskrivare tillsammans med ett husband på scener runt om i Sörmland. Du kommer också få höra berättelser och tankar från deltagarna och låtskrivarna.

Henrik Sethsson är låtskrivare och frontperson i Casanovas. Låten Mota Olle i grind (Amanda Lind) vann Årets låt vid Guldklavengalan 2022, och 2018 vann Henrik pris som Årets sångare vid samma gala. Som låtskrivare har han sitt namn bakom otaliga hits, och 2001 var

han med och skrev Friends vinnande melodifestivallåt Lyssna till ditt hjärta.

Kristin Amparo är låtskrivare och sångare som blev känd för en större publik efter sin medverkan i talangprogrammet X-factor 2012. Kristin har hörts flera gånger i Allsång på Skansen, deltagit i Melodifestivalen och sjungit tillsammans bland annat med Cleo, Nina Persson och Charlotte Perelli. Kristin sjunger i många olika stilar, och 2009 tilldelades hon Alice Babs Jazzstipendium för sina tolkningar av jazzmusik.

Karl-Jonas Winqvist är musiker och producent som driver det egna skivbolaget Sing a song fighter. Han har släppt flera kritikerrosade skivor under namnet Blood music samt producerat det senegalesiska bandet Wau-Wau Collectif och solopianoskivor med liris Viljanen. Tillsammans med Emma Nordenstam har han också vunnit flera priser för sin nyskapande, vackra och svängiga musik för barn, bland annat Grammis, Manifestpriser och SKAPs barnmusikpris.

Sousou Cissoko är låtskrivare, sångare och en av få kvinnliga musiker som spelar det västafrikanska harpinstrumentet kora. Sousou spelar oftast med sitt band Sousou & Maher Cissoko, som turnerat i över 30 länder och både Sveriges Television och Sveriges Radio har gjort dokumentärer om bandet. Paret Cissoko driver också en retreat med kurser i kora-spel i södra Senegal.

Liliana Zavala är slagverkare, sångare, låtskrivare, konstnär och producent, född och uppväxt i Córdoba, Argentina och bosatt i Stockholm. Hon har släppt flera skivor i eget namn och varit nominerad till Årets artist på Folk & Världsmusikgalan. Som musiker har hon spelat med allt från Ale Möller till Fever Ray samt medverkat som teatermusiker på bland annat Folkteatern i Göteborg.

”Sången om mej”
produceras av Scenkonst Sörmland. Du kan läsa mer och köpa biljett på www.visitoxelosund.se



Henrik Sethsson



Kristin Amparo



Karl-Jonas Winqvist



Sousou Cissoko



Liliana Zavala



”Laulu minusta”

Koordinaten 30. marraskuuta



Tule tapaamaan kansallisia vähemmistöjämme ja alkuperäiskansojamme uudella tavalla! Miltä kuulostaa ruotsinsuomalainen soul, juutalainen schlager-iskelmä, länsiafrikkalainen musiikki, joka kohtaa Tornionjokilaakson, romaninkielinen indiepop ja eteläamerikkalaisen folkpop saamelaisesta laulettuna.



Tämä selviää jos tulet kuuntelemaan Laulua minusta. Vuoden 2022 aikana meillä on ollut mukana kansallisten vähemmistöjen edustajia, jotka ovat näin voineet kertoa elämästään ja taustastaan kokonaan toisenlaisesta taustasta tuleville lauluntekijöille.



Tapaaminen on tulkittu ja sovitettu uudelleen säveliksi ja sanoiksi, joita nämä lauluntekijät nyt esittävät yhdessä oman bändin kanssa ympäri Sörmlantia. Tulet kuulemaan myös mukana olleiden osallistujien ja lauluntekijöiden kertomuksia ja ajatuksia.



Henrik Sethsson on lauluntekijä ja Casanovasin keulahahmo. Kappale Mota Olle i grind (Amanda Lind) voitti palkinnon Årets låt Guldklaven-gaalassa 2022, ja 2018 Henrik voitti palkinnon Vuoden laulajana samassa ga-

Vierailevien musiikkitaitelijoiden yhteistyönä syntynyt musiikkiprojekti kansallisiin vähemmistöihimme kuuluvien ihmisten kanssa siitä kuinka he kokevat kuuluvansa kansallisiin vähemmistöihimme Ruotsissa.

lassa. Laulun tekijänä hänen nimensä on lukemattomien hittien takana, ja vuonna 2001 hän oli mukana ja teki Melodifestivalissa Friendsien voittokappaleen Lyssna till ditt hjärta.

Kristin Amparo on lauluntekijä ja laulaja joka tuli tunnetuksi suurelle yleisölle osallistuttuaan kykyjenetsintäohjelmaan X-factor 2012. Kristiniä on kuultu useasti Allsångissa Skansenilla, hän on osallistunut Melodifestivaleniin ja laulanut yhdessä mm. Cleon, Nina Perssonin ja Charlotte Perellin kanssa. Kristin laulaa monilla eri tyyleillä, ja 2009 hänelle myönnettiin Alice Babs Jazzstipendi hänen jazzmusiikkitulkinnoistaan.

Karl-Jonas Winqvist on muusikko ja tuottaja, jolla on oma levy-yhtiö Sing a song fighter. Hän on julkaissut useita kriitikoiden ylistämiä levyjä nimellä Blood music sekä tuottanut senegalilaisen Wau-Wau Kollektiv -yhtyeen musiikkia ja soolopianolevyjä Iiris Viljasen kanssa. Yhdessä Emma Nordenstamin kanssa on hän myös voittanut useita palkintoja innovatiivisesta, kauniista ja svengaavasta lastenmusiikistaan, mm. Grammis,

Manifestpalkintoja ja SKAP:n lastenmusiikkipalkinnon.

Sousou Cissoko lauluntekijä, laulaja ja yksi harvoista naismuusikoista, jotka soittavat länsiafrikkalaista harppuinstrumenttia kora. Sousou soittaa useimmiten Sousou & Maher Cissoko -bändissä, joka on ollut kiertueilla yli 30 maassa ja josta sekä Sveriges Television (SVT) ja Sveriges Radio (SR) ovat tehneet dokumentteja. Cissoko-pariskunta järjestää myös koronsoittokurssien retriitin Etelä-Senegalissa.

Liliana Zavala soittaa lyömäsoittimia, on laulaja, lauluntekijä, taiteilija ja tuottaja, syntynyt ja varttunut Córdobassa, Argentiinassa, ja asuu Tukholmassa. Hän on julkaissut useita levyjä omalla nimellään ja hänet on nimetty Vuoden taiteilijaksi Folk & Maailmanmusiikkigaalassa. Muusikkona hän on soittanut kaikessa mukana Ale Mölleristä Fever Rayhin sekä vaikuttanut teatterimusiikkona mm. Folkteaternissa Göteborgissa.

Laulun minusta tuottaa Scenkonst Sörmland. Voit lukea lisää ja ostaa lipun nettiosoitteessa www.visitoxelosund.se

Oxelösund on osa suomen kielen hallintoaluetta



Lördag 26/11 Ljus & Värme Julklappslotteri

Ljus &
värme

Det är dags igen för vårt omåttligt populära julklapps-
lotteri! Varje år skramlar våra tomtenissar ihop 300
paket, som man vinner genom att köpa lotter utanför
butikens.

Varje lott kostar 50 kronor, 300 lotter har vi, värdet i
paketen växlar mellan 30 kr upp till 1.500 kr.

Det är alltså vinst varje gång!
Betalning endast med kontanter.

Max 3 lotter/familj.
(Vänligen respektera detta)

Det viktigaste av allt är att **ALLA** pengar för lotterna
går direkt tillbaka till behövande i Oxelösund,
via Räddningsplankan och Oxelösunds församling.

Varmt välkomna till oss, lördag 26/11 från klockan 10.00.
Psst- lotterna brukar ta slut fort, så kom i tid!
Vi vill att ni fortfarande tänker på att hålla avstånd.

Varma hälsningar
Tomtenissarna på ICA Kvantum



I vårt Julklappslotteri kan du vinna Tyngdtäcke, Sonos
högtalare, Häftig springcykel, Padel racket med bollar
Weber grill, Stor party högtalare, Chokladaskar
Stort mjukisdjur, Häftig ryggsäck, Drönare
Smashburger set, Sodastream plus många andra
spännande vinster!

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

ÖPPETTIDER
MÅN-FRE LÖR-SÖN
7-21 8-21

ICA Kvantum
OXELÖSUND
En riktig mataffär