

Magasinet

No. 7 - 2016

KÖPING - OXELÖSUND



» **På turné i Sommarsverige**

Jogersö Havsbad 20 augusti

Uno Svenningsson, Tommy Nilsson och Patrik Isaksson

Om konsten att förlåta

Min bror och jag växte upp tillsammans. Jag var ordningsmannen i skolan, medan han inte var särskilt intresserad av vad som hände i klassrummet. Vår gemensamma nämnare var kärleken till idrotten, där jag valde fotbollen och min bror hockeyn. Självt hamnade jag i den svenska fotbollens Mecka – Åtvidaberg – och min bror blev en hyllad hockeyspelare i Västerås. Vi följde varandras med- och motgångar med stort intresse.

När våra respektive idrottskarriärer var slut flyttade vi tillbaka till Nyköping och hamnade båda på vår fars då nystartade tryckeri. Jag blev kvar där medan min bror var mer intresserad av kroglivet och bytte därför bransch en tid.

Efter några år jobbade vi ihop igen, åter inom tidningsbranschen. Men sen hände något, för att göra en lång historia kort,

och vi blev plötsligt konkurrenter. Givetvis gjorde detta att vår privata relation blev minst sagt frostig. En mycket märklig och påfrestande situation för alla inblandade, inte minst för vår familj.

Nu i våras, efter många års frånvaro i mitt liv, ringde min bror och sa att han ville träffa mig. Han berättade då öppenhetligt om sina alkoholproblem och försök att ta sitt liv. Han bad om ursäkt för allt han orsakat under åren och bad om min förlåtelse.

Jag vet inte vad som hände, men det kändes helt naturligt för mig att ta emot hans ursäkt och förlåta honom. All tidigare ilska, frustration och bitterhet försvann och ersattes med glädje över att få min bror tillbaka. Jag var väl medveten om att jag, genom att acceptera ursäkten och förlåta honom, också var tvungen att

glömma allt gammalt groll o bara se framåt. Det gör vi nu.

Livet är för kort för att fylla med massa bråk. Det finns så mycket annat att fylla det med. I det här numret kan du läsa om min bro alkoholism och hur han kämpar för att bli nykter. Hur insikten om tolvstegsprogrammet gjort att jag fått min bror tillbaka. Nu tar vi steg i taget och ser fram emot umgås som bröder igen.

Jag önskar er läsare och era nära och kära en fin sommar.

Var rädda om varandra!

Torbjörn Dahlström

MAGASINET - en produkt av Mediamix Event & Media

Nästa nummer 28/8 2016
Omslagsfoto: Jessika Björkvall

På omslaget: Uno Svenningsson, Tommy Nilsson, Patrik Isaksson
Tryck: Strokirk-Landströms
Distribution: Svensk Direktreklam
Upplaga: 30.000, distribueras till hushåll

i Nyköping och Oxelösund med omnejd samt finns i ställ i Nyköping, Oxelösund.
Magasinet är politiskt- och religiöst oberoende. Vid utebliven tidning, ring SDR på 011-19 72 50.

TORBJÖRN DAHLSTRÖM
Ansvarig utgivare
070 433 43 32
tobbe@media-mix.nu

SANNA WALKER
Layout /Art Director
076 403 62 62
sannaw@media-mix.nu

NYA TOYOTA

AVENSIS

BILEN SOM VET VAD DU HAR FRAMFÖR DIG



AVENSIS
TOURING SPORTS
ACTIVE 1,8 BENSIN

Månadskostnad från
2.495 kr/mån*
MED TOYOTA FLEX PRIVATLEASING

Privatleasing med högsta säkerhet på köpet

Väljer du Privatleasing för din Avensis så får du ett smidigt och enkelt bilinnehav till en låg månadskostnad. Du får dessutom en rymlig och bekväm bil med extra mycket utrustning på köpet. Bland annat så ingår det nyutvecklade aktiva säkerhetssystemet Toyota Safety Sense. Läs mer på toyota.se

Flex Privatleasing

ENKELT OCH BEKVÄMT HELA VÄGEN
Välj körsträcka, period och tillval
Ok i kontantinsats • Service ingår

ÖPPETTIDER:
Bilförsäljning: Mån-Fre 10-18,
Lördagsstängt i augusti.
Verkstad och Reservdelar: Mån-Fre 07-17
www.toyotanykoping.se





TOYOTA

MOTORCITY • NYKÖPING

Industrigatan 10, Nyköping 0155-21 71 70

GÄLLER T.O.M. 2016-09-30. KAN EJ KOMBINERAS MED ANDRA OCH ÖVRIGA RABATTER. * TOYOTA FINANSIAL SERVICES: EXEMPEL MED FLEX PRIVATLEASING, MÅNADSKOSTNAD INKL. SERVICE, BASERAD PÅ FAST RÄNTA 36 MÅNADER, 4500 MIL, OCH GARANTERAT RESTVÄRDE. ÖVERMIL (10000 MIL) OCH SKADOR UTÖVER NORMALT SLITAGE DECKERS VID ÅTERLÄMNING AV BILEN. UPPLÄSNINGS- OCH ANVÄRNT SAMT SVÄRT OCH AVGIFTER FRÅN TRANSPORTSTYRELSEN TILLKOMMER. MED RESERVATION FÖR EV. TRYCKFEL OCH PRISFÖRÄNDRINGAR. BRANSLEFÖRBRUKNING OCH CO2-UTSLÄPP VID BILANDAD KÖRNING: 6,0-6,5 L/100 KM OCH 139-149 G/KM. BILEN PÅ BILLEN ÄR EXTRAUTRUSTAD.

2 No.7 MAGASINET 2016



VÄGGLYKTA
IDEFJORD 60
202 x 348 x 212 mm
svart och vit



STOLPLYKTA
IDEFJORD
Stolpe 1,8m
vit
1x18W



STOLPLYKTA
IDEFJORD
Stolpe 2,5m,
2x18W
svart och vit



Cylinda S 452-1 E
Energiklass A
50 cm
Volym: 72 liter



Cylinda S 454-1 E
Energiklass A-20%
50 cm bred
Volym: 72 liter



Bänkdiskmaskin
CBD6600V Elis&Elsa
Smidig och kompakt.
H43, B55, D50
6 kuvert.

Sommar-EXTRA!



Canvac Frys FS851
Energiklass: A+
Låg ljudnivå: 39 dB(A)
Kapacitet: 83 liter



Canvac Kyl KS851
Energiklass: A+
Kapacitet: 133 liter
Höjd: 85 cm



Cylinda Tvättmaskin
TT150-1 Toppmatad
Energiklass A+
Kapacitet 5kg
1000 varv per minut



Candy Disk CDP4609
Energiklass A+
45 cm smaldisk med
kapacitet för 9 kuvert
Ljudnivå: 54 dB(A)



Candy CFM2050/1E
A+ i energiklass
Endast 50 cm bred



Cylinda Kyl/frys KF1166-HA+
Energiklass A+
Höjd: 166cm
Volym: 150 l (kyl) / 88 l (frys)



BÄCKLUNDA

22.000:-

Nytt kök från Elkedjan inklusive diskbänk blandare och bänkskivor
endast 22000.- vitvaror ingår ej. Leveranstid endast 3-5 dagar.



Vi har elektriker
och servicemontörer
både i Nyköping
och Oxelösund

Samtliga priser gäller lagervaror och så länge lagret räcker.

elkedjan

En personlig elaffär, nära dig.

kvists el

HUSHÅLLSGRUPPEN

Torggatan 19
Oxelösund • 0155-306 20
Må-To 8-18, Fr 8-16, Lö stängt

Blommenhovsvägen 24
Nyköping • 0155-29 13 00
Må-Fr 10-18, Lö 10-14

Königs kåseri Resfeber

Vi billuffar en dryg månad i Staterna.

Hem kommer jag utan en enda souvenir. Bortsett från resterna av en lunginflammation. Det surrar nämligen färre mygg vid nedre Dalälven än luftkonditioneringsapparater i USA. Du kan inte gå in i en hiss utan att få bronkit. Vi pratar om den tidsepok när varenda tonåring ska ut och tåguffa i Europa. Det finns ett hinder. Föräldrarna. Den unge kosmopolit som förvägras ett interrailkort anmodas istället att följa med sina oresonliga påron på fjällvandring och spelmannsstämor. Det framkallar inga ovationer. Tonåringar är endast undantagsvis fängslade av lätet från en nyckelharpa. Min kompis Tommy och jag hoppar inte på tåget av ungdomar som önskar fördjupa sig i Europas järnvägsnät. Därvidlag förskräcker spåren. Det finns tåguffare som spontant skuttat av på vilken ankommen per-rong som helst i västra Rumänien. Och sedan fastnat i en avsides by i Transsylvanien, där tågtidtabellen är en målsättning. Exakt som hos vårt eget kära SJ.

Tommy och jag tömmer istället våra magra sparkonton för att utforska Amerika. Tanken är att köra tvärsöver kontinenten med start i New York och mål i Kalifornien. Vi har åtagit oss att leverera en Buick av mindre lyxmodell från ostkusten till västkusten. Det är som att sitta i Chesterfieldsoffa i skinn och se det skiftande landskapet glida förbi. Vi öppnar belåtet bilens taklucka. Efter några minuter är den stängd. Pennsylvania är inte Florida. Den första dagen on the road hinner vi lagom fram till huvudstaden Washington D.C. Vita Huset är upplyst i kvällsmörkret och vi kan förvånansvärt ostört vandra längs det staket i järnsmide som omgärdar presidentens hem. Det syns inte till en enda Secret Service-guard. Varför förstår vi efter en stunds rådslag och en närmare konsultation av turistkartan. Nåja, det är inte alla som sett kongressbyggnaden Kapitolium. I alla fall inte på plats. Vi fortsätter in i Tennessee, amerikanska folkhjälsen Davy Crocketts födelsestat.

Där är det utlyst undantagstillstånd. Hela staten är lamslagen. På grund av snöyra. Den lokala TV-stationen rapporterar upphetsat om ett par bilar som rutschat i diket. Därtill hålls alla delstatens skolor stängda. Två turistande ynglingar Made in Sweden undrar onekligen över dramatiken och paniken. Lite snöflingor och fläckvis ishalka! So what! Det får knappast landshövdingen i Södermanland att proklamera läget som force majeure. Vad man kan ana till besvikelse för länets skolbarn. Vi söker nattkvarter på ett neonblinkande motell uteder den highway som skär genom Tennessee. Vi erbjuds ett budgettrum med dubbelsäng. Det är okej. Dubbelsängen efter viss tvekan. Vad vi inte vet är att det är en vattensäng. Det är som att försöka sova i en hoppborg. Minsta kroppsrörelse från den ene eller den andre och du tvingas greppa tag i sänggaveln för att undvika att hamna på golvet. Morgonen efter fortsätter vi färden västerut. Lätt sjösjuka efter en skvalpig natt.

Next stop är en välbesökt bar i Texas.

Den är inte svår att upptäcka. Det finns bara ett hus. Det är baren. Vi befinner oss mitt ute i ingenting. Och på en kaktusrik plats där vilda västern aldrig upphört. Texas-gubbarna i baren är alla hjulbenta som rokokobyråer. Det är bara hästen som fattas. Gårdsplanen utanför saloondörrarna är istället fylld av bensintörstiga fyrhjulsdrivna pickups. Samt faktiskt även en till synes uttråkad pälle. Hästen står parkerad på flaket på en pickup. Det är långt mellan bilverkstäderna i Texas. Barens två servitriser är en bit över 80 år och bär kortkorta kjolar. Mycket kortkorta. Kompletterat med breda knallröda hängslen. Damerna ifråga är omåttligt populära. Det är också etablissemangets enda damer, vilket kan tänkas bidra till populariteten. Krutgummorna i sina minikjolar flirtar hejvilt med allt i Stetsonhatt och ormskinnsboots. Tommy och jag har varken det ena eller det andra. Tyvärr. Eller om man ska säga gudskelov. Texas påstås ha uppfunnit chili corn carnen.

Det är också Dagens rätt. Eller dagens fel. Maten är åt pepparn för kryddstark. Vi är törstiga långt in i staten New Mexico. Det händer förresten en sak till i Texas. Det är det där med mitt mående, om vartannat skälver jag av hosta, frossa och feber. Vi stannar vid en drugstore. Där kan man få hjälp mot det mesta av livets prövningar. Apotekshyllorna uppvisar ett imponerande sortiment av nagelfix, jordnötter, flipflops o.s.v. Det finns även möjlighet att ta ett passfoto. För att vara en farmaceutisk inrättning är det dock klen med febernedsättande medikamenter. Jag hittar inget sådant alls. Beklagligt. Efter som pencillin är att föredra framför nagelvård. Allra helst vid symptom på lunginflammation.

Vi fortsätter till staden El Paso, på gränsen till Mexiko, för ett akutbesök på ett allmänt sjukhus. Där kan man prata om ansträngt läge. Väntrummet är en kakofoni av skrik, gråt och kackel. Till det senare bidrar innehållat i en hönsbur! Läkaren jag träffar skriver snabbt ut ett färgglatt piller. Preparatet utlovas ge en omedelbar effekt. Det vill jag sannerligen lova. Jag hade kunnat slå världsrekord på 10 000 meter löpning. Tommy och jag avslutar USA-trippen med några tillbakalutade dagar i Laguna Beach. Det är en sömrig stad där det enda som stör i pensionärernas hörapparater är bränningarna från Stilla havet. Det var förresten i Laguna Beach Vilhelm Moberg bodde en tid under sin stund på jorden. Honom gick det bra för. Det måste man säga att det gjort för mig också. Gått bra. Så tillvida att jag flera somrar i rad klarat simborgarmärket.

Första delen av USA-kåseriet kan läsas i förra numret av Magasinet.

TEXT LEIF KÖNIG
E-POST leifkonig@telia.com



FOLKETS PARK – Nävekvarn

Välbevarad och en av Sveriges vackraste folkparker. Drivs helt ideellt. Varierat sommarprogram med barnteater, mögandans, sommarjazz, auktioner, rockkungen Brolle m.m.

DANSBANA – Lästränge

Kulturklenod. Den åttakantiga dansbanan under tak byggdes av nöjeslystna rallare på trakten i början av 1900-talet och sköts idag av den ideella förening som även driver Folkets hus, "Lådan".

FOLKLUSTSPEL – Oxelösund

Traditionen med amatörskådespelare på scenen i ett folklustspel i Gamla Oxelösund fortlever. Årets upplaga, "Bysthäl-lare och gamla stenkakor", spelades i trädgården till Skärgårdsmuseet.



Låt oss ta hand om hus
& trädgård i sommar

Ring och boka idag 0155-400 409


VETERANPOOLEN
www.veteranpoolen.se

Gratis synundersökning eller 50 % rabatt på valfri märkesbåge!

JUST
NU!



VERSACE

EMPORIO ARMANI



PeakPerformance

BJÖRN BORG



Superdry

MORRIS SWEDEN



Skydda dina ögon till HELT RÄTT pris!

20% på alla Ray Ban solglasögon.



Clubmaster
ord. pris fr.
1425:-



Aviator
ord. pris fr.
1400:-



25% på valfritt solskydd från NORR.



Solglasögon
ord. pris fr.
295:-



Covers
ord. pris fr.
495:-



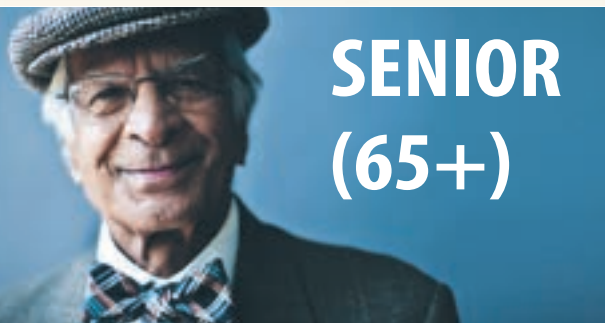
Flip Ups
ord. pris fr.
195:-



Clip On
ord. pris fr.
395:-



Alla erbjudanden i denna annons gäller t.o.m. 2016-08-20. Fråga oss, så berättar vi mer!



SENIOR (65+)

Gratis synundersökning
eller 1000:- rabatt på valfria
progressiva glasögon

ALLTID: 2:a paret 1/2 priset!

Erbjudandet kan INTE kombineras med andra erbjudande. Gratis synundersökning (ord. pris 395:-), gäller för glasögon (ej linskontroll) och innebär inget köptvång. Intyg, recept, remiss etc. debiteras. Andra paret halva priset gäller från samma recept och köptillfälle.



Kvalitet & service till rätt pris!

NYKÖPING
Västerport Köpcentrum
0155-28 88 53

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

Linköping
Nygatan 33
013-13 70 71

Norrköping
Drottningg. 14
011-13 18 88



TEXT TORBJÖRN DAHLSTRÖM FOTO FOLKTÅGET

Folktåget spelar inför sin hemmapublik på Festdagarna

Spelglädjen lyser igenom och jag kommer plötsligt att tänka på det irländska bandet "The Commitments" eller det tidigare nyköpingsbandet "Soulsting". Musiker som kommer från olika håll, träffas för att göra det de älskar mer än allt annat, spela musik, och en magisk känsla uppstår.

Tankarna kommer under en release på Lotsen i Nyköping då Folktaget från Nyköping släppte sin nya skiva "Någonstans i april" inför en jublande publik.

Det har varit en spännande resa att följa Folktagets utveckling, från bandet bakom Elin Landelius till en egen identitet med Elin som sångerska. Från lite snällare, melodiösa låtar till dagens pop/rock med experimentella och moderna influenser.

Vad står Folktaget för? Vad kan man förvänta sig när man kommer för att lyssna på Folktaget? Lars Björkman, en av frontfigurerna i bandet, förklarar.

– Stök o bök! Haha, vi själva har en kul timme när vi står där uppe och det brukar smitta. Fullt ös med något stopp på vägen är nog rätt bra beskrivet tror jag!

Folktåget spelar enbart egen musik, med svensk text. – Det blev så och känslan är att man kommer närmre och våra storys blir lite naknare med svensk text, säger Lars.

Nya låtar ska förhoppningsvis släppas i sommar. Nytt är också samarbetet med rapparen Mike Raw, som växte upp i Oxelösund och senast bosatt i Danmark.

– Det blir en singel av en nygammal låt som fanns på första skivan med Mike, sjukt mycket coolare dock, fortsätter Lars.

Under sommaren har bandet varit och spelat runt om i Sverige, dessutom gästade man Oslo Pride i Norge midsommarhelgen. Under Festdagarna uppträder de på stora scenen vid torget inför sin hemmapublik. – Klart att vi ser fram emot festdagarna! Det är speciellt att spela här, men numera på ett extremt positivt sätt och det ska bli sjukt kul, avslutar Lars.

DET HÄR ÄR FOLKTÅGET:

Elin Landelius
Sång

Sara Rudolfsson
Sång

Lars Björkman
Gitarr, sång

Andreas Bergquist
Trummor

Jonas Gustavsson
Elgitarr

Adam Jakobsson
Elgitarr

Anton Lundell
Klaviatur, sång

Toni Lockström
Bas

Gustav Grönberg
Saxofon

Manager: Caxton Njuki

Nyköpings Arenor presenterar

Nyköping

NYKÖPINGS FESTDAGAR

5-6 augusti

På Stora Torget

FOLKTÅGET • ISA
Lisa Ajax • Jonathan Fröberg
allsång 2njoy *med gäster andreas johnson*
albin & mattias • Fest of Fools
Swimrun - Festloppet • Musik i Gripsholmsparken

🌿 MAT & DRYCK PÅ TORGET 🌿

www.nykopingsguiden.se/festdagar

I samarbete med:

2njoy

NYSAM
NYKÖPINGS SAMMENHANG

Nyköpings
Alliansförening

Sponsorer av allsången:

BYGGMÄSTARNA AB

MILTRONIC Söderbergs
Personbilar

Torgterass ersätter öltält på årets Festdag

Under årets Festdagar 5-6 augusti kommer Hellmanskagården, Café Kumlins Konditori och VarDagsRum att bjuda in till en trevlig mötesplats vid Stadshustrappan.

– Det var dåligt intresse från stadens krögare för öltält, vi valde då ett helt nytt koncept, säger Harriet Nilsson på Nysam. Nu når vi en bredare målgrupp och serverar cupcakes, kaffebröd och grillat med tillhörande

dryck som kaffe, läsk, öl och vin. Vår förhoppning är att alla ska hitta något och att det ska locka hela familjen.

Vid stadshustrappan byggs en "torgterass" med kuddar, filtar och möbler från second-hand-butiker.

– En kul grej i sammanhanget är att det går att ge ett bud på möblerna och köpa dom, säger Harriet. Ett sätt att integrera allmänheten och visa att

vi satsar på återbruk och hållbarhet.

Mat och dryck köps i bodar som ställs upp på torget och därefter sätter man sig bekvämt och äter vid torgterassen.

– Vid regn flyttar vi in under Stads-hustrappans tak, så vi behöver inget tält, säger Harriet. De som önskar ett klassiskt öltält får söka sig till Grips-holmsparken under Festdagarna.



VÄSTERPORT



Välkommen till Nyköpings naturliga träffpunkt med sina caféer, butiker restauranger och familjetorg.



ÖPPETTIDER

VARDAGAR 10-18
LÖRDAGAR 10-16
SÖNDAGAR 12-16

Västra Storgatan 14
www.vasterport.com
www.facebook.com/vasterport
www.instagram.com/vasterport

SATSA PÅ DIN HEMMILJÖ!

INLAGT
OCH
KLART

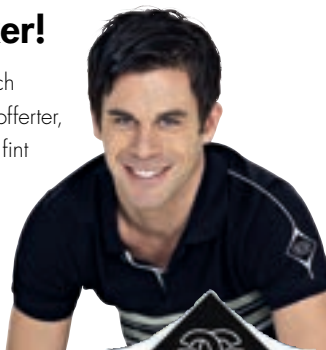
Se vår stora
utställning!

Vi säljer och monterar kök, badrum, golv, kakel och klinker!

På Golvmaterial i Nyköping är vi inte bara experter på golv. Vi kan dessutom det mesta om kök, kakel och våtutrymmen. Och vill du inte göra jobbet själv så hjälper våra duktiga hantverkare gärna till. Med fasta offerter, ROT-avdrag, gratis hembesök och professionella yrkesmän kan du vara säker på att ditt hem blir exakt så fint som du tänkt dig och exakt till det pris som vi har kommit överens om.

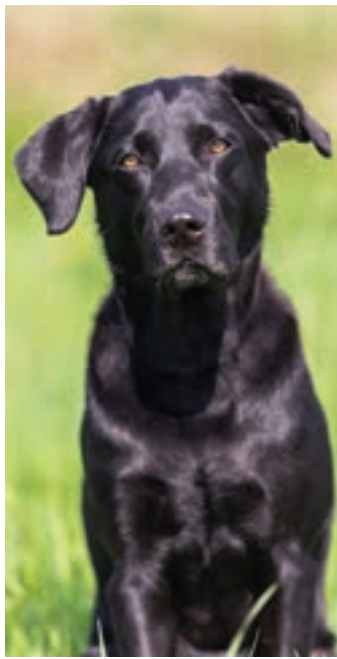


Hemgårdsvägen 6 • 611 10 Nyköping
Tel 0155-21 19 00 • Öppet: Mån-fre 9-18
www.golvmaterial.se



GOLV-, KÖK- & BADRUMSBUTIK - ETT FÖRETAG I GOLVKEDJAN

Vi har öppet hela sommaren!



- Akutmottagning
- Kirurgi
- Röntgen
- Ortopediska utredningar
- Hudutredningar
- HD/ED Röntgen
- Laboratorium
- Ögonlysning
- Tandbehandlingar
- Medicinska utredningar
- Foderförsäljning
- Kostrådgivning
- Ultraljud

EVIDENSIA
DJURKLINIKEN
NYKÖPING

Spinnarvägen 3, Nyköping (vid Kråkberget)
Tidsbokning/Rådgivning 0155-26 73 60 från kl 07.30 alla vardagar
www.evidensia.se/nyköping

Söker du kontor i centrala Nyköping?



Just nu, cirka 70 kvadratmeter ledigt i gammalt charmigt hus på Östra Kvarngatan, med parkering på innergård. Lämplig för kontor eller massage/yogaverksamhet.

För mer info, kontakta tobbe@media-mix.nu eller 070-433 433 2

Musik i sommarkväll

Alltid kl 19.00
Alltid fritt inträde
Kollekt samlas in till ett projekt för att långsiktigt bryta fattigdomsfällan på plats i staden Roman i Rumänien.

31 juli Halla kyrka

Christine Ankarswärd (sopran) och Helena Wanrud (alt/piano/orgel)

Med en blomsterbukett i min famn - Ljuva sköna toner i en musikalisk bukett för två röster och piano/orgel. Sanger ifrån Duvemåla hage till barockens Händel.



7 augusti Vrena kyrka

Patrik Ahlberg (flöjt) & Staffan Sjögren (gitarr)

Mitt i naturen Musik ur Saint-Saëns Djurens karneval, Nielsens Dimman lättar och Tjajkovskijs Blommornas vals.



14 augusti Stigtomta kyrka

Fyrtal i Eb Lycka är...

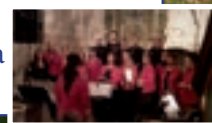
med Lina Björkberg, Linda Widner, Johanna Lewerin och Elin Lindkvist.

Kl 18.30 utanför kyrkan dras vinnaren av Kyrkcykeln.



21 augusti Husby-Öppunda kyrka

Vrena Gospel avslutar Musik i sommarkväll!



Guidade turer i samband med gudstjänsten kl 10.30.

Husby-Öppunda kyrka 31 juli



Bärbo kyrka
7 augusti



Nykyrka kyrka
21 augusti

Svenska kyrkan
STIGTOMTA-VRENA

Nyköping i samverkan

Torgterrassen – ett härligt kvitto på samverkan!



Under årets Festdagar kommer några företag i NYSAM att samverka kring Torgterrassen, som är årets restaurangområde på torget. Där kommer man att kunna umgås och sitta ned en stund över en bit mat, en kopp kaffe eller något annat gott att dricka.

Det är Hellmanska Gårdens café, Kumlins Konditori och VarDagsRum som bygger upp en miljö på och vid Stadshustrappan som inte är den man brukar uppleva. Det kommer att läggas ut mattor, kuddar och filtar. Hertig Karlsbodarna blir depåer för det man vill äta eller dricka och med sittgrupper från Öppen Hand och Refurn – skapas en återbrukskänsla helt rätt i tiden. Möblerna kommer man för övrigt att kunna köpa efter festligheterna. Vi skapar utrymme för hela familjen, med aktiviteter för barnen i form av sagostunder, pyssel mm, och arenan framför restaurangområdet är inte att förglömma. Med scenen mitt emot, alla knallar och aktiviteter på torget kommer det att finnas något för alla.

Nyköpings Arenor är ansvariga för eventet och Föreningsalliansen är som vanligt behjälpliga med koordinering av knallar och tivoli. Grips-holmsparkens festområde gör dagarna extra kompletta, så jag hoppas vi ses ute på stan 5-6 augusti!

Under dessa sommarkdagar från förra numret av Magasinet har det ar-

betats för högttryck – inte bara med årets evenemang och mötesplatser. Vi blickar framåt och har precis lanserat hemsidan för ett av de större evenen i Nyköping under Gästabudsåret 2017. Scandinavian Street Music Festival, som ska äga rum den 16-17 juni. En stor gatumusikfest i Nyköpings Stadsjärna som vi hoppas ska locka musikanter från när och fjärran. Alla musikstilar och genrer är välkomna – opera, pop, klassiskt, country, hip hop, blues, rock, jazz, visor.....Här samverkar NYSAM med studieförbund, musikskolan och Nyköpings Kommun samt ett antal sponsorer som kommer att ges extra utrymme under dagarna. En aktör jag särskilt vill nämna är 4Sound som kommer att

hjälpa oss att höras i deras kanaler runt om i Norden. Om du och ditt företag vill delta på något sätt är det bara att kontakta mig! Läs mer på www.streetmusicfestival.se. Ytterligare samverkansprojekt för Gästabudsåret kommer att presenteras i nästa nummer!

Nu är det beslutat – vi sätter spaden i jorden och fortsätter att gräva för att sikta på att söka "Årets Stadsjärna" igen. Nyköping växer och utvecklas och för att göra platsen än mer lycklig behövs ytterligare satsningar för att höja attraktiviteten. Utbud, tillgänglighet och upplevelser i stadens mix av handel, restauranger och andra aktiviteter som hör till ska samordnas mot detta gemensamma mål.



Härliga marknadsdagar med Italienska delikatesser! På återseende samma tid nästa år!



Gratis Värdekupongshäfte!

Du har väl inte missat NYSAM:s värdekupongshäfte som finns ute nu! Går att hämta på Turistbyrån och är även nedladdningsbart från www.nysam.se eller från NYSAM:s FB sida.

- 4/8 Simon Swahnström**
Fäfangan
- 5-6/8 Festdagarna**
- 7/8 Vår version av Askungen**
Nävekvarns Folkets Park
- 8-12/8 Sportlägret** på Rosvalla
som avslutas med Olympic Day 12/8
- 13/8 Rock'n Roll tour 2016**
Charlotte Perelli och Brolle
Nävekvarns Folkets Park
- 20/8 Rebecka Törnqvist**
Skottvång
- 21/8 I huvudet på Bach**
Öster Malma
Lanthästens Dag
Nynäs slott
- 27/8 Stand Up** Fäfangan
Familjedagen på Träffen
(Nyköping Tillsammans)
Portobello Road,
Loppis på Öster
Östra Storgatan

Dessa evenemang är bara en liten del av allt du kan uppleva i Nyköping! Läs mer på www.nykopingsguiden.se

NyköpingsGuiden



TEXT TORBJÖRN DAHLSTRÖM

TRE HERRAR

20 augusti kommer Patrik, Uno och Tommy till Oxelösund och Jagersö

Patrik Isaksson, Uno Svenningsson och Tommy Nilsson har alla många år bakom sig som artister. Tillsammans har de en fantastisk låtskatt. I sommar är de ute på en landsomfattande turné, som de valt att kalla "På turné i Sommarsverige". Den 20 augusti kommer de till Jagersö Havsbad.

Uno Svenningsson och Patrik Isaksson behöver ingen närmare presentation för Oxelösunds- och Nyköpingspubliken. De har tidigare gästat "Visor Vid Vattnet" ett antal år och båda har tagit Oxelösund till sitt hjärta.

– Jättekul att komma tillbaka till Oxelösund, och den här gången till Jagersö, säger Patrik, när vi når honom och Uno efter en spelning i Halmstad. Vi brukar ha tur med vädret när vi är i Oxelösund, vi får hoppas att sommaren visar sig från sin bästa sida när vi kommer till Jagersö.

Uno Svenningsson ger en försmak av vad vi kommer att få uppleva på Jagersö.

– Publiken kommer att bjudas på en tvåtimmarsshow bestående av en låtskatt där oförglömliga hits blandas med allsång och garanterad sommarkänsla.

Läs mer på sid 12 ►

Tommy Nilsson kommer tillsammans med Patrik Isaksson och Uno Svenningsson till Oxelösund och Jagersö den 20 augusti.

med massor av hits i bagaget

”

Låtar du känner igen och gärna vill sjunga med till!



► I samband med turnéstarten släpps också en unik samlingsskiva där artisterna samlat sina bästa hits! – Vi kommer givetvis ha med oss den och sälja under konserten i Oxelösund, säger Uno och Patrik.

Det har varit en hektisk sommar för Tommy Nilsson. Samma dag vi pratar vid är det genrep för årets Badrock.

– Det är mycket i sommar, men det är bara kul. Man får inte klaga om man har fullt upp efter 40 år i branschen, säger Tommy och skrattar. Det är kul med Badrock och det gensvar vi fått, från början var det planerat en föreställning, nu kör vi åtta. Det är mycket nostalgi, folk kommer ihåg konceptet och vill uppleva det igen.

Tommy har också varit med i årets "Så mycket bättre". Inspelningarna avslutades för några veckor sedan.

– Det var en fantastisk tid, tyvärr la Freddie Wadlings bortgång lite sordi över stämningen i början. Men vi gjorde ett hyllningsprogram till honom, det gjorde att gruppen av artister kom nära varandra och hela programmet präglades av stor världighet och respekt för varandra och varandras melodier.

Förutom Badrock och Så mycket bättre turnerar Tommy alltså med Uno Svenningsson och Patrik



Tommy Nilsson i unga år, strax innan en spelning med Badrock i Lysekil. Foto: Glenn Glicko Andersson.

Isaksson hela sommaren.

– Första gången vi spelade tillsammans och sjöng varandras låtar var faktiskt i Oxelösund, (Visor Vid Vattnet) minns Tommy. Efter det har framförallt Patrik drivit på och ville vi skulle göra mer tillsammans. Vi provade förra året, det gick över förväntan, och nu kör vi en sommar till. ♦



Uno Svenningsson och Patrik Isaksson från en tidigare spelning i Oxelösund, och Visor Vid Vattnet. Foto: Peter Lundström

ROCKA
LOSS
MED
OSS!

Vi finns på konserten. Välkommen till vårt tält.

Puustelli
mīnus
EKOLOGISKT KÖK

TOMMY NILSSON OM:

Bästa Uno Svenningsson-låt:
Under Ytan

Bästa Patrik Isaksson-låt:
Kom Genom Eld

Bästa Tommy Nilsson-låt:
Tell Me Father

Hör mer om världsnheten superekologiska Miinuskök.

VINN FINA PRISER!

PUUSTELLI NYKÖPING
Stockholmsvägen 10
0155-28 78 58
www.puustelli.se



Puustelli®
MADE IN FINLAND

På turné i Sommarsverige!

OFÖRGLÖMLIGA HITS - OFÖRGLÖMLIGA MINNEN

Uno Svenningsson

Tommy Nilsson Patrik Isaksson

LÖRDAG 20 AUG KL 19.00 JOGERSÖ HAVSBAD



Nötudden
Fastigheter

Oxelösund

C R A M O

DSV

WWW.MEDIA-MIX.NU

Biljetter: www.visitoxelosund.se • Koordinaten ICA Kvantum, förbutiken • ICA Oppeby, förbutiken
Pris: 350:- Serviceavgift tillkommer.
Ingen servering på konsertområdet, medtag egen picknick-korg med mat och dryck.

Arrangör: Mediamix Event & Media

Nostalgibandet värmer upp publiken på Jögersö



Hasse Appelkvist, Kenth Nyqvist och Lars Fornarve bildar "Nostalgibandet" som värmer upp publiken på Jögersö den 20 augusti.

Under rubriken "Sommarsverige" kommer Uno Svenningsson, Patrik Isaksson och Tommy Nilsson att ta publiken med på en fantastisk nostalgiresa på Jögersö, lördag 20 augusti. Låtar man minns och gärna sjunger med till, kort sagt, inga onödiga låtar. Bara en massa hits.

och munspel och sjunger. Han har tidigare medverkat i lokala band som Abbey Road, Scendraget och Barkens Insug (ett tidigt punkband i Oxelösunds musikhistoria).

Lars Fornarve spelar klaviatur och sjunger, och är mest känd som medlem i Ikaros, men skriver mycket egen musik och ger sig gärna på allt från gospel till sambamusik.

Kenth Nyqvist spelar gitarr och sjunger. Med sin starka, genomträngande röst tolkar han Jonny Cash i bandet "Why Not". Andra konstellationer han medverkat i är bland annat "Gubbröra", "Just Us" och "Trio Backus".

Vill du komma i stämning direkt med en massa sköna nostalgilåtar, missa inte Nostalgibandet på Jögersö den 20 augusti. De värmer upp publiken från 18.30, innan det är dags för Uno, Patrik och Tommy att kliva upp på scenen.

Trion har aldrig spelat tillsammans förut, utan är handplockad för kvällen. Hasse Appelkvist spelar gitarr

Tema: Hälsa & Välmående

Hälsa & Välmående

"Naturen är för många den goda miljö som stärker oss, får oss att känna oss närvarande, hemma, accepterande och nog, tillräckliga. Ett andrum eller en frizon verkar just för att råda bot på vår ständiga otillräcklighet, våra ständiga klagomål på oss själva om att vi inte gör nog, presterar nog, mediterar nog, motionerar nog, tjänar nog".

– Citat ur boken "Helande trädgård" av Marianna Agetorp

Naturen lindrar och förebygger ohälsa

och fokus via påslag av exempelvis adrenalin när det var dags för jakt.

Ordet stress har idag oftast en väldigt negativ klang, vilket är fullt förståeligt med tanke på att många av oss varje dag kämpar med att hålla den borta, eller åtminstone på en minimal nivå. Tittar vi längre tillbaka i tiden, mot stenåldern och de första människorna, så var stress istället något positivt. Stressen höll oss vid liv – genom att slå på kroppens varningssystem till fullt när en fara hotade, eller genom att ge oss energi

Idag har vi i västvärlden en helt annan tillvaro. Få av oss behöver slåss för vår överlevnad, och även om ett besök på den lokala matbutiken kan verka nog så stressfullt går det knappt att jämföra med stenålderns jakter. På så vis är vi lyckligt lottade på många sätt jämfört med de tidiga människorna.

Men det finns också orsaker för oss att avundas dem. Stenåldersmän-



YOGA är KÄRLEK

Amrit
YOGA & KREATIVITET

Jessica Amrit Eklöf
www.amrit.se

Allt för dig, din hund och häst!

Back on Track är kläder och ledskydd som ger ökad blodcirkulation, välbefinnande samt ökad rehabilitering.

Sveriges enda kompletta Back on Track butik!

Ex. Ryggbälte 697kr.

Back on Track

BUTIKEN

Ringvägen 38 i Nyköping
www.nykopingsbackontrackbutik.se

Tema: Hälsa & Välmående

Allemansrätten — "Inte störa – inte förstöra"

Allemansrätten är en fantastisk företeelse som gör det möjligt för oss i Sverige att vistas i naturen på ett unikt sätt. Begreppet har funnits sedan 1940-talet, och var från början ett resultat av att det lagstadgades om en andra semestervecka. Skulle folk från städerna ha semester så skulle de ju också få ta del av landets natur under sin ledighet.

Allemansrätten lever starkt än idag och möjliggör att vi får uppehålla oss tillfälligt i skog och mark, samt plocka bär och svamp. Däremot måste du visa hänsyn

– både för skogens invånare och markägaren. Var rädd om mark och stigar, se till att du inte förstör dem på något sätt genom att passera. Respektera hemfriden – vistas inte på privata tomter eller områden intill boningshus. Tänk också på att uppträda ansvarsfullt, elda bara på hänvisade platser och aldrig då eldningsförbud råder.



”

... "bara vara" i naturen.



NÄRA TILL TRÄNINGSVÄRK.

Öppet 05-23 alla dagar

Vi erbjuder flertalet konditions- och styrkemaskiner, fria vikter, personlig träning samt viss gruppträning i ljusa fräscha lokaler. Välkommen in på Öppet hus måndagar och onsdagar 17-19!

P&T Oxelösund
Järntorget 1
08-549 00 600
puls och trning.se



Läs mer på sid 16

Och som sagt – för personen som drabbas känns det ofta som att det kommer från "ingenstans", och det

är en mycket obehaglig upplevelse. Många som drabbas av panikångest för första gången åker in till akuten i tron om att de fått en hjärtinfarkt, eftersom symtomen är mycket lika. När det hela lagt sig och det uppdagas att det inte alls är något fysiskt fel utan att det "bara" är en panikattack känner många skam. Istället för att söka vidare hjälp inom vården ruskar de av sig upplevelsen som en engångsföreteelse och går vidare i livet.

Att be om hjälp när man inte mär bra kan vara nog så svårt – att be om hjälp när man inte ens är säker på att man är sjuk är ännu svårare. Men är du osäker så vänd dig hellre till vården en gång för mycket än en gång för lite – ju förr man får hjälp, desto bättre. Det finns också stöd och hjälp att få via internet, bland annat tester man kan göra för att se om man ligger i farozonen för att bli utbränd eller deprimerad.

Men det finns också mycket du kan göra på egen hand för att förebygga problemen. Att ha rådslag med sig själv och/eller sin familj då och då är nyttigt – en hel del stress smyger sig in i inrutade vanor och rutiner. Se över din vardag, försöka att identifiera dina energitjuvar och när du brukar känna dig stressad. Kanske går det att hitta en ny vardagslösning, eller att sänka kraven lite?

Stöd Sörmlandsleden – bli medlem!

Föreningen Sörmlandsleden arbetar ideellt med att sköta och utveckla ca 100 mil natur- och kulturvandringsled. Målsättningen är att ge människor möjlighet till lättillgängliga och unika naturupplevelser.

På www.sormlandsleden.se hittar du mer information kring leden, medlemskap samt tips inför din vandring.



Något som också är viktigt är att hitta andningshål. Tid då du kan återhämta dig och fylla på dina energidepåer, utan krav på prestation och styrka. Dagens samhälle gör det svårt för oss att koppla av på allvar – vi matas ständigt med information från mobiltelefoner, datorer, TV-skärmar och omgivning. Detta bidrar till att vårt fysiska varningssystem ständigt är i högsta beredskap, och därför heller inte alltid riktigt fungerar som det ska.

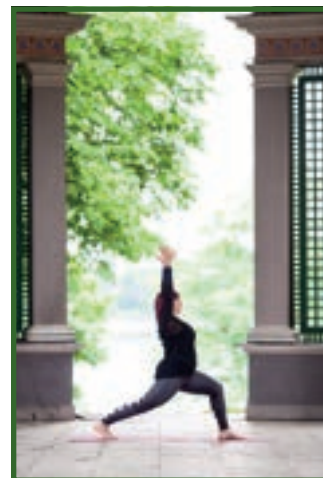
Det finns dock, som tur är, många platser där kroppen tillåts gå ner i varv. Ta inspiration från stenåldersmänniskan – låt naturen ge dig lugn och ro i själen. I det fria slipper vi processa de informationsflöden som vi ständigt utsätts för i det moderna samhället. Stäng av ljudet på din telefon, gå ut i naturen och låt kropp och själ få en riktig paus. Trivs du inte i skogen ger vistelse i trädgårdar och parker en liknande effekt – det gröna tilltalar vår inre stenåldersmänniska.

Att vistas i naturen, eller till och med i enklare grönmiljöer såsom parker, har gång på gång visats vara rogivande och nyttigt för människan. Naturens välgörande egenskaper verkar förebyggande för friska personer, samt lugnande och helande för dem som lider av psykisk eller fysisk ohälsa. Och det bästa av allt – det är helt gratis och tillgängligt för alla!

Här i Sörmland finns det många alternativ för den som vill ta sig ut i

naturen. Här finns hav och stränder, parker och grönområden i mängder, milsvida skogar, motionsspår och kajakleder. Prova dig fram tills du hittar den miljö där du trivs bäst. Att kombinera sin vistelse i det fria med motion är ett vanligt val, men tänk också på att det finns nytta i att "bara vara" i naturen. Att bara sätta sig på en stubbe och lyssna till skogens ljud, andas och koppla av – det är mumma för själen.

Ett fantastiskt sätt att uppleva den sörmländska naturen är att vandra längs Sörmlandsleden. Leden består av omkring 100 mil vandring i varierande miljöer, och är en av Sveriges längsta. Här finns något för alla – oavsett om du är van eller ovan vandrare, eller om du vill vandra en kort eller lång tur. Det finns handikappanpassade och lättvandrade slingor, samt tuffare etapper för den som vill ha



Anahata Yoga Nyköping

Nya kurser startar i höst - Viriyayoga, ViryaRestorative/Restorative och Hathayoga.

Oavsett vana finns något för dig.

www.anahatayoga.se
info@anahatayoga.se

Alla får vandra längs Sörmlandsleden och ta del av dess resurser. Vill du stötta verksamheten så kan du göra det genom att bli medlem i föreningen Sörmlandsleden – då får du dessutom tillgång till kartor över ledens etapper på hemsidan, vilket hjälper dig till en bättre vandringsupplevelse.

Var rädd om dig och de dina, väl mött på en avkopplande tur i skog och mark! ♦

en utmaning. Dessutom finns det också många vindskydd och rastplatser längs leden, perfekta för en övernattnings eller matpaus.

25 ÅR I NYKÖPING

Fontänhuset

– Vi skapar en meningsfull tillvaro och bryter isolering



Välkommen till oss på Fontänhuset Nyköping!

Alla har vi stunder i livet då vi behöver hjälp och stöd. För en person med psykisk ohälsa kan vägen tillbaka vara lång och svår. Inom Fontänhusets verksamhet kan du efter egen förmåga arbeta och delta i aktiviteter. Du uppskattas för det du gör, saknas om du uteblir och behövs för att verksamheten skall fungera. Kort sagt – Fontänhuset är en plats att komma till för att må bättre.

” – Vårt uppdrag är att engagera, inspirera och stå för kontinuitet i våra medlemmars vardag.

Sveriges Fontänhus Riksförbund är en del av en världsomspännande organisation, med omkring 300 fontänhus i över 30 länder. I Nyköping har vi funnits i 25 år – först i NK-villan men sedan 10 år tillbaka hittar du oss på Lilla Strömgatan 3. Vår uppgift är att stötta människor som lever med psykisk ohälsa på deras väg till återhämtning. Fontänhusmodellen är effektiv framförallt på det mänskliga planet, men också vad gäller minskade kostnader för sjukvård, socialt stöd från kommunen samt sjukersättning från staten.

Grundtanken är att ta tillvara och utveckla människors friska sidor genom arbete och gemenskap. Du som känner dig isolerad på grund av din sjukdom får stöd för att komma tillbaka till en fungerande vardag. Ett fontänhus fungerar ungefär som en klubb.

Medlemskapet är frivilligt, utan tidsbegränsning och kostnadsfritt. Det enda du betalar för är frukost, lunch och fika till självkostnadspris.

Fontänhuset – en medlemsburen verksamhet. Vi erbjuder ett varierat utbud av arbetsuppgifter för våra medlemmar, fördelat på enheter såsom kök, kontor och ekonomi. Medlemmar deltar aktivt i husets drift, exempelvis genom att laga mat, städa, bemanna receptionen, ta emot studiebesök, bokföra och hantera post, hemsida och sociala medier.

Arbetet utförs av medlemmar och handledare sida vid sida – med målet att var och en ska nå bäs-

ta möjliga välbefinnande och livskvalitet. Riktlinjerna för världens fontänhus betonar att klubbhusen ska hjälpa sina medlemmar att återfå sitt egenvärde, finna ett syfte och känna självförtroende. Genom att man är delaktig och efterlängtat i en arbetsgemenskap stärks självkänslan enormt. Tanken är att man så småningom ska ta steget från Fontänhuset till ett eget arbete eller studier.

Vi är en stiftelse fristående från psykiatri och socialvård.

Enda kriterierna för medlemskap är att du haft någon form av kontakt med psykiatri och att du är drogfri hos oss. Hjärtligt välkommen att bli en del av vår härliga gemenskap du med!

”En viktig hjälp när den behövs som bäst”



Alice Lundberg och Annica Hellgren, två av Fontänhusets medlemmar.

Alice Lundberg:

– Min första kontakt med Fontänhuset var år 2011, då jag skulle genomföra en rehabilitering här via Arbetsförmedlingen. Fontänhuset är en viktig hjälp när den behövs som bäst. Jag trivs så bra, här kan jag känna att jag gör nytta och kan arbeta efter mina egna förutsättningar. Vi är ett bra gäng som hjälps åt varje dag, och det är roligt att lära känna nya medlemmar. Jag vill lyfta fram att man ska känna sig så välkommen till oss – det är en lindring i vardagen, en stund då du kan glömma dina bekymmer och uppleva något nytt.

Annica Hellgren:

– Jag kom till Fontänhuset första gången i november 2015. Efter jag tagit mig ur ett långvarigt missbruk hade jag svårt att på egen hand ta mig ur ensamheten och tillbaka till arbetslivet. Jag fick tips från bekanta om Fontänhuset, det är jag väldigt glad för! Jag får prova på varierande arbetsuppgifter och har fått många nya bekantskaper. Nu ska jag snart ut och arbeta, men jag kommer behålla kontakten med Fontänhuset, det är en stor trygghet för mig. I framtiden vill jag gärna jobba med något där jag får ha mycket kontakt med människor, det trivs jag med!



FONTÄNHUSET NYKÖPING
Medlem i Clubhouse International

Lilla Strömgatan 3, Nyköping • 0155-26 81 40 • www.fontan.se
fontanhuset@nykoping.nu • www.facebook.com/fontanhuset.nykoping

NYKÖPING

Lata dagar på sommarlovet...

Tänk att sommaren äntligen är här på riktigt med alla sina härliga långa lediga dagar. I år ska jag verkligen ta det lugnt och prioritera att ladda batterierna och göra ingenting... så sa jag INNAN skolavslutningen.

Tji fick jag, för samma sekund som sommarlovet ringde in förvandlades jag och sambon till en servicecentral med högsta beredskap dygnet runt. Två övernaturliga väsen med enorm stresstålighet, 17 armar och usel timlön.

— Mamma, mjölken är slut! Kan jag och Moa tälta ikväll? Du behöver bara ta ner tältet ifrån vinden och blåsa upp madrasserna. Var är din ficklampa? Kan man ha el där... ja, du vet... så att man kan ladda mobilerna och kolla på plattan i tältet?

— Mamma, kan du skjutsa mig till Jögersö, vi ska bada? Vi är tre grabbar som ska sova hos oss sen. Kan dom äta här? Sätt över pengar så att jag kan klippa mig i dag också? Vi kan väl skruva upp den där hyllan i mitt rum innan dom kommer? Förresten så hittar jag inte min laddare till mobilen och moppen behöver mer olja.

— Kan du skjutsa mig till stallet, sen ska jag till Hööks också. Vi har kvällsfodring, så vi måste vara där igen senast klockan sju ikväll. Ringer du hovslagaren och veterinären när du kommer hem? Var är min bikini som jag hängde på tork

i går? Julia kanske sover här sen när vi har badat, finns det mat? Vem har druckit upp all juice igen?

Hmmm, jag undrar hur många jag ska laga middag till idag? Jag tror att det är sju ungdomar här just nu... eller var det en som åkte iväg på en moppe nyss, han kanske kommer tillbaka. Jaja, alla lär ju inte äta samtidigt i alla fall så vi kör något som går att värma och som alla äter... eller var någon laktosintolerant? Tacos får det bli, den perfekta tonårsmaten i alla lägen.

Tre diskmaskiner och fyra tvättmaskiner per dag är väl ingen match för en logistikchef av rang?

När sommarlovsdagen går mot sitt slut så har vi åtta övernattande ungdomar, en katt, en kattunge, en hamster, en kanin och två väldigt trötta supereffektiva logistikchefer under vårt tak... och alla verkar väldigt nöjda med sin lediga dag, även jag.

Glad sommar önskar jag alla er underbara lärare som ger oss så mycket andrum och stöd under året. Vi saknar er!

En dag ur verkligheten av Sanna Walker



sannaw@media-mix.nu

DU SKÄNKER • VI HÄMTAR



Semesterstängt v28-v31

Secondhandbutiken är öppen må-to 10-18, fr-lö-sö stängt
Ring 0155-21 91 41
boka leveranser må-to 09-18



Nyköpings BIS Friidrott
Secondhandbutik
Östra Storgatan 13B

Akupressur TCM • Örtmedicin • TuiNa massage • Stresshantering • Hårmineralanalys • Kosttillskott

BABÖR



- Massage & SPA-behandlingar
- Medicinsk laser • Kinesisk medicin
- Hårmineralanalys • Kostrådgivning

HÄLSO
KÄLLAN

Prosten Pihls gränd 1, Nyköping • www.halsokallan-ingerbucht.com • 0706-885 982

HEMSTÄD • BUTIKSSTÄD • GOLVVÄRD • FLYTTSTÄD • BYGGSTÄD MM



Städtjänster med lite extra hjärta och omsorg!

SOMMARTIDER 1/6 - 31/8 Må-On
11-16 eller boka egen tid. Stängt v30-31
Östra Storgatan 25D, Nyköping



kajsa@renoveradinbostad.se • 070-560 72 72

ÅKROKENS
BILSERVICE

Mitt i centrum!

Öppet: Må-To: 8-12.30, 13.30-16, Fr 8-12.30 Västra Kvarn 54, 0155-28 72 30



Per Strömberg

KÖK • LUCKBYTEN • TRAPPRENOVERING • BADRUM • SNICKERIARBETEN
FÖNSTER- OCH DÖRRBYTEN • GOLV- OCH LISTVERK • UTÉRUM • MM



SOMMARTIDER
1/6 - 31/8
Må-On 11-16
eller boka
egen tid.
Stängt v 30-31

Östra Storgatan 25D, Nyköping



kajsa@renoveradinbostad.se • 070-560 72 72

Nyköping åter igen i rollen som historisk mötesplats

FORUM

NYKÖPING 2016

18 – 19 augusti blir Nyköping mötesplatsen för samtal om integration och social sammanhållning. Ett 20-tal aktuella samhällsdebattörer, författare, chefredaktörer, företagare, forskare och opinionsbildare kommer till Stora Torget för att i ett öppet forum ge sin syn på och diskutera viktiga framtidsfrågor. Allt under namnet "Forum Nyköping 2016".

Moderator är samtalsaktivisten Navid Modiri. Känd för många som artist, sommarpratavare och programledare i TV. Alla är välkomna till det stora publiktältet där talarna står på rad för värna om ett öppet och demokratiskt samhälle där samtalet står i centrum.

Forum Nyköping 2016 bjuder på utställningar och presentationer av de ideella organisationerna Röda Korset, Rädda Barnen, Volontärbyrå, Axfoundation, Fri Tanke förlag med flera. Svenska Kyrkan anordnar språkcafé i mingeltältet för språkvänner och andra samhällsengagerade medborgare. I Speakers Corner kan man dela med sig av sina tankar.

Forum Nyköping 2016 inramas av Flens Världsorkester med musiker från världens alla hörn. Inlägg och paneldebatter dokumenteras och

läggs ut på sociala medier. Nyköpings kommun och Länsstyrelsen i Södermanlands län står bakom arrangemanget.

— Tanken med Forum Nyköping är att förvalta vår roll som en historisk mötesplats, säger kommunalrådet Urban Granström (S). Vi går före och ser fram emot att det blir tradition att mötas i Nyköping för att diskutera viktiga samhällsfrågor.

Han får medhåll av landshövding Liselott Hagberg som gärna ser residentsstaden Nyköping som en mötesplats för aktuella framtidsfrågor.

— Integration är en sådan fråga, den berör oss alla och jag ser samtal och diskussion som grunden för att utveckla vårt demokratiska samhälle, säger hon.

Temaområden som tas upp under Forum 2016 i Nyköping 18 – 19 augusti:

- Vägen till en mer inkluderande arbetsmarknad – hur ser den ut?
- Hur kan vi sänka trösklarna till jobb och företagande?
- Integration - vad är det?
- Vad menar vi egentligen och vad vill vi åstadkomma?
- Välfärden, den liberala demokratin och dess ständiga utmaningar.
- Var går gränserna för demokratiska fri- och rättigheter?
- Måste det öppna samhället leda till ökad polarisering, fragmentering och intolerans?
- Inbegriper vår demokratiska frihet verkligen rätten att ge uttryck för hat och att kränka andra?

Information och utförligt program om Forum Nyköping 2016 hittar du på www.nykoping.se/forum

Öster Malma

VILTRESTAURANG • BOENDE • GÅRDSBUTIK • WILDLIFE PARK



VÄLKOMMEN TILL ÖSTER MALMA SLOTT OCH VILTUPPLEVELSER

- **DAGENS LUNCH** Serveras som buffé och består av två varmrätter varav alltid en viltrett med kött från vårt eget slakteri, salladsbuffé, måltidsdryck samt kaffe. Månd – sönd kl 11,30 – 14. Vardagar 130 kr/pers, helger 175 kr/pers.
- **CAFÉ JÄGARBODEN** Hembakade kakor och glass. Gårdsbutik med egentillverkad viltkorv, marmelader och kryddor. Öppet t o m 21/8.
- **WILDLIFE PARK** Möt älg, mufflon, kron- och dovhjort på nära håll i deras naturliga miljö. För öppettider se vår hemsida.
- **APTITRUNDAN** Söndag 11/9. Mer info på vår hemsida.
- **AFTERNOON TEA** Boka bord redan nu till vår populära tebjudning med start lördag 1 oktober.



Svenska Jägareförbundet
ÖSTER MALMA

BOKA PA 0155-24 62 28 MER INFO www.ostermalma.se

Magasinet

Nästa nummer kommer i din brevlåda 28 augusti.

OXELÖSUND

Vi möter dig
med omtanke!

Praktikertjänst
TANDLÄKARE
Göran Herbring

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



Hej! Vi har mens.

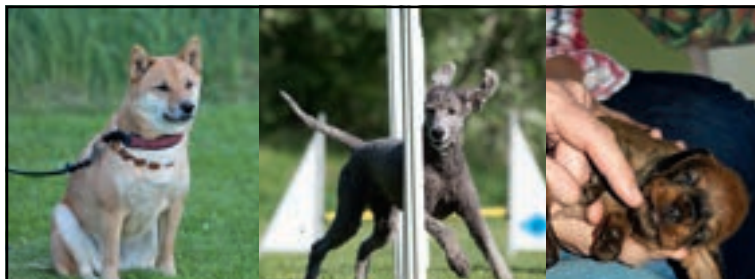
En kampanj för livet och underlivet.



Köp Mens för 20:- så går 10:- till FN-förbundets projekt Flicka, som stöttar världens flickor och arbetar mot könsstympning och barnäktenskap.

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

Öppettider
mån-fre 09.30-18.00
lör 10.00-13.00



Välkommen till
HUNDENS DAG
i Oxelösund

10 september, kl. 11.00-13.00 på Järntorget

Tipspromenad • Uppvisning av rallylydnad
Gossedjursutställning • hundparad m.m.

Vill du vara med i hundparaden anmäl dig redan nu på:
www.nisse-nilsson.se

ARRANGÖRER: Oxelösunds Brukshundsklubb • Centrumföreningen

TEXT ANNA MENZIES BLÅDER FOTO MAGNUS ARONSON

Anna-Stina Åbergs silver i stor utställning

Den 20 augusti öppnar en utställning med Anna-Stina Åbergs silver i Alla Helgona kyrka, Prosten Pihls gård och i silversmedens eget hus. Under tre helger kommer smycken, brukssilver och kyrksilver att visas upp – och för barnen finns en egen liten utomhusverkstad.

När Anna-Stina Åberg var 13 år visste hon att hon skulle bli silversmed och redan som 17-åring började hon sin utbildning vid Konstindustriskolan, numera Högskolan för Design och Konsthantverk i Göteborg.

Under de drygt 50 år som har gått sedan dess har Anna-Stina hunnit fylla en imponerande meritlista. Hon är representerad på bland annat Nationalmuseum och i många kyrkor i Sverige och utomlands. Hon har haft separatutställningar i Paris, London, Berlin, Washing-

ton DC och Minneapolis, formgivit bestick för Ikea, skedschatull till kungafamiljen och lillskedar till kronprinsessan Victoria, processionskors och ljusbärare till Slottsskolan för Design och Konsthantverk i Göteborg.

Anna-Stina Åberg får ibland frågan hur hon ser på skillnaden mellan att formge sakral silver och flärdfulla smycken och bruksföremål. – Det finns ingen gräns mellan



den yttre och den inre människan. Det är själva livet som finns däremellan, svarar hon.

Utställningen är uppdelad på tre platser, alla belägna runt Östra torget i Nyköping: i Alla Helgona kyrka visas kyrksilver, i Prosten Pihls gård visas skisser, ritningar och modeller och i silversmedens eget hus kommer smycken och bruksföremål att ställas ut.

För barnen kommer det att finnas en utomhusverkstad där man får tillverka ett eget litet minne att ta med sig hem.

Utställningen öppnar lördagen den 20 augusti kl 12 med invigningstal av landshövding Liselott Hagberg.

Därefter pågår vernissagen hela dagen med smyckeskavalkad, visningar och föredrag, och avslutas med en konsert i Alla Helgona kyrka kl 18, i vilken bland annat "Opus Argentum", tre dikter skrivna av Anna-Stina Åberg och tonsatta av Hans Ove Olsson uruppförs.

Alla är sedan inbjudna till vernissagemingel i Prosten Pihls gård.

ANNONS



Foto: Tina Axelsson

IRMA SCHULTZ KELLER

Lördag 6 augusti kl 18.00
Franciscuskapellet

Berättelser, tankar och
Sånger från Gläntan

Irma Schultz Keller
Mellan 1980 och 1983 var Irma med i gruppen Zzzang Tumb som bland annat turnerade med Reeperbahn. Vid mitten av 1980-talet bildade hon duon Paris Bis tillsammans med Tom Wolgers och inledde därefter en

framgångsrik solokarriär. Hon utexaminerades från Teaterhögskolan i Stockholm 1999. Irma har haft flera listframgångar, har medverkat i Melodifestivalen samt synts i några mindre filmroller. Hon har körat bakom Staffan Hellstrand på ett flertal av hans skivor. 2010 gav hon ut albumet Blank is, med tolkningar av Joni Mitchell-sånger. Senaste skivan Sånger från Gläntan består av stämningsfulla och poetiska visor, vemodiga men hoppfulla. Medverkar gör också Hans Kennemark på fiol och gitarr.

www.svenskakyrkan.se/nykoping



ENSEMBLE PASTIME

Torsdag 4 augusti kl 19.00
Svärta kyrka

Musik från 1600-talets hov
och katedraler

Ensemble Pastime framför vokal och instrumentalmusik från Europas renässans och barock. Musiken klingar i en smakfull blandning av instrument och röster i egna stilfulla och raffinerade arrangemang. I gruppen ingår Annica Nilsson, mezzosopran, Agneta Hellström, blockflöjter, Torbjörn Söderquist, theorbb/luta och Maria Robertson, cembalo. I sällskap av tonsättare som H Purcell, J Dowland, T Morley m fl.



SÅNGGRUPPEN GIOIA

Torsdag 11 augusti kl 19.00
Svärta kyrka

Vackert väder
Sånggruppen Gioia

Gioia betyder glädje på italienska. Det är vad gruppen känner inför sången och är också det de vill förmedla. Med kvällens program vill de ta med lyssnarna på en resa in i vistraditionens värld. Sjunger denna kväll gör: Marie Frisk, Jenny Larsson, Helena Lennstring, Jenny Rondahl och Magdalena Öhrling.



LONE WERNBLAD & VÄXJÖ STRÅK- KVARTETT

Torsdag 18 augusti kl 19.00
Svärta kyrka

Stråkar och sånger

Lone Wernblad & Växjö Stråkkvartett
Fem sinnliga kvinnor följer musik, ord och toner hela vägen ut. En låtskrivare/kompositör och en stråkkvartett. Lone Wernblads sånger lyfts av stråkmusiken. Sångerna blir iklädda en utvidgad ljudkuliss, det blir smakfullt, starkt och dramatiskt...! Lone Wernblad, sång, Erika Sävström Engman och Gabriele Freese, fiol, Myrte Brasem van Gestel, altfiol, Lena Muller, cello.



MISS WINTER

Torsdag 25 augusti kl 19.00
Svärta kyrka

Miss Winter in concert

Miss Winter består av Anna Edman, Linda Pröjtz-Ålund och Jenny Hillman. De har med sig sina musiker och bjuder på egenskrivet material. Gruppen har bara funnits i knappt ett år, men har redan hunnit spela på festivaler och många scener runt om i Sverige. De ligger på amerikanska och engelska listor, lyfts av musikbloggare och nådde Sverigefinalen av "Svensktoppen nästa" förra året. Musiken kan beskrivas som countryinfluerad pop.

Anna-Stina Åberg SILVER

Alla Helgona kyrka,
Prosten Pihls gård och
Silversmedens hus, Nyköping
20 augusti – 4 september

Vernissage lördag 20 augusti

Kl 12.00 Invigningstal av landshövding Liselott Hagberg. Visning på catwalk av överhandsringar, halskragar, armringar, hängen, öronsmycken och några ringar i guld. I silversmedens hus bruksföremål och smycken, utomhusverkstad för barnen, hantverk visas av silversmeden Maks Krizan.

Kl 16.30 Föredrag om sakral silver av Stina Fallberg Sundmark, docent.

Kl 18.00 Konsert: "Musik och lyrik" i Alla Helgona kyrka. Jenny Tjärnström, sång, Mikael Sörensen, trumpet, Hans Ove Olsson, piano, Ulf Tjärnström, kontrabas och Anna-Stina Åberg, recitation. Uruppförande av "Opus Argentum". Därefter vernissagemingel för alla i Prosten Pihls gård.

Söndag 21 augusti

Kl 10.00 Högmässa med biskop em. Caroline Krook.

Kl 12.30 Visning av sakral silver.

Öppet lördagar och söndagar kl 12.00-16.00

Kl 12.30 Visning av sakral silver. Övriga tider/gruppbokningar efter överenskommelse, tel. 0700-19 94 82, stig.fallberg@annastinaaberg.com

Serivering i Prosten Pihls gård
lördagar & söndagar kl 12-16.



Svenska kyrkan
NYKÖPINGS FÖRSAMLING

Dala tillbaka i Nyköping

- nu som nykter alkoholist

Alkoholen hade tagit över.

I juni för drygt ett år sedan såg inte Leif "Dala" Dahlström någon annan utväg än att ta sitt liv. För mycket alkohol, en skilsmässa och ekonomiska bekymmer.

– Jag drack när jag var ledsen, när jag var glad och när jag var stressad. I slutet av juni förra året hade jag tappat fotfästet totalt och ville inte leva, säger Dala.

Hela livet har Dala levt i en miljö där alkohol varit en naturlig del.

– Det har alltid varit mycket tjo och tjim och mycket dricka. Ju mer jag jobbat och ju mer bekymmer som dykt upp, ju mer har jag druckit.

Till slut blev det för mycket.

Alkoholen hade tagit över.

– Jag hade tur, det är tack vare mina vänner jag lever, säger Dala. Janne Thorstensson och Ewy Hamberg-Ekström är två av dom. De har ställt upp på ett otroligt sätt.

Efter kollapsen insåg Dala att han behövde hjälp. Han påbörjade en behandling mot sin alkoholism.

– Jag blev sjukskriven och påbörjade tolvstegsprogrammet. Det har hjälpt mig tillbaka till livet igen och nu mår jag bättre än på många år.

”

– Jag drack när jag var ledsen, glad eller stressad.

I juni i år hade Dala varit nykter i ett år.

– Visst finns det tillfällen då jag varit sugen på en öl. Men vad händer sedan, det är lätt att falla tillbaka i gamla fotspår.

Det nionde steget i tolvstegsprogrammet benämns som "gottgörelse".

– Det innebär att man gör en lista på människor man kan ha gjort illa, kontaktar dom och ber om ursäkt och deras förlåtelse.

En viktig del i behandlingen är AA-mötena, Dala går regelbundet på möten tre gånger i veckan.

– Det är inte bara för "alkisgubbar", utan för alla som har alkoholproblem. Jag känner många med

samma problem som jag har, men som inte erkänt det för sig själva.

Genom att gå ut offentligt hoppas Dala få fler att tänka efter.

– Kan han, kan jag. Så hoppas jag fler med liknande problem ska tänka. Och åtminstone komma på ett av våra möten och lyssna.

I skrivande stund är Dala bosatt i Västerås. I början av augusti flyttar han tillbaka till Nyköping.

– Här har jag mina barn, Hampus och Vendela. Dessutom mina föräldrar och syskon. Det känns helt rätt att komma tillbaka till Nyköping och börja om på nytt.

Dala är mycket medveten om att han kan ha "brännt många broar" i sin hemstad. Ett antal konkurser har satt sina spår.

– Jag hoppas på en andra chans, genom tolvstegsprogrammet har jag lärt mig mycket. Numera vill jag bara ha ett bra och nyktert liv tillsammans med mina barn och mina nära och kära. ♦



Sommar i skärgården



Vackra Brita, fru Stina Thunberg med sin fader krogvärden (Erik Olsson).
12 juli 1947. Fotograf okänd



Oxelösunds Motorbåtsklubb firar midsommar vid
klubbholmen Ålö 1962. Fotograf okänd



Vivesta strandbad
1960-talet.
Fotograf okänd



Hopptornet vid
Vivestabadet,
från 1960-talet.
Fotograf okänd

Det har varit fest i dagarna två på Bydegården i Gamla Oxelösund, hembygdsfest med landsantikvarien Ivar Schnell som ledande man. Han hade också skrivit en trevlig liten folkpjäsa som spelades båda dagarna. Det var "Vackra Brita på Oxelö krog" som nu för första gången framfördes av Oxelösunds ABF:s teatercirkel. Dess ledare Erik Olsson hade instuderat spelet och medverkade själv. Detta var också cirkelns första framträdande, så det var premiär på premiär.

Stycket framfördes huvudsakligen utanför bygdegårdens port, och runt om stod åskådarna så tätt packade att skådespelarna hade all möda att kunna flytta sig. Den unge fiskaren i pjäsen fick sin vackra Brita och den dumme kryddkramhandlaren och friaren från Nyköping fick gå ifrån med lång näsa. Dessförinnan kastades han i sjön och det momentet i pjäsen var så realistiskt att alla barnen bland åskådarna rusade

iväg till sjön och höll på att bryta hela spelplanen. En sådan spontan reaktion hos publiken kan sannerligen en dramatisk författare vara nöjd med.

Och så var det dans och fiskdamm och tombola och annat trevligt. Rundtur på sjön med fiskebåtar uppskattades livligt. Däremot blev en kanottävling tämligen matt.

Lilla Kungsladugårdens ridskola populära ponny stredade båda dagarna med ungar på ryggen, och förresten kan sägas att det hela tiden var vackert väder om än lite kvällssvalt. Behållningen av festen går till Hembygdsförbundets verksamhet i Oxelösund. På lördagen såldes 672 inträdesbiljetter och på söndagen 913. Källa: Tidningsurklipp tillhörande fotot.

KÄLLA: Oxelösundsarkivet

www.koordinaten.se

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

TEXT TORBJÖRN DAHLSTRÖM FOTO OKÄND

Nyköpings historia

Bilder berättar



Jag hittade den här bilden hemma hos min mor och far. Huset var beläget i korsningen Västra Kvarngatan/ Trädgårdsgatan. Min gammelmorfar Eric Carlsson köpte huset 1923 och sålde det 1947. Han var bagare och drev ett bageri i fastigheten.

Eric var känd över hela landet för sina skorpar, som enligt rykte-

na fick kunder att åka ända från Stockholm till vår stad för att handla godsakerna. Ett obe-kraftat rykte säger att vid tidpunkten då bilden togs, hade bageriet ersatts av en fiskaffär. Mannen som drev fiskbutiken tröttnade till slut och bytte till en helt annan bransch. Han startade det som många år hette Esso Östertull, och

som numera heter Statoil. En ung grabb vid namn Bernt Granqvist sägs ha börjat jobba hos den före detta fiskhandlaren. Bernt tog sedermera över verksamheten och idag drivs ett modernt Statoil av sonen Lars och hans fru. Om detta är en sann historiebeteckning eller inte, vet jag inte med säkerhet.

Kära läsare, hjälp mig om du vet. Hör av dig till info@media-mix.nu eller på telefon 070-433 433 2.

Som sagt "bilder berättar", och ger upphov till tankar och berättelser om människor och deras historia. Jag är övertygad om att vi måste ha en förankring i vår historia för att möta vår framtid.

Jag kan hjälpa ditt företag med:

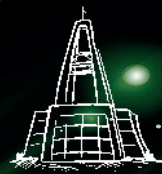
✓ Bokföring, löner

✓ Skatt/moms deklarationer

✓ Fakturering/betalningar

✓ Allmänna administrationer

Ekbackas
REDOVISNING AB
Åsa Leijon på
073-94 00 567
leijon67@hotmail.com



TEXT EVA LUND OCH THERESE CAMBRANT BERG

En snabbfika med Sebastian Söderberg

Förra veckan började församlingens nya ungdomspräst sin tjänst här i Oxelösunds församling. För att känna honom på pulsen ställde vi i arbetslaget några snabba frågor under fikarasten.

Vad ville du bli när du var barn?

Jag ville först bli polis, brandman och hockeyspelare som många andra. Senare drömde jag om stridspilot och ytterligare lite senare bara om att vara miljonär. Hade passat fint. Men i tonåren drömde jag om att bli revolutionär kommunist – att göra

världen rättvis – så jag blev det. Sen insåg jag att Jesus är den enda som kan hjälpa mig göra skillnad på riktigt – så jag blev kyrkokristen – och på den vägen är det.

”

**...när visste du att du ville bli präst?
Varför blev du präst?**

Jag insåg som sagt att Jesus är min grej. Vägen, sanningen och livet. Min plats i Guds rike och därmed i kyrkan blev som lyssnare, ledare och lärare - därmed var präst närmast till hands. Men präst är en så mycket bredare syssla – jag har väldigt mycket kvar att lära.

Har du jobbat med något annat innan det här?

Jag är ju relativt ung men min längsta anställning hade jag på Taxi Stockholm i 3 år. Jag var också i utlandsstyrkan i Kosovo i 6 månader. Annars har det mest varit korta anställningar här och där.

Vad gör du helst när du är helt ledig?

Jag har ju två små barn och en fantastisk fru som jag spenderar min lediga tid med. Nu har vi nyligen blivit husägare, så jag antar att det blir en hel del att göra där. I övrigt åker jag gärna och tittar på Hammarby.

Näm 3 egenskaper?

Lyssnande, ledande och lärande.

Det här är "typiskt" dej?

Jag är tankspridd så det står härliga till. Sen har jag en dragning till allt det goda Skapelsen ger och människor förädlar, kultur helt enkelt; musik, konst, öl, mat och så vidare. Vi är satta som förvaltare och förvalta bör vi. Men alltid un-

der parollen: Soli Gloria Deo! Åran tillhör Gud allena.

Vilka 3 rum trivs du bäst i?

S:t Botvid kyrka (såklart), Söderstadion och mitt hem.

”

– Jag insåg att Jesus var min grej.

**Tycker du om musik?
I så fall vilken sorts musik gillar du?**

Jag är en allätare men just nu är det mycket Johnny Cash och diverse bluegrass.

Fikarasten är slut och Sebastian ställer kaffekoppen i diskmaskinen, vänder sig om och säger:

– Kom gärna med tips på ny bra musik! Så går han vidare mot sitt nya kontor, på sin nya arbetsplats. Han verkar väldigt nöjd. Kanske är det för att han nyss fått kaffe... eller så kanske det helt enkelt är så att han redan nu trivs bra på sitt nya jobb.

Vi säger hur som helst välkommen hit, Sebastian!



ANNONS



**Oxelösundin
Ruotsinsuomalainen
seurakuntatyö**

9/8, 16/8, 23/8

9.30 Kesäkahvila Björntorp-pissa. Kahvi kympillä.

10/8, 17/8 24/8

9.30 Kesäkahvila Sjötagenissa. Kahvi kympillä.

25/8 18-20 Naisten sauna, Stjärnholm

**MUSIK I
SOMMARKVÄLL**

Onsdag 10/8 kl 18:30 "Allsång i psalmens tecken" Utomhus i trädgården vid Skärgårdsmuseet. Samarr.

FAIRTRADE

Försäljning i församlingshemmet,
Öppet exp.tider, se tider nedan.



Gudstjänster

- 31/7** 18:00 Sommarkrassa – 10 e trefaldighet
Sebastian Söderberg, Tony Larsson, Åsa Sjölund.
- 7/8** 18:00 Sommarkrassa – 11 e trefaldighet
Mikael Hirsch, Irina Söderberg.
- 10/8** 8:30 Morgonkrassa
Sebastian Söderberg, Irina Söderberg.
- 14/8** 18:00 Sommarkrassa – 12 e trefaldighet
Sebastian Söderberg, Tony Larsson.
- 21/8** 18:00 Sommarkrassa – 13 e trefaldighet
Mattias Bähr, Irina Söderberg, Åsa Sjölund.
- 24/8** 8:30 Morgonkrassa
Mattias Bähr, Irina Söderberg.



KAFFEDRALEN
Onsdagscaféet för alla åldrar i församlingshemmet
13.30-16.00.

Öppet hela sommaren!



KONSTUTSTÄLLNING

Målargruppens Sommarutställning i kyrkan **14/6-14/8**
Vid intresse av att köpa någon tavla, kontakta expeditionen på 0155-29 34 00.



**MUSIK I
SOMMARKVÄLL**

6/8 A'la Alice Babs
– en hyllningskonsert
med Ann-Christin Hallgren, sång & Marcus Österlund, piano. Fri entré, frivillig kollekt till Gungbrådan.

På gång till hösten...

Familjefrukost & barnkör.
För mer info – håll utkik på vår hemsida & facebook!

Följ och gilla oss på Facebook!

TEXT OCH FOTO TORBJÖRN DAHLSTRÖM

Mojje till Oxelösund och folkfesten!



Mojje heter egentligen Morgan Johansson men har kallats kort och gott "Mojje" sedan han var liten.

– Det har pratats mycket om varför det blev Mojje, men jag tror att sanningen är att min syster inte kunde säga R när hon var liten så Morgan blev Mojgan, och till sist Mojje, säger Mojje själv.

”

Riktigt på riktigt blev det först när Mojje var med i bandet Together ca 1997.

Together hade en brottarhit med singeln "Vänner" som även var temat till en populär TV-serie som hette "Vänner och fiender". Helt plötsligt var det full rulle, med utlandsturnéer och hysteri. Kanske lite för mycket, för Mojje ledsnade på flängandet.

– Jag ville gärna snacka lite mellan låtarna, vilket inte skivbolaget gillade, så jag hoppade av turnélivet, säger Mojje och ler.

I slutet av 90-talet sprang Mojje och Niclas Wahlgren på varandra och de började jobba ihop. Båda tyckte det skulle vara extra kul att göra ett barnprogram – Jag skrev låtar som "Tjaba tjena hallå" och "Var ligger landet där man böjer bananerna". Niclas skrev "pratmanus" och tillsammans blev vi ett bra par och det blev ett antal TV-program.

Musiker och sångare, men mest känd är nog Mojje som programledare för Lattjo Lajban i TV. Han har även medverkat ett par säsonger med Diggiloo-turnén.

Lördag 20 augusti 12.00 kommer Mojje till Oxelösund och Järntorget i samband med Oxelöppet och Folkfesten.

Femöre naturreservat fyller 10 år!

Söndag 28 augusti firar naturreservatet 10-årsjubileum. Det blir aktiviteter för såväl stora som små hela dagen. Detaljerat program kommer att finnas bland annat på oxelosund.se när det närmar sig. Femöre naturreservat kom till 2006 för att skydda ett värdefullt frilufts- och barrskogsområde och dess djur- och växtliv. Området är ett vackert strövmråde som besöks regelbundet av ett stort antal människor.

Oxelösund förknippas i allmänhet med kust och hav. Allt detta möter du på Femöre men området har även andra naturtyper att visa upp. Trolska barrskogar och ljusa ekhagar med betande får bildar en skarp kontrast mot de bitvis karga kuststräckorna. När vinden ligger på kan du här hitta lä. Du förnimmar kustens närhet genom ljudet av det rytande havet eller genom åsynen av en havsörn som rider på vindarna. Andra dagar ligger havet spegelblankt och inbjuder till bad eller att bara strosa på klipporna och njuta av stillheten och de fria vidderna. Förutom en vidunderlig natur finns Femörefortets underjordiska hemligheter att utforska och den vackra fyrplatsen på Femörehuvud. Reservatets alla stigar väntar på dig och dina öppna sinnen.

POPULÄRT UTFLYKTSMÅL

Femöre naturreservat har länge varit ett populärt utflyktsmål. I reservatet finns flera markerade strövstigar som du kan följa. Sörmlandsleden som går genom området leder dig bland annat ut till och runt Femörehuvud. Sommartid inbjuder de fina klippstränderna på Västra Femöre och Femörehuvud till bad. När magen börjar kurra finns det många inbjudande ställen där du kan avnjuta din medhavda matsäck. Vill du göra upp en eld och grilla så finns det iordningställda grillplatser som väntar dig.

NATURTYPER PÅ FEMÖRE

Naturen på Femöre präglas av det kustnära läget och skogen domineras av olikåldrig barrskog där tall är det vanligaste trädslaget. Inom området finns två ädellövskogar beväxna med gamla vidgreniga ekar.

ETT RIKT FÅGELLIV

Fågellivet i området är mycket varierande och rikt. Regelbundet häckar här flera olika tättingar. Har du tur kanske du kan få syn på en kattuggla i någon av områdets gamla ihåliga ekar. Större och mindre hackspett, spillkråka och grön göling är andra häckande fåglar du kan stöta på i gammelskogen. I den lilla insjön på västra Femöre kan du i vassen få höra och kanske även få syn på några av dess skygga invånare, till exempel rörsångaren.

Från den 10 meter höga fyrklippan på Femörehuvud kan under flyttningstider ejder och alfågelsträcken komma nära. Här har man sett rariteter som vitnäbbad islom och praktejder.

Vattnen och vikarna runt Femöre är viktiga året runt för många sjöfågelarter som till exempel vigg, ejder, knipa och storskrake. Uppgifter finns som visar att tättingar vid hård vind under sin flyttning mot norr söker skydd och rastar på Femörehuvud efter att de tagit sig över Bråviken.

Under vinterhalvåret samlas ofta stora flockar med bland annat salskrake, alfågel och trutar i det isfria hamninloppet. Dessa flockar lockar till sig havsörn och nästan årligen ses här även kungsörn. Mer sporadiska vintergäster är brunand, bergand, smådopping, småskrake och tordmule.

Långt in på sommaren ses ejderungar med honor runt Femöres kust vilket indikerar häckning på fastlandet. Dessa är troligen en av de sista ejderhäckningarna längs Södermanlands fastlandskust.

CHANS ATT SE SÅL

Bland skärgårdens kobbar och skär finns ett antal sälskyddsområden och det händer att man får se säl från land. Vandrar du längs stränderna kan du stöta på mink och i skogarna har även mård, räv och grävling setts. Det är gott om rådjur i området.



FAKTA OM FEMÖRE NATURRESERVAT

- Femöre naturreservat är ett kommunalt naturreservat bildat år 2006. Reservatet är 235 hektar stort och sköts av Oxelösunds kommun. Området klassades 1991 som mycket högt värde för naturvården och friluftslivet enligt Länsstyrelsens naturvårdsprogram.

- Femörehuvud är ett Natura 2000-objekt. Natura 2000 är ett nätverk av värdefulla naturområden som EU-länderna byggt upp för att säkra unionens biologiska mångfald och värna naturtyper och livsmiljöer för arter som EU-länderna anser vara av gemensamt intresse.

- Femörehuvud är "västlig taiga", en av de högst prioriterade naturtyperna inom EU. Definitionen för västlig taiga är: naturliga, gamla skogar som bibehållit en stor del av den naturliga skogens artsammansättning, åldersvariation och ekologiska funktion. Skogarna hyser hotade arter, där flera är beroende av död ved. Det finns en skötselplan för reservatet som bl a noga reglerar hur skogen ska skötas.

Välkommen till din naturliga matvarubutik!



Vi önskar
alla våra kunder
**en härlig
sommar!**

Köp den enkla sommarmaten hos oss!



Givetvis kan du plocka ihop
din lunch eller ditt mellanmål
från de olika barerna.



I vår populära och innehållsrika Salladsbar plockar du själv ihop
din lunch. Lätt att ta med på sjön eller till badstranden.

Sugen på ett mellanmål? I vår Mellanmålsbar hittar du olika frukter
och yoghurt. Läskande gott i sommarvärmen.



I vårt Café finns färdiga baguetter och smörgåsar av olika slag.



Eller varför inte bara
njuta av en glass?
Vi har både
kulglass och
mjukglass.

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

VI HAR ÖPPET
ALLA DAGAR

8-21

ICA KVANTUM
OXELÖSUND
En riktig mataffär