

100%

NYNÄSHAMN

LOKALA TONER
I ÅRETS MELLO

*Solstudier gav
Tintin ny energi*

DRÖMLIV
PÅ LANDET

Långa skär
på blanka isar

TREND-
SPANING
med våren
i sikte

Shireen inleder med fastemånad före

FESTLIGHETER

100% KOMMER MED DEN FEMTE ÅRSTIDEN!

INNEHÅLL

Hej igen alla invånare, 100% Nynäshamn är tillbaka! Vi är väl kring 30 000 individer i vår kommun vid det här laget och målet för oss är att nå ut till er alla, eller åtminstone den del som uppnått läskunnig ålder. Hej också till Muskös invånare! Vi vill ju gärna räkna er som en del av Nynäshamn, även om det står något annat på skylten intill tunneln. Och hej till dig som är på mer tillfälligt besök i våra trakter och vill läsa om vad som händer här, ni ingår också i vår målgrupp. För att nå ut till så många som möjligt i området sprider vi tidningen i brevlådor, via våra egna tidningsställ på flera platser och även i digitalt format på vår webbsajt. Gratisutgivningen är möjlig tack vare våra annonsörer och det är förstås en av många anledningar till att stödja det lokala näringslivet just nu. Vi behöver varandra!

Sedan vi sågs senast har en julhelg hunnit passera och ett nytt år påbörjats. Vi har klarat av de så kallade oxveckorna i januari och fått möjlighet att fira lite grann i februari, månaden med såväl Alla hjärtans dag som fettisdag och sportlov på agendan. Välbehövligt med några sköna avbrott i vardagslunken. Till och med fåglarna började fira, eller kanske snarare fria, men det blev nog lite väl i förskott och de verkade ha svårt att avgöra vad klockan slagit. Redan under några soliga dagar i februari hördes deras skönsång och lockrop ljuda från trädens kronor. Den bländande vårsolens allra tidigaste strålar kan vara både lockande och förrädiska.

Nu står det mars i kalendern och då infaller vanligtvis något av en mellantid, nämligen den sköna vårvintern som står för dörren. Vilket underbart ord! Vårvinter – känn på det en stund... Lika vacker som den låter kan den vara till sitt innehåll. Tiden mellan vinter och vår kan även benämnas ”den femte årstiden”, perioden när allt står och väger på gränsen mitt emellan. Vi går mot ljusare dagar och det är läge att njuta!

Årets första nummer av 100% Nynäshamn innehåller både vår och vinter, fyllt med läsning från vårt kära närområde. Profiler med lokal anknytning som har något spännande att berätta, ambassadörer som vill dela med sig och inspirera, aktiviteter och aktuella erbjudanden att ta del av – och mycket mer. Kort sagt om livet i Nynäshamn med omnejd.

När vi kommer tillbaka nästa gång, i mitten av april, har ännu en högtid hunnit passera. Därför passar vi redan nu på att önska er alla en riktigt skön vårvinter – och en glad påsk!

Niclas Axelson & Paulin Sunesson

Från Sorundafestival till Melodifestival	4
Väderberoende rörelse på nyslipade skär	10
Shireen förbereder aktuell högtid	14
Barndomsgården har fått nytt liv	18
Jacqueline om vårens färger och fomer	22
Tintin växlade om från kamp till Campus	26
Liljehammar övernattar på Käringboda	30
Vågen storsatsar på vita duken	32
Evenemang för stora och små	33
Ordknåp och sifferjympa	34



Konst & Hantverk i Nynäshamn

Godsmagasinet, Fiskargränd 2

VÅRMARKNAD

Vernissage lördag 25/3

Öppet 25/3-10/4

kl 10.30-16.00

VÅRSALONG

Vernissage fredag 12/5

Öppet 12-14/5, 18-21/5, 26-28/5

kl 10.30-16.00



Välkommen önskar
Föreningen Konst & Hantverk
i Nynäshamn

info@fkohnynas.se

www.fkohnynas.se

konstochhantverkinyinäshamn

VI HJÄLPER ER ATT TA AVSKED

Begravning utan ceremoni, prisex:

Kista, Ängsro..... 2 190 kr

Omhändertagande (svepning och transport) 3 900 kr

Byråarvode..... 2 900 kr

Summa inkl. moms..... 8 990 kr

Begravning med ceremoni, prisex:

Kista, Sandholm natur furu..... 5 790 kr

Omhändertagande (svepning och transport) 3 900 kr

Byråarvode..... 3 800 kr

Representant vid ceremonin..... 1 900 kr

Summa inkl. moms..... 15 390 kr

Summa m. vitlaserad el. antikbrun kista.. 16 390 kr

Annan kista, ex. Hovdala, Vila i frid..... 18 790 kr

Vita Liljan

BEGRAVNINGSBYRÅ

Stadshusplatsen 6,
Nynäshamn, 08-520 214 00

Västerhaninge, 08-500 213 33

Tyresö, 08-798 98 00

www.vitaliljan.se

Vi gör även hembesök utan kostnad och tar uppdrag i hela Stockholmsområdet.



DEALS

FÖNSTER OCH FÖNSTERDÖRRAR

Vill du sänka dina uppvärmningskostnader och samtidigt få ett skönare inomhusklimat? Då ska du byta fönster! Just nu har vi upp till 35% rabatt på energieffektiva fönster från Sveriges största tillverkare.

UPP TILL
35 %



YTTERDÖRRAR
25%
på utvalt sortiment.

XL-BYGG NYNÄSHAMN

Hammarhagsvägen 16

Tel 08-520 174 75

www.xlbygg.se/nynashamn

Öppet: Vardagar 06.30-18, lördagar 9-14



KAP- OCH GERSÅG

BOSCH GCM 80 SJ

Smidig och effektiv allroundkapsåg utrustad med kraftfull 1400W motor, medföljande tving och låg vikt på bara 13,5 kg. Rek. ca pris 5 290,-

SPARA 2 100,-

3 190,-

Priserna gäller t o m 20/3 2023, så långt lagret räcker.



En riktig bygghandel



Ösmo Plantshop

Välkommen till ett utflyktsmål för hela familjen

Vårkänslor

Vi har allt du behöver för vårens förberedelser
– nu finns ett stort urval på plats med bland annat
fröer, sticklingar och sättpotatis!

Bli inspirerad av vårt stora sortiment
med massor av nyheter för både ute & inne.



Njut en stund i vårt TRÄDGÅRDSCAFÉ

Sitt ner i vårt sköna växthus eller i trädgårdens värmande vårsol och välj vår populära vegetariska buffé eller goda hemgjorda bakverk och tårter.



Kom & fira PÅSK med oss!

Påskafton, lördag 8 april

med vår årliga äggjakt i trädgården,
ansiktsmålning, lotteri och
många fina erbjudanden!

Växtstigen 1, Ösmo. Tel 08-520 272 30. www.osmoplantshop.se

Vintertider i butiken: Mån-fre 10-17, lör-sön 10-15 • Cafét: Mån-fre 10-16.30, lör-sön 10-15

Sommartider fr o m 26/3: Mån-fre 10-18, lör-sön 10-16 • Cafét: Mån-fre 10-16.30, lör-sön 10-16



Från Sorunda
**till Sveriges
största musikscen**

TEXT & FOTO NICLAS AXELSON

Pontus Södermans musikaliska bana inleddes hemma i pojkrummet i Sorunda och det var där han så småningom bestämde sig för att satsa allt på musiken. Nyligen gick en av önskedrömmarna i uppfyllelse när han fick chansen att delta som låtskrivare i årets upplaga av Melodifestivalen. Ett äventyr som han gärna vill uppleva igen.



Unga talanger tidigt i karriären. Kompisarna Albin och Pontus spelade när fritidsgården i Sorunda arrangerade "Tomterock".

Allt började med att Pontus som tolvåring hörde kusinen spela en John Mayer-låt på sin nya gitarr. Fram till dess hade han mest av allt varit en idrottskille som helst spelade fotboll på fritiden, men där och då hände något som skulle påverka hela hans tillvaro och framtidsdrömmar.

– Jag minns att jag tänkte "coolt – det där vill jag också göra"! Så jag önskade mig och fick en egen gitarr och lärde mig både att spela och sjunga genom att kolla på Youtube-klipp.

Förutom John Mayer blev även Ed Sheeran en förebild och idol som han inspirerades av. När Pontus skulle börja åttondeklass drog Sunnerbyskolan helt lägligt igång en kulturinriktning och då blev det självklart för honom att söka sig dit. Han började öva tillsammans med kompisen Albin och ganska snart fick de båda chansen att visa upp sina färdigheter inför publik, bland annat på Sorundafestivalen som arrangerades av lokala entusiaster under några år på 2010-talet. Ryktet om de musicerande tonåringarna spred sig och de började få bokningar till olika evenemang runt om i kommunen. Så småningom anslöt klasskompisen Hugo till bandet och några år senare följdes också trion åt när det var dags att söka vidare till gymnasiet.

– Jag sökte till estetlinjen i både Nynäshamn och Tumba, men i Nynäshamn var det för få sökande det året och utbildningen lades ner. Så vi hamnade alla tre i Tumba.

Under det första året i gymnasiet träffade han en kille som då gick i trean.

– Han kom fram till mig och sa: "Tja, vill du ses och skriva en låt?". Och det gjorde vi. Det var ju lite häftigt att en äldre kille i trean ville jobba med mig förstås, säger Pontus.

De döpte sig till "Klockrent" och när den första gemensamma låten "Som om du" släpptes på Spotify fick den snabbt 150 000 lyssningar. Det gav mersmak och den nybildade duon fortsatte att träffas för att skriva egna låtar.

– Jag minns att vi satt tillsammans i en bubbelpool när vi sa att "i sommar ska vi bli signade av ett skivbolag". Och det lyckades vi bli! När skivbolaget ville släppa vår första låt igen fick den 3,5 miljoner lyssningar på Spotify, så skillnaden mellan att vara independent och signad blev tydlig. Bolaget hade de resurser och kontakter som krävdes för att nå ut stort.

Samarbetet i Klockrent pågick under fyra år, men Pontus kände att han ville vidare och göra något på egen hand. Målet var att utveckla både sitt låtskrivande och artisteri, börja göra mer på engelska och inte bara svenska. Resultatet blev att det sedan 2021 finns två varianter av Pontus, en som är låtskrivare och en som är artist.

– När jag själv står på scenen och framför egen musik gör jag det numera under artistnamnet Charlie South.

På frågan vad som är skillnaden mellan Pontus Söderman och Charlie South får han tänka efter en stund innan svaret kommer...

– Det är en bra fråga. Jag har nog skapat Charlie South för att våga visa en annan sida av mig själv. Det kan vara jobbigt att göra gigs och man är blottad när alla kollar. Då är det skönt att kunna gå in i rollen och skydda sig bakom artistnamnet. Charlie South är han som står på scenen och om något skulle gå snett är det hans fel, säger Pontus skämtsamt.

Hittills har han inte haft några spelningar i kommunen som sitt nya artist-alter ego men vill gärna ändra på det.

– Jag passar på att fiska lite efter gig och hoppas att något lokalt ställe nappar!

På senare tid är det framför allt låtskrivaren Pontus Söderman som varit mest i rampljuset. När den första del-finalen av Melodifestivalen sändes från Göteborg i början av februari var han en av upphovspersonerna som syntes i rutan. Balladen "Haunted" framfördes av blott sextonåriga stjärnskottet Rejhan och låten har Pontus skapat tillsammans med kollegorna Albin Johnsén, Mattias Andréasson och Tilde Ronia Wrigsell.

– Ända sedan jag var liten har jag haft en dröm om att få sitta där som låtskrivare i Mello och vinka in i kameran. Check på den! skrattar Pontus.

Låten hamnade till slut på en femteplats och missade därmed chansen att gå vidare till finalen på Friends arena

"Ända sedan jag var liten har jag haft en dröm om att få sitta där som låtskrivare i Mello"

i Stockholm den 11 mars. Men bara att ha fått vara med i Mello är en vinst i sig menar Pontus.

– Det var coolt och annorlunda mot vad jag hade föreställt mig. Stämningen var bra och alla var trevliga. För oss låtskrivare är det inte lika stressigt som för artisterna. Vi hängde i arenan, träffade mycket folk och chillade mest, berättar han.

Han imponerades också av den stora produktionen bakom programmet och fick med sig ett häftigt minne från när hans egen låt framfördes.

– När Rejhan gick upp på scenen lystes hela arenan upp av tusentals lampljus från publiken. Det var nice!

Äventyret har gett mersmak och han vill gärna vara med igen. Som låtskrivare absolut, men det är inte helt omöjligt att Charlie South kan dyka upp på Mello-scenen i framtiden om allt känns rätt.

– Tidigare skulle jag ha tackat nej, men nu när jag varit där och sett hur det fungerar har jag ändrat mig.

Nu har Pontus hunnit fylla 25 och bor i ett eget litet hus i Grödinge, strax utanför vår kommungräns. Han trivs på landet och det är fortfarande nära till Sorunda som han ofta besöker.

– Jag har många gamla kompisar där och min styvfarsa bor kvar. Dessutom spelar jag emellanåt handboll i Sorundas herrlag när jag hinner. Idrottsintresset finns också kvar...

Låtskrivandet fortsätter för Pontus, liksom samarbetet med teamet bakom Rejhan. Parallellt har han sedan tiden efter

gymnasiet jobbat som fritidspedagog på en skola och vet av egen erfarenhet hur viktigt det arbetet är. En person som betytt mycket för Pontus under uppväxten är Daniel Nzinga, välkänd fritidsledare i kommunen och en av medlemmarna i populära Panetoz – gruppen som gick vidare direkt till årets Mello-final från den andra deltävlingen.

– Daniel är en riktigt bra förebild! Han fanns där när vi som unga hängde på fritidsgården och har peppat mig mycket genom alla år. I samband med Mello har vi messat varandra flitigt. Jag är tacksam för hans stöd och skulle också vilja vara lika snäll och cool som han är. Önskar Daniel lycka till i finalen! avslutar Pontus glatt intervjun med en hälsning till kollegan i Panetoz.

När vi några dagar senare ska ses för fotografering till artikeln möter vi upp i Villan i Nynäshamn där Ung fritid har sina lokaler. Eftersom Pontus har berättat om hur viktiga fritidsgårdarna och ledarna har varit för honom under uppväxten så känns det som en bra miljö för plåtningen. På plats finns också en liten överraskning ska det visa sig. Daniel Nzinga skulle egentligen ha slutat sitt arbetspass för dagen men har bytt med en kollega för att kunna vara med när Pontus kommer på besök. Även om de båda hållit kontakten genom åren så har de inte träffat varandra på länge. Det blir glädjefullt återseende, med många skratt och gemensamma minnen från förr. Nu har de ju också något mer och alldeles rykande aktuellt gemensamt, så det finns förstås många erfarenheter att dela från varandras respektive Mello-upplevelse. Det märks tydligt att de båda trivs och uppskattar att mötas igen.

”Tidigare skulle jag ha tackat nej, men nu när jag varit där och sett hur det fungerar har jag ändrat mig”



Pontus och låtskrivarteamet i greenroom tillsammans med artisten Rejhan. Låten kom på femte plats i Melodifestivalens första deltävling. Årets final hålls på Friends arena i Stockholm den 11 mars.



”En person som betytt mycket för Pontus är Daniel Nzinga, välkänd fritidsledare i kommunen och en av medlemmarna i Panetoz”

Hej företagare!

**LÅT OSS HJÄLPA DIG!
– EN VÄG IN FÖR DIG SOM FÖRETAGARE**

Ingen fråga är för liten eller för stor.

Affärsidéer eller konkreta ärenden, vi ger dig helt kostnadsfri service.

Välkommen till Företagslotsen!



Nynäshamn
kommun



@anaringslivnynashamn 08-520 682 00 www.nynashamn.se/företagslotsen



MISSA INTE VÅRENS FÖRETAGARTRÄFFAR

10 mars Branschträff

Kan vi få liv i det lokala krögarnätverket?

29 mars Frukostklubben pop up

Frukost med fokus på nätverkande. Dagens värd: Bar & Burgers

22 april Näringslivets Galafest

Vi hyllar och prisar vårt lokala näringsliv

4 maj Företagarpanelen

Företagare, politiker och andra samhällsfunktioner i dialog.

NYHET

31 maj Frukostklubben pop up

Frukost med fokus på nätverkande. Dagens värd: ReShape Studio

Mer info och anmälan finns på webben.

När ni behöver en ny webbplats till

ert företag
er idrottsförening
er startup
er bostadsrättsförening

WpKit.se | Smart. Tryggt. Skalbart.



Aktuellt från Nynäshamns kommun

Hej Nynäshamn!

"Vi vill strukturera upp dokumentationen för den palliativa vården och förbättra stödet till närstående."

Camilla Fallmark, medicinskt ansvarig sjuksköterska, MAS

"Vi behöver ha en öppenhet där vi kan prata om döden. Att de äldre får framföra önskan om hur de vill ha sin sista tid."

Petra Edlund, enhetschef på Tallåsen och Lotsen

Foto: Nynäshamns kommun



Nynäshamns
kommun

"Vi måste våga prata om döden"

I kommunen pågår en satsning inom äldreomsorgen med att utveckla den palliativa vården, alltså lindrande vård och behandling inriktad på obotbara sjukdomar. En viktig del i projektet är att införa och utbilda palliativa ombud, som ska finnas på alla särskilda boenden för äldre. Syftet är att säkerställa att alla brukare ska få lika god palliativ vård.

Ombuden ska bidra till utvecklingen men även stötta och handleda sina kollegor ute i verksamheterna.

Petra Edlund är enhetschef på Tallåsens och Lotsens omsorgsboenden. Som utbildad specialistsjuksköterska inom palliativ vård brinner hon för att göra det bästa för de äldres tillvaro och liv på kommunens olika boenden.

Petra pluggade till sjuksköterska och hade då praktik på en palliativ avdelning.

– Under den perioden upplevde jag döden som skrämmande men ett intresse väcktes. Jag började reflektera över vad som skulle vara viktigt för mig inför en förestående död. Man måste få fortsätta att leva tills döden inträffar. Livet tar inte slut trots livshotande sjukdom eller ålderdom, men det förändras.

Camilla Fallmark är medicinskt ansvarig sjuksköterska, MAS. En viktig del av MAS-uppdraget är att följa upp kvaliteten och patientsäkerheten ute i verksamheterna.

– Vi följer kontinuerligt upp och utvärderar den palliativa vården, bland annat via kvalitetsindikatorer i Svenska Palliativregistret. Det har hjälpt oss att identifiera de områden där vi har störst behov av utveckling. Palliativ vård innebär ett helhetsperspektiv med syfte att öka livskvaliteten hos den svårt sjuke. Vi satsar nu på att stärka

teamet kring palliativ vård och där är utbildning och reflektion en viktig del, säger Camilla.

Bland medarbetarna finns ett stort intresse. Många tycker det känns skönt att få mer kunskap.

I det nya arbetssättet har omvårdnadspersonalen tillsammans med den legitimerade personalen regelbundna reflektionsforum. Man får dela tankar och ta emot tips från andra. Det har också införts reflektionstid på varje arbetsplats en gång i månaden. Även ett nytt reflektionsforum särskilt för den legitimerade personalen har nyligen startats.

– Det är viktigt att stanna upp och fundera på vad vi kunde ha gjort annorlunda, hur kändes en viss situation för mig. Det är bra att våga titta inåt. Det här skapar en slags ny medvetenhet upplever jag, säger Petra.

Palliativprojektet började i september och hade bland annat som mål att införa palliativa ombud och reflektionsforum.

– Att kommunen från och i år har anslutit sig till Palliativt kunskapscentrum är vi mycket glada och nöjda över. Det innebär att vi får tillgång till gedigen utbildning i palliativ vård samt hjälp med ytterligare kvalitetshöjande insatser, avslutar Camilla.



LÅNGFÄRDSTUR ÖVER HAV & SJÖ

Nynäshamn är en rik kommun för de som gillar att åka på is. Vi har havet med alla dess vikar, flera åkbara sjöar, små dammar och spolade isar. När väder och temperatur tillåter, vill säga.

Det sägs att "det finns inget dåligt väder, bara dåliga kläder". Men det finns dåliga isar! De farligt tunna, de knaggligt tråkiga, den okända bäckens utlopp, råkar och mer därtill. Det finns också helt underbara isar. Allt beror på vädergudarna. En februaridag för några år sedan minns jag mötet med spegelblank snöfri is, knappt någon vind och solsken i dagar. I år har det varit lite si och så med den saken.

Vid Gröndalsviken är det folkfest när isen ligger. Man får nästan se upp för föräldrar med barnvagn, fotografer och ett antal skridskoseglare. Varje skär tar foten längre än brukligt. Tyngdöverföringen från sida till sida är jämn och ljudet rytmiskt under skenorna. Andäktigt stilla stannar vi ibland och spanar ner mot en klar botten. Att skåda horisonten och kunna komma ända ut till Dragets kanal är magiskt när förutsättningarna finns.

Iskunskap krävs alltid. Både Frilufsfrämjandet och SSSK, Stockholms Seglarsällskap, har kurser. De är bra, liksom isdubbar, pik och livlina.

Bästa sällskapet är en person med erfarenhet och lokalkännedom. Börje Svedman har åkt på isarna sedan barnsben och tar med undertecknad en februaridag med osäkert väder. Vi stannar på den isiga lilla parkeeringen vid sjön Fjättern.

Med isdubbar nära halsen och skenor och pik i hand går vi ner till isen. Börje slår tre hårda hugg med ispiken. Inget vatten. Nu är det säkert att åka. När piken går igenom på två hugg håller isen fortfarande bra men man bör åka långsamt. Går piken igenom på ett hugg. Vänd! Vi följer strandlinjen i sydvästlig riktning.

– Åk inte bakom mig, säger Börje bestämt.

I teorin vet jag att man skall hålla avstånd. På en tur där ledaren plumsade gick även de två som låg närmast bakom i vattnet.

Nu skrinna vi jämsides. Utmed strandlinjen observerar vi platser där man ska vara extra försiktig på våren. Isen smälter snabbare vid berget på grund av att solen värmt berghällen. Tallen som

böjer sig fram skuggar isen och håller värmen. Börje pekar ut en udde där solen ofta ligger på. Ett slag med piken och vips kommer vattnet upp. Vi rundar infrysta pinnar vid en grillplats. Det är sex kilometer runt Fjättern. Vi undviker alla borrarde hål och hoppas att någon har fått gå hem därifrån med abborre eller gädda.

Vi ökar farten och lämnar skog och berg bakom oss.

Börje lyfter piken mot himlen. Vad händer?

– Där svävade en gång en kungsörn ganska länge över mitt huvud. Den kollade nog om jag var död. Klar att äta. Sådant händer ibland med rådjur som man ser på isen. Ibland har de gått ner sig och frusit fast. Det är hemskt.

Solen försvinner och himlen mörknar. Oväder på g. Vi tar in naturens skönhet innan vi sätter fart mot bilen för att åka vidare mot Karingboda och Sägen.

Här åker vi mot Nynäsvikens öppna vatten. Lite blåst och revor av snö på isen. Dålig is kräver lägre tyngdpunkt, mer böjda ben. Även armarna får ta i. Börje stannar en centimeter från öppet vatten. Inte jag.

Med medvind når vi snart bryggan. Dricker varm choklad. Mackor, apelsiner, choklad, nötter och russin ger bra energi.

Vilka är Börjes favoritminnen?

– När jag drev sportbutiken tog jag gärna en tur mot soluppgången innan jag öppnade. Och alla turer på havsis då Landsort syntes i fjärran.

Många av oss har bara plurrat under "ordnade" former på kurs och då tagit oss upp med isdubbar. Börje har alltid med såväl isdubbar som pik men har hittills inte behövt använda dem. Han har gått igenom isen rätt många gånger och då i stället ålat sig upp som en säl genom att använda armarna växelvis och skjuta på med kraftiga bentag. Hans dopp har inte varit så dramatiska eftersom han aldrig varit rädd och alltid vetat när det finns risk att plurra.

*"När jag drev
sportbutiken
tog jag gärna
en tur mot
soluppgången
innan jag
öppnade"*



Den tidigare sporthandlaren Börje slipar fortfarande skridskor vid behov.



BÖRJES LOKALA ISTIPS

I år har det varit blank fin is på insjöarna. Långsjön brukar frysa först. Den är 1,5 meter djup. Fagersjön i Sorunda fryser också tidigt. Fjättern fryser relativt jämnt och har inga strömmade partier. Muskan är mer ojämn men poppis om man bor i Ösmo. Västra Styran är fin för dem som gillar att segla på isen men tråkig att åka skridskor på. Den fryser oftast i två steg där den östra halvan gör det först. Vikarna Rassa och Grava har ofta bra is och från Grava går det då att komma ut mot Svärdsö/Oxnö och upp till Norsbol. Nynäsvikens is ligger numera inte så ofta.

**BRA INFORMATION
INFÖR ISTUREN
FINNS ATT HITTA PÅ:**

friluftsförbundet.se

sssk.se

sjoräddning.se

nynashamn.se



Börje bakom kameran på Långsjön med turkompisarna Magnus, Annika och Hasse. I utrustningen ingår ryggsäck med grenrem, ombyte av kläder i plastpåsar och livlinan korrekt satt. Alla bär ispick och isdubbar som är ett måste och mobil i vattentätt fodral. En ficklampa är också bra att ha med på utflykten.

***"En erfaren skridskoåkare
lyssnar på isen"***

Det är klokt att vara speciellt vaksam när man kommer till sund, åker ut från en vik till en fjärd där det kan antas att vattnet är djupare, om man åker under en bro eller kommer till ett ställe som kan misstänkas vara strömt. Även när man observerar någon ändring av isens färg eller annat i geografin. En erfaren skridskoåkare lyssnar också på isen för att höra hur tonen förändras under åkningen.

Ur Illustrerad Idrottsbok, publicerad redan 1888, av J.E. Cederholm:

"Vill du se naturen i dess mest imponerande högtidsdräkt, så gå ut en vacker vinterdag på ett större isbelagdt vatten tillhörande våra insjöar eller vår skärgård, och gå under sådana förhållanden att du har nöje och upphygelse af promenaden.

Gå på skridskor med öppna ögon och öppet sinne, och du skall återkomma friskare, lyckligare och bättre människa än du gick ut."

Så – ta med en vän, fram med skridskor och säkerhetsutrustning. Ge er ut på naturens is. Åk! Det har vi gjort i över hundra år. I bästa fall har Nynäsviken frusit lagom till 100% publicering. Annars får det kanske bli till nästa vinter...

Någon fiskgjuse syntes inte till under vår tur på isen men Börjes träskulpturer kan ses på Nynäshamns konsthall med vernissage den 22 april.

FOTO BÖRJE SVEDMAN



VÄLKOMMEN HEM TILL NYNÄSSAGAN

– Stockholmsområdets mest prisvärda boende

Här på Sandhamn i Nynäshamn skapas nyproducerade, yteffektiva radhus om 110 kvm i ett område med riktig bullerbykänsla. Nynässagan erbjuder ett boende i naturnära skärgårdsmiljö med låg boendekostnad.

Månadsavgiften är garanterad i hela 5 år till endast på 3 974 kr/mån.

Till köpet ingår även ett trygghetspaket med garantier, försäkringar och tillträdesskydd. Dessutom krävs inga förskottsbetalningar eller handpenning. Du som köpare behöver alltså inte ligga ute med några pengar under produktions-tiden, utan hela betalningen sker när bostaden är färdigbyggd, besiktigad och det är dags för inflyttning.

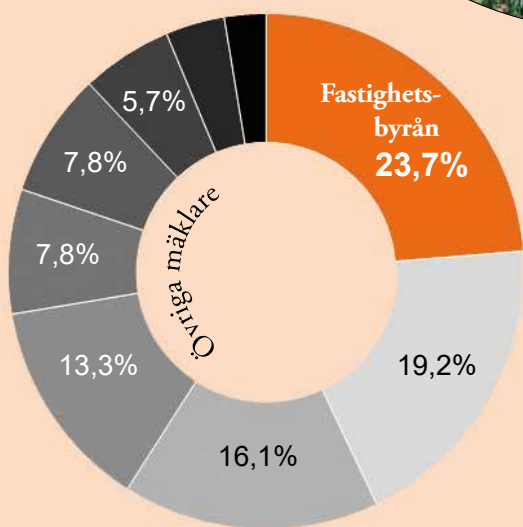
Bostädernas hjärta är de ljusa, öppna och sociala planlösningarna på entréplanet med kök, matplats och vardagsrum i ett. Köket blir mycket modernt med stor köksö samt vitvaror av hög klass. Stort fönsterparti och utgång knyter samman vardagsrummet med uteplatsen och trädgården.



Såväl området som radhusen är planerade för ett lugnt och bekymmersfritt liv som passar perfekt för barnfamiljer. Förutom generösa sällskapsytor med öppen planlösning rymmer varje bostad fyra sovrum, dubbla badrum och uteplatser åt två olika väderstreck. Husens arkitektur är stilren och anpassad till naturen omkring. Områdets egna lek- och samlingsplatser tillsammans med omgivande natur ger en lugn lekmiljö för de yngsta.

Närheten till både Hamnvikens badplats och Strandvägen med sina båtbyggor inbjuder till ett aktivt skärgårdsliv.

Kontakta oss för mer information eller läs på Storsalas projektsida: <https://nynassagan.se/>



Fastighetsbyrån störst på den lokala bostadsmarknaden 2022
– tack alla kunder för förtroendet!

Källa: Hemnet. Avser andel av försäljningar i kommunen helåret 2022.



Vi välkomnar vår nya kollega
OSKAR GULLSTRÖM
– ny koordinator och blivande mäklare



Shireen tar fasta på ramadan

Shireen Almazraawi får fortfarande uppskattande "grattis" från kunder på Coop efter att ha vunnit utmärkelsen "årets butiksmedarbetare" på näringslivsgalan i höstas.

– Jag blir jätteglad för alla gratulationer. Det betyder mycket för mig som ett steg i att fortsätta utvecklas jobbmässigt. Att få nya utmaningar gör det roligare att arbeta och jag har en jättebra chef som förstår det.

TEXT INGMARIE WASS | FOTO OLA HEDIN

F

ör drygt tjugo år sedan träffade Shireen pappan till sina barn hemma i Jordanien när han hälsade på sin familj. Han var palestinsk medborgare men bodde i Sverige. De gifte sig när Shireen var 19 år gammal och hon följde med honom till Nynäshamn.

– Jag ville börja jobba direkt. Han ägde då Skottens Livs i Hamnvik så jag lärde mig svenska genom att sitta bredvid honom i kassan. Det gick snabbare än på sfi (svenska för invandrare). Kunderna var som kompisar, de lärde mig nya ord, "vet du vad den här heter", och sedan blev jag förhörd när de kom in nästa gång.

När det var dags för familjens första barn reste Shireens mamma till Sverige för att stötta sin dotter.

– Enligt traditionen ska mamman vara med några veckor före, under förlossningen och några veckor efter tills man mår bra och klarar sig själv. Man kan ju inte hålla på och ringa sjukhuset hela tiden.

Inte bara mamma var med på förlossningen visade det sig, utan även svärmor och förstås den blivande pappan. När allt var klart och Shireen fick den lilla flickan till sig upptäckte hon att hela rummet var fullt med folk.

– "Vad gör ni här" sa jag. Att föda barn kräver ju en hel del så

jag uppfattade inte att de varit med hela tiden. När det var dags för andra barnet så sa jag ifrån, det räckte med min man.

Efter sitt andra barn bestämde hon sig för att börja bära slöja. Då var hon 31 år och det skedde helt utan tvång eller tjat från någon annan.

– Hemma styrde pappa aldrig över mig, jag har alltid fattat mina egna beslut. Slöja kom inte ens på tal. Jordanien är väldigt fritt, och muslimer och kristna lever tillsammans och respekterar varandras religioner.

Shireen ringde hem för att berätta att hon skulle börja med slöja och trodde att pappa skulle bli glad.

– Pappa bad mig bara att tänka efter ordentligt så att jag inte skulle ångra mig.

– Slöja är inget man bär ibland efter humör, som ett smycke eller klädesplagg. Börjar man så står man fast vid det. När mina döttrar velat bära slöja har jag sagt att de ska vänta och tänka efter noga först. Idag har ingen av dem slöja och jag har ingen åsikt alls om det. Det är en personlig sak.

För mindre än ett år sedan gick Shireens pappa bort i en hjärtinfarkt och han är väldigt saknad. När han åkte in akut misstogs sjukhuset smärtan för magont så det känns extra sorgligt. Mamman och hennes tre bröder bor kvar i Jordanien och Shireen åker hem och hälsar på varje år.

*"Man lär sig
mer när man är
med andra"*

"Jag har alltid fattat mina egna beslut"

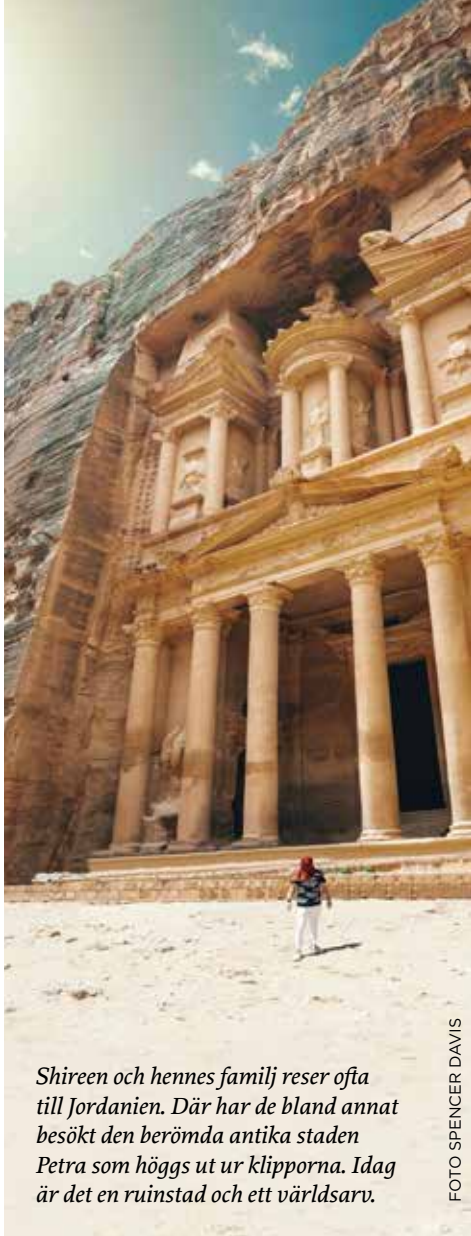


FOTO SPENCER DAVIS

Shireen och hennes familj reser ofta till Jordanien. Där har de bland annat besökt den berömda antika staden Petra som höggs ut ur klipporna. Idag är det en ruinstad och ett världsarv.

I Jordanien bar hon aldrig slöja, men nu köper hon nya varje gång hon besöker sitt gamla hemland och det brukar bli av en gång om året. Sina första slöjor fick hon skickade till sig i en stor kartong från hennes två systrar som nu bor i Qatar.

– Jag älskar att få presenter men lika mycket att ge. Mina vänner och jag kan komma överens om att köpa presenter vid vissa tillfällen, som till alla hjärtans dag eller nyår.

Shireen har tre riktigt nära vänner och de träffas ofta.

"Ibrahim undrar hur vi kan sitta fyra timmar och prata"

– Ibland hittar vi på något kul, som bowling. Vi går ofta och fikar på Müllers eller äter thaimat. Ibrahim undrar hur vi kan sitta fyra timmar och prata. Men det är ingen konst!

En tradition Shireen har med sig hemifrån är att om man beställer mat eller öppnar ett paket tuggummi så bjuder man alltid de som är med. Ingen ska vara sugen på något utan att få smaka.

– Samma sak om någon tycker att min tröja är fin eller att mascaran verkar jättebra, då säger jag "varsågod, du får den!" och jag gör det med glädje, från hjärtat.

Välkommen in och välj bland alla våra tyger, färdigsyddasgardiner & solskydd.

Vi erbjuder bl a också:

- Uppsättning gardinstänger/skenor
- Solskydd, t ex lamell- & rullgardiner
- Gardinsömnad efter dina önskemål
- Gratis konsultation och mätning
- Även lampor, pryglar & presenter

Din heminredningsbutik
Tygmans
f Tygmans Textil & Inredning



Återförsäljare av symaskiner från JANOME

Mån-fre kl 10-18 • Lördag kl 10-15
Vår butik finns på **Centralgatan 6**
nära kyrkan i Nynäshamns centrum
Tel. 08-520 109 30 • tygmans.se

Allt inom mark & anläggning!

Ring så hjälper vi dig! 076-185 22 89



**LILJEHAMMAR
ENTREPRENAD AB**
grävtjänst | mark | trädgård

10-årsjubileum för Caroline Svedbom!
Vi firar med gnistrande nyheter som kommer att släppas under hela året både i butiken och på webshopen!

RAKEL & LEA
Smycken och klockor
Centralgatan 6, Nynäshamn • Webshop: rakelochlea.se
Vardagar 10-18 • Lördagar 10-15 • 08-520 103 51 • Följ oss på

”Den 22 april firar vi att man klarat fastan med en eidfest”

De här kakorna är typiska läckerheter som man gärna festar på vid Eid. Shireen är duktig på att baka och har olika former till sina kakor.

Efter arton år skiljdes Shireen och hennes man men de är fortfarande vänner, extra viktigt när man har barn ihop poängterar Shireen. Hon började jobba lite extra på kiosken vid stationen och träffade på så sätt ägaren Ibrahim. Idag är de gifta och hon har två bonusbarn.

Shireen och Ibrahim är troende muslimer och ber fem gånger varje dag. Numera vill även döttrarna vara med och be, också det helt utan tvång.

”Vi äter frukost redan halv fyra på morgonen”

– Ramadan är en viktig månad för troende muslimer. Då ska de vuxna som är friska fasta, från solens uppgång till dess att den går ned. Det är för att träna sitt tålamod och påminnas om allt man har och tänka på hur de fattiga har det. Fastan rensar kroppen och jag blir sällan sjuk eller förkyld under fastan.

Medan vår julianska kalender styrs av solen så styrs det muslimska året av månen. Varje nymåne är början på en ny månad. Året har tolv månader men bara 354 dagar. Därför flyttas månaderna, till exempel månaden ramadan, tio dagar framåt varje år jämfört med vår kalender. I sin mobil har Shireen en kalender som dag för dag visar när man ska äta frukost, be och börja fasta liksom när man ska sluta fasta, allt utifrån solens upp- och nedgång.

– I år börjar ramadan onsdagen den 22 mars och då äter vi frukost, fäjr, redan halv fyra på morgonen. Så tidigt orkar man oftast bara få i sig ett glas mjölk och några dadlar, det ska vara ojämnt antal. Sedan är det bönetid klockan fyra innan solen går upp kvart i sex.

När solen gått ner samlas familjen åter för att be och äta tillsammans. Det finns ingen moské i Nynäshamn så bönen sker hemma, med huvudet mot Mecka.

”Det ska vara från hjärtat och frivilligt”

– Jag var bara åtta år när jag började be, ingen av mina syskon hade uttryckt någon sådan önskan när de var så små. Mina egna barn har aldrig varit tvungna att be. Det ska komma från hjärtat och vara frivilligt.

Shireen klickar på en app i sin mobil som visar i vilken riktning Mecka ligger.

– Bönen tar bara några minuter och är lite likt avslappningsövningarna i yoga. Man lägger pannan mot golvet och tömmer huvudet på all negativ energi. Jag får kontakt med Gud och kan även be om att lyckas med olika saker. Det är en fin paus.

Under ramadan lagar Shireen mycket mat, som de tidskrävande kryddiga rätterna mansaf, mandi eller kabsa*, men också kalops, spagetti med köttfärsås, köttgryta eller en smörgåstårta



som hon arrangerar som en jordansk flagga.

– Bordet blir fullt med mat till middagen, mer än vi orkar äta eftersom magsäcken krymper under fastan.

I år är sista fastedagen torsdagen den 21 april och dagen har hunnit bli nästan tre timmar längre än när fastan började. Den 22 april firas att man klarat fastan med en eidfest.

– Vi firar eid-dagen hemma och dagen efter tillsammans med kompisar. Ett tag hyrde vi en lokal och alla tog med sig varsin maträtt. I Jordanien var huset fullt med folk från morgon till kväll.

Det visar sig att Shireen även är en duktig bagare. I Jordanien har hon köpt vackra former till speciella kakor som hon bakar till eid.



– Bordet blir fullt med mat till middagen, mer än vi orkar äta eftersom magsäcken krymper under fastan, säger Shireen.



SHIREENS BABA GANOSH Aubergineröra

2 stora auberginer
En kruka persilja
2-3 vitlöksklyfter
4 msk tahini
1 tomat
1 gurka
salt
1 chili
1/2 glas naturell yoghurt



Grilla auberginerna i ugnen på 220° tills de är mjuka.

Skala dem och lägg i en skål tills de svalnar.

Mixa chili, persilja och vitlök i mixer tills allt blir fint hackat.

Häll mixen över auberginerna och mosa ihop allt med en gaffel.

Tillsätt tahini och salt.

Hacka tomat och gurka smått, blanda i.

Tillsätt lite olivolja på toppen vid servering.

** Mansaf – Jordaniens nationalrätt som står på Unescos kulturarvslista. Det är lamm kokt i yoghurt med massor av kryddor, bland annat kardemumma, kanel och gurkmeja. Serveras med ris samt friterade mandel och pinjenötter. Bland andra har SVT ett recept, svt.se/recept/mansaf-arabisk-lammgryta-1*

Chicken mandi – en festlig rätt med ugnsbakad kyckling, saffran, chili, massor av andra kryddor samt rökt ris. Man ställer en skål med olja i riset, lägger i ett glödande kol och täcker allt noga med folie och handduk. Det är en festrätt som tar lite tid att tillaga. Ett recept finns på zeinaskitchen.se/mandi

Kabsa – Shireen gör med kyckling men den kan också göras på lamm med massor av kikärter, lök och vitlök. Zeinas kitchen har ett recept med lamm: zeinaskitchen.se/kabsa. Kabsa med kyckling: daliasfood.se/kabsa-med-kyckling



Under fastemånaden ramadan äter man inget så länge solen är uppe, men när solen gått ner lagar man ofta mycket mat och goda desserter. Här är en av de desserter Shireen brukar göra.

Hon har gått en konditorkurs och bakar även svenska klassiker.

Att studera och lära sig nya saker har alltid varit en stark drivkraft. Hon har läst en tvåårig yrkesutbildning i logistik och när barnen var små försökte hon plugga ekonomi.

– Då får inget bli fel och man behöver lugn och ro. Det fungerade ju inte med två små barn, så jag bestämde mig för att sätta barnen först och avbröt studierna.

På Coop har hon fått ett allt större ansvar. Hon har gått interna utbildningar och förbutiken med post och spel är hennes ansvar liksom butikens schemaläggning. För ett år sedan var det meningen att hon skulle gå en kurs i marknadsföring och ledarskap på Campus Nynäshamn. Det var hennes chef Niklas,

som hade hittat den.

– Just när kursen skulle börja hörde de av sig och sa att den var inställd. Jag blev otroligt ledsen och besviken.

Nu hoppas Shireen att det ska dyka upp en ny utbildningschans på Campus.

– Det spelar ingen roll om det blir redovisning, marknadsföring eller ledarskap, allt är lika roligt. Niklas har lovat att hålla ögonen öppna om det kommer en ny kurs.

– En gång tänkte jag att vi kanske skulle flytta tillbaka till Jordanien. Men nu skulle jag aldrig kunna lämna barnen. Jag får satsa på mitt drömjobb här i stället.



*”När lamningen
börjar så har vi
fullt upp”*

DRÖMMAR OM LANTLIV UPPFYLLS PÅ

HOLMVRETENS GÅRD

TEXT & FOTO SOLVEIG SIGRIDSDOTTER TÖRNBLOM

Många drömmer om en egen gård med djur och lantliv. Ganska många lyckas också förverkliga sina drömmar, men för systrarna Liisa och Lotta Johansson Tulonen gick det till på ett väldigt speciellt sätt när de tog över gården som de längtat till länge.



Det är som en saga, men den är alldeles sann. Som barn tillbringade Liisa och hennes syster Lotta somrarna på Holmvretens gård i norra Sorunda. Familjen hade sommarstuga där och systrarnas liv kretsade kring djur och framför allt hästar. Holmvretens gård ägdes av Orvar, som var känd i trakten.

– Orvar var litet av ett original, och väldigt snäll. Han lät oss vara hos honom och hjälpa till och när vi fick våra ponnyer så kunde de gå här på Holmvreten för att beta, berättar Liisa.

I fårhuset står omkring 30 tackor och idisslar i godan ro. Några ligger i den gula, fluffiga halmen och njuter. Ute är det grått och ruggigt men om någon vecka börjar lamningen. Så gott som alla får har namn och de är som hundar som kommer fram och hälsar, tigger kel och kanske godis.

– När lamningen börjar så har vi fullt upp under en månads tid och syrrans sambo brukar säga att 'nu börjar separationsmånaden' för han ser knappt röken av Lotta under lamningstiden, säger Liisa och skrattar.

”Orvar hade talat vitt och brett om att flickorna skulle få ärva gården”

Men lät oss börja med hur gården blev deras. Som barn fick flickorna en ponny som stod uppstallad i Kolartorp i Handen. Familjen bodde i Handen, men spenderade så gott som all fritid på Holmvretens gård. I ett utpressningsförsök sa föräldrarna en dag till flickorna, att om ni flyttar med till Holmvreten permanent så får ni en ponny till. Det var inget snack om saken. En ponny till blev det, och ett liv på landet. Orvar var deras bästa vän, och han började tala om att när han dog skulle flickorna få ta över gården. Men när Orvar, som inte hade några nära anhöriga, plötsligt gick bort så fanns inget testamente skrivet. Kvarlåtenskapen skulle gå till Allmänna

arvsfonden. Orvar hade dock talat vitt och brett om att flickorna skulle få ärva gården, så omkring 40 personer intygade att gården var systrarnas. Det blev en lång process.



Kvalitet behöver inte vara dyrt!



Vi hjälper Er med begravning och familjejuridik.

Vi erbjuder begravningar från 9 500 kr.

Kostnadsfria hembesök.

Även fri rådgivning av Livsdokument.



Nynäshamns Begravningsbyrå

Heimdalsvägen 6, Nynäshamn – 08-520 205 15
www.nynashamnsbegravning.se

coop

Matbutiken mitt i centrum

ÖPPET 8-21 ALLA DAGAR

Välkommen önskar
Niklas Tyni med personal!



SPARA PÅ ETT HELT KÖP!

Klipp ut och ta med kupongen så får du

5% RABATT

vid ett köptillfälle av varor för minst 300:-

Gäller hos Coop i Nynäshamns Centrum t o m 31/3 2023, ej tidningar, tobak, spel, läkemedel, sortiment i förbutiken.





Liisa och Lotta riskerade att förlora sitt älskade Holmvreten på grund av att Allmänna arvsfonden inte behåller egendom som behöver underhållas. Men i Orvars dödsbo fanns en tavla målad av en rysk konstnär.

– Jag minns inte vad konstnären hette, säger Liisa.

Men tavlan såldes av Allmänna arvsfonden på auktion och den inbringade 1,8 miljoner kronor. På så sätt kunde gården underhållas under tiden som arvsfrågan utreddes. En dag när Liisa var på väg hem i sin bil så ringer advokaten de anlitat. Det hade då gått åtta år sedan Orvar gick bort. ”Det är klart! Gården är er!” sa advokaten.

– Jag höll på att köra av vägen och tårarna bara sprutade! berättar Liisa.

I dag driver hon, hennes sambo Micke och systemen Lotta gården med hästinackorderingar och fåravel som huvudverksamhet. Micke och Lotta har även arbeten på annat håll, medan Liisa tillbringar sina arbetsdagar på gården.

Ligger inte Holmvreten lite avlägset för att ha inackorderade hästar?

– Nej, svarar Liisa. Det är ston som ska föla och unghästar så hästägarna är bara här ibland och hälsar på sina älsklingar.

Lammen som föds lagom till påsk kommer till hösten att slaktas och lammlådorna från Holmvretens gård går åt som smör i solsken.

– Vi säljer slut på direkten, både till privatpersoner, en gårdsbutik och till en köttbod.

Ladugården är godkänd för 120 får, men så många tror Liisa inte att det kommer att bli. Det är mycket arbete och passning med lamningar.

– Vi har våra 30 idag och kanske kan det bli 70 i framtiden.



Micke, Lotta och Liisa poserar med några av gården djur. Hästen Casper är 26 år och född på gården. Likaså fåret Gun-Britt och tiken Bojan, som förhoppningsvis är dräktig och sitter intill mamma Dagny. Lewis längst till höger.

FOTO PRIVAT

Vi vill också ha lite höns, kanske grisar så småningom och de 14 hästar som vi har idag är lagom, säger Liisa.

– Det är viktigt att bygga upp verksamheten långsamt så att man orkar och hinner med.

När vi står och tittar på stona som snart ska börja föla, så ser Liisa ut över hagen och konstaterar:

– Jag lever min dröm!





*"Vi vill också ha lite höns,
kanske grisar så småningom"*



HAMMERSTA
FASTIGHETER AB

Lokaler uthyres i Ösmo och Nynäshamn

Älby ind. omr. Karminspinnarvägen 2



Verkstadslokal på
120 kvm i markplan,
takhöjd 2,90 m.
Bra uppställningsytor

Kalvö ind. omr. Teknikervägen 1



Lokal på 215 kvm
120 kvm i markplan och
95 kvm övervåning.
Övervåningen är oinredd,
möjlighet att hyresgäst-
anpassa.

Ring för mer information

Tel. 08-409 310 00

www.hammersta.se



Påsk i Rökeriet

Sillar, Kallrökt & Gravad lax, Röding & Regnbåge
Löjrom, Forellrom, Skagenröra, Laxröra, Västerbottenpaj,
Pate', Lax & Räkcheesecake,
Laxrullar & Ostar



Förbeställ gärna dina varor till Påsk!
Senast Tisdag den 4/4 18:00
08 - 520 100 23 / val 1

Förbeställda varor kan hämtas i Kökeriet
Torsdag 08:30-11:30
Fredag 08:30-11:30

www.nynasrokeri.se



Varmt välkomna till Fiskehamnen i Nynäshamn

JACQUELINES TRENDSPANING VÅREN 2023

Namn: Jacqueline Tamm Lundell

Yrke: Inredare och färgsättare

Driver Inredningsföretaget JTL interior
och jobbar som färgsättare på Nordsjö
ide & design

Instagram: @jtlinterior @ekebyhome



-ETT SPÄNNANDE ÅR FRAMFÖR OSS!

Jag blir glad när jag tittar på de stiltrender som förutspås falla oss i smaken under 2023. I en allt oroligare värld längtar vi efter glädje och trygghet. Om vi stannar upp och ser oss omkring upplever vi just nu mer färgglädje, mjuka former och naturmaterial. Det är som att vi alla fått nog av det grå och dystra som påminner oss om svåra tider. Nu vill vi utmana oss själva med mer färg, ljus och form. Vi omger oss med det som får oss att le och må bra.

Under min trendspaning i några av Nynäs-
hamns butiker hittade jag tydliga tecken på
just detta. Häng med!

Två vägar

Två vägar syns tydligt stilmässigt just nu. Den ena är trygg, varm och avskalad. Vi omger oss av naturnära kulörer och material. Noga utvalda och hållbara produkter. Minimalistiskt och med en känsla av frihet.

Den andra stilen är mer färgglad, fylld av hopp, lekfull med material som färgat glas och högblanka snickerier. Blandade former och mönster på dekor, tapet och textil.

Färg & form

Den naturnära stilen med jordnära, naturliga färger och material som vi vant oss se de senaste åren fortsätter även 2023. Men stilen utvecklas. Vi kan nu välja mer färg i våra kulörer och ännu mera form. Beige och gråa kulörer blir nu mer rosa eller bruna. Vågiga och mjuka böljande former kommer på både möbler och dekor.

Samma är det med våra kläder, de tigha jeansen byts nu ut mot mer rymliga och avslappnade vardagsplagg. Men vi fortsätter att välja klädesplagg som är tidlösa och hållbara.

Som motpol till den naturnära stilen kommer nu en, låt oss säga nygammal trend, som verkligen inte är rädd för att sticka ut. Kulörer som utmanar oss och talar till våra känslor. Rosa möter rött och matta ytor möter blanka. Blå kulörer matchas med gröna toner. Vi ser även ljusa pasteller blandade med färgstarka detaljer. Mer mönster på tapet och textil som verkligen tar för sig i rummen. En trend inspirerad av 70- och 80-tal med inslag av 90-tal. Dessa nya färgkombinationer som dyker upp kan väcka blandade känslor. Vi är kanske inte riktigt redo ännu att måla om hemmets väggar i regnbågens alla färger, men jag ser att fler väljer kulörer och material från hjärtat och hur valen får just dem att känna. Vi tillåter oss att sticka ut och vi är stolta över våra personliga stilar. Precis som det ska vara.



FÄRGGLATT,
MÖNSTRAT
OCH BLANKA
YTOR



BEKVÄMA OCH
TIDLÖSA PLAGG





JACQUELINES
TRENDSPANING
VÅREN 2023



NATURNÄRA,
VARMA TONER OCH
MJUKA FORMER



Vad handlar vi?

Vi väljer produkter som vi blir glada av. Det kan vara olika texturer vi kan känna, kulörer som får oss att le, dofter som ger oss minnen eller något vi längtat efter. Vi har varit mer krävande och medvetna konsumenter under ett bra tag nu. Vi vill ha närproducerat och väljer kvalitet. Men kvalitet kostar och därför ser vi nu en ökad konsumtion av återbrukade möbler och kläder. Medvetenheten ökar och vi tar hand om det som finns. Kreativiteten har vaknat till liv igen! Vi lagar, bygger om och förnyar. Väljer kvalitet före kvantitet. Hantverk och unika föremål står högt på önskelistan just nu! Kanske är det detta år du lär dig ett nytt hantverk själv?

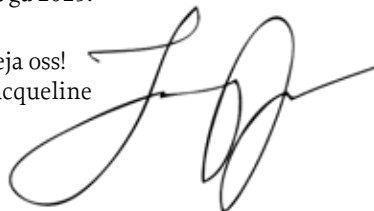
Loppisfynd att leta efter just nu

Färgglada glasvaser och glasföremål är riktigt poppis just nu. Du kan även hitta unika föremål som du sätter din personliga stil på. Måla om eller spraya föremål i en glad färg och placera dem stolt på hyllan.

Det är trendigt att inte vara trendig

Att hoppa på det senaste som alla andra har är helt fel 2023. Detta är så pass stort att det blivit en trend i sig. En trend som innebär att du går din egen väg och vågar sticka ut. Du hittar dig själv och speglar just det du mår bra av i din hemmamiljö och stil. Detta känns som en bra utveckling och helt rätt väg att gå 2023.

Heja oss!
/Jacqueline



INKÖPSSTÄLLEN:
400 kvadrat
Grönväxtriket
Hemtex
Jeansbolaget
Lindex
Nordsjö Idé & design
Rappes
Taralets Coffee
Tygmans
Vintagevrån

FOTO VINTAGEVRÅN ELIN HÖGLIND
ÖVRIGA FOTO JACQUELINE TAMM LUNDELL



HANDLA VINTAGE
OCH PÅ LOPPIS FÖR
UNIKA FÖREMÅL





En

SOLSKENS- HISTORIA

som började i mörker för Tintin

Sedan Tintin Schultz var liten har hon längtat efter att bli stor och få sköta sig själv, "jag gör det bättre än mamma". Idag är hon själv mamma och efter en rörig uppväxt har hon byggt upp en tillvaro som passar henne perfekt. Livet har äntligen blivit bra.

TEXT & FOTO INGMARIE WASS



"Jag tog studenten men inte med högskolekompetens. Det tog mig flera år att läsa in den på Komvux"



Tintin Schultz är utbildad solenergitekniker. Vägen till ett bra jobb och ett ordnat liv har varit lång. Att hon nu befinner sig på en bra plats i livet med sin lilla dotter kan hon tacka sin målmedvetenhet och kämparglöd för.

Tintin är öppen och har lätt att formulera sig. Hennes bruna ögon är varma och hon har nära till ett leende. Men historien hon berättar börjar i svart.

– Jag var bara tre år när mina föräldrar skiljde sig. Pappa flyttade till Blekinge och jag hälsade på vissa helger och lov. Mamma och jag bodde kvar i Malmö och det blev inte så bra. Hon har alltid brottats med psykiska problem.

Mamman klädde henne i hippiekläder och saronger, och kanske var det därför hon blev mobbad i skolan. Därför bestämde mamman att de skulle flytta utomlands.

– Vi flyttade till Kalifornien när jag var tolv år. Mamma gifte sig ett par gånger och hade jobb av och till. Vi flyttade runt hela tiden, ännu mer än när vi bodde i Sverige.

”Hade vi några rutiner alls, åt vi middag?”

– Mamma var spontan kan man säga och vi hade en tuff relation som har påverkat mitt liv. Jag tampas med minnesluckor och försöker komma ihåg, hade vi några rutiner alls, åt vi middag? Det har varit svårt.

När Tintin fyllde arton tvingades de flytta tillbaka till Sverige eftersom hon var vuxen men saknade greencard.

– Först bodde vi hos min morbror och hans fru. Hon visade mig runt och när hon öppnade badrumsskåpet och jag såg massa tamponger tog jag direkt en hel näve och stoppade i fickan, van som jag var att det alltid var brist på allt.

För att få svenskt examensbevis var hon tvungen att gå om gymnasiet.

– Jag visste ingenting om hur svenska gymnasiet fungerade, ”välj vad du vill” sa de, och jag valde naturvetenskap och samhällsvetenskap.

De flyttade igen, nu till Tintins mormor och morfar i Ösmo. Mamman drog inte jämnt med dem men Tintin trivdes. Av misstag råkade mamman nämna att det inte var hennes biologiska morfar.

– Det har varit så många hemligheter. Nu har jag börjat släktforska och gjorde ett DNA-test förra året.

Mammans psykiska hälsa blev sämre efter flytten tillbaka och ledde till ett missbruk. Allt som pågick hemma gjorde det svårt för Tintin att koncentrera sig på skolarbetet.

– Jag tog studenten men inte med högskolekompetens. Det tog mig flera år att läsa in den på Komvux.

Under tiden arbetade hon, bland annat i en livsmedelsbutik där hon fick ett allt större ansvar. Hennes mamma träffade en flera år yngre man och flyttade till Trollhättan. År 2010 träffade Tintin pappan till sin dotter och de flyttade ihop. En dag ringde mammans pojkvän från sjukhuset och berättade att mamman hade gått bort.

– Trots allt så är det chockartat att förlora en förälder och Stella var bara tre månader. Men på tåget till Trollhättan kände jag mig plötsligt fri, för första gången i livet. Fri från mamma men också lättad av att komma hemifrån. Jag insåg att jag behövde vara ensam i mina tankar och känslor för att hitta tillbaka till mig själv.



Tintin är utbildad solenergitekniker. När hon fick jobbet som kundrådgivare på IBC Solar tog hon med anställningskontraktet till en lägenhetsvisning. Äntligen fick hon ett förstahandskontrakt mitt i Nynäshamn.

I somras tatuerade Linnea på Nynäshamns Tatuering in maskrosor på Tintins arm som en påminnelse om att hon är en överlevare, ett maskrosbarn.

”Det kunde gått riktigt illa för Tintin men hon är en överlevare, ett maskrosbarn”

Efter begravning och separation från sambon flyttade Tintin till sin pappa i Blekinge.

– Jag har alltid haft bra kontakt med pappa. Dessutom har jag fått två små systrar som är nio och elva år och ju är mostrar till Stella som är fem, och de älskar henne.

I samband med bouppteckningen hittade hon också namn och adress till sin biologiska morfar som bodde med sin fru i Malmö.

– Stella och jag har hälsat på dem och de oss. De är så taggade att hälsa på oss igen.

Efter ett halvår i Blekinge flyttade Tintin tillbaka och fick bo hos en kompis i Västerhaninge tills Stellas farfar lånade ut en tom lägenhet ett tag.

– Jag började beta av skulder från åren som sammanboende. Skulderna jag dragit på mig var mycket till följd av vår gemensamma ekonomi under de sju år vi bodde ihop, och de gav mig prickar hos Kronofogden. På grund av det kunde jag inte få ett

förstahandskontrakt utan Stella och jag fick till slut tag i en liten andrahandslägenhet.

För Tintin är det viktigt att bli expert på det hon gör. Hon vill ha kontroll och avskyr slarv. Så när hon hamnade i en butik utan ordning eller chef som brydde sig blev hon utbränd och sjukskriven i tre månader.

– Jag hamnade hos en jättebra kurator via vårdcentralen som fick mig att inse att jag inte kunde jobba kvar. Eftersom jag hade lagt in om en månads semester så kunde jag gå på dagen.

– Allt det här fick mig att tänka på hur jag och andra fungerade. Ett tag funderade jag på att bli psykolog. En kompis säger att det är som om jag gått igenom AA:s alla steg och nu vill hjälpa andra. Men jag insåg att jag nog skulle ta med mig jobbet hem och att det skulle bli tungt.

Hon utbildade sig istället till barnskötare eftersom det täckte hennes gymnasiebehov och hon var intresserad av att lära sig mer om barn.

– Jag lärde mig mycket som i sin tur hjälpt mig som mamma. Men jag är mer analytiskt lagd och kände att jag ville jobba med teknik. Som tur är pratade jag med Marie i receptionen på Campus, hon är jättebra. Hon tipsade om en kurs som då var ny, till solenergitekniker. Jag sprang direkt en trappa ner och anmälde mig som första elev.

”Hon pluggade, jobbade och tog körkort samtidigt som hon var ensamstående mamma”

Uppväxten har gjort Tintin osäker på sig själv men samtidigt har hon fått ett starkt driv att ta sig framåt. Med Stella blev det drivet ”gångar två”. Hon pluggade, jobbade och tog körkort samtidigt som hon var ensamstående mamma.

– Min ”styvmorfar” betalade mitt körkort och övningskörde med mig. Vi har en mycket nära kontakt och pratas vid två gånger per dag.

Tintin trivdes med utbildningen på Campus i Nynäshamn, som är tvåårig med en blandning av teori och praktik.

– Jag fick lära mig processen med att etablera solenergianläggningar. Allt från projektledning och rådgivning till ellära och installation, och att göra lönsamhetsberäkningar. Jag sög i mig allt.

De var sjutton från starten men bara fyra som tog examen och Tintin var en av dem. Efterfrågan på solenergi gör att man är mer eller mindre garanterad jobb. Hon fick ett deltidsjobb som administratör på sin första praktikplats hos en elinstallationsfirma, men värvades snart över till Solkompaniet/IBC Solar. Tintin stortrivs som kundrådgivare och hennes nätverk växer. Hon hjälper kunder med tekniska frågor samt att byta ut olika produkter i deras ordrar. Företaget är grossist, levererar material och hjälper installatörer i branschen på olika vis.

– Här jobbar också en av tjejerna från utbildningen som blivit en av mina närmsta vänner. Hon bor nära mig och har en dotter som brukar leka med Stella. En kille från kursen som jobbar som installatör har också blivit en nära vän. Så två av tre som tog examen med mig är nu viktiga personer i mitt liv.

– Efterfrågan på solceller bara ökar. Vi arbetar med företag och fastighetsägare som vill ha solceller på taken och med större parker där solcellerna installeras på marken.

När hon hade fått heltidsanställning och skulle titta på en lägenhet som hon köat till tog hon med sig anställningskontraktet och fick den.

– Det är en stor trea på över 70 kvadrat, en halv minut från förskolan. Jag tycker om att ha fint hemma och har bunkrat ett litet lager av saker, inget får ta slut. Det kommer från min uppväxt då det var brist på allt.

Om sin resa till att bli vuxen och äntligen få sköta sig själv säger Tintin:

– Allt kaos och trauma har gjort mig till den jag är idag. Jag har en eld inombords som driver mig och som gett mig ett lyckligt liv. Efter att ha flyttat runt hela min uppväxt ser jag Nynäshamn som min hemstad. Här har jag bott i femton år och känner alla.

– Allt har gått bra, jag har haft flyt och Stella är en trygg liten tjej. Jag har lärt mig att vara observant på hur jag mår, för jag om någon vet hur viktigt det är, inte bara för mig utan också för Stella. Hon kommer alltid i första hand.

Visst finns vi i Nynäshamn!



Sedan 2019 finns vi även i Nynäshamn.

Vi kan ta hand om allt som rör dödsfallet – rådgivning, juridik, försäkringar, blommor och naturligtvis själva begravningen.

Vi finns på Fredsgränd 2B, mitt i Nynäshamns centrum, där du möts av **Maria Hallström-Ullmann.**

Läs mer på www.ignis.se



Auktoriserad av Sveriges Begravningsbyråers Förbund

Nynäshamn
IGNIS
Begravningsbyråer



Fredsgränd 2B, 08-673 83 38

Allt till hemmet!

Hos Elon hittar du ett noga utvalt sortiment för hemmet, med fokus på personlig service och rådgivning. Varmt välkommen hem till oss.



Vitvaror, hemelektronik värmepumpar & kök

Gå in på www.elon.se för att se hela vårt sortiment

Elon Nynäshamn

Telivägen 2, 149 41 Nynäshamn
mån-fre 10-19, lör 10-16, sön 11-16
08-524 006 50, nynashamn@elon.se

elon
elon Ljud & Bild

I Amalias fotspår

Det är tidig vintergryning i februari när dimman motvilligt släpper taget om mig och försvinner i en tyst suck upp i trädtopparna.

Efter sig lämnar hon illmarigt droppar av is i varje gren, som för att påminna de nyvakna om att hon varit på besök. Älvorna dansar tystare och tystare vidare över fälten och skogarna, vättarna kryper ner under jorden och vårdar dagen på sitt eget lilla vis.

Snart tittar solen fram och jag skymtar koltrasten som lugnt strosar runt i snön och plirar på mig med sin pigga blick.

Liksom ”välkommen lilla gubben till den här dagen”.

Jag plirar illmarigt tillbaka och försöker se finurlig ut där jag står vid krutkällan på Käringboda.

Hur man nu gör det.

Ser finurlig ut, alltså?

Med mig har jag min DD hammock med tarp och helt nya ridgelines att spänna mellan träden. Det är en slags hängmatta med myggnätstak, kan man säga. Som en kokong, liksom.

En av de knepigare sakerna att lösa är underlaget. Har funderat på en fårskinnsfäll men inte kommit dit än, så jag har flätat ihop två underlag som jag kompletterar med en underblanket för säkerhets skull. Det ska nog räcka för att stå emot den värsta kylan under en natt i skogen.

Är förväntansfullt nyfiken på min nya bushbox, en slags grill, som jag kanske tänker prova att elda med kottar i ikväll.

Blir nog min mullegryta som ju naturligtvis är en oslagbar gourmetmiddag i sammanhanget.

Recept?

No way.

Tusenkonstnären och livsnjutaren Niklas Liljehammar delar med sig av sina betraktelser som krönikör i 100% Nynäshamn.

Färden går förbi Vinsberget, eller som det förr benämndes – Vindsberget, bort mot torpet där de som en gång skötte den optiska telegrafens bodde.

Jag reser min hammock och ja, man får klättra lite för att få till tarpen, men det är det värt.

Efter en dag fylld av vandringar, i vad som ibland kanske mest är ett tafatt försök att hitta alla platser jag läser om, så kryper jag upp i hammocken med pannlampa och några böcker.

Först så är det viktigast att landa och att låta tystnaden och lugnet omfamna en.

Och liksom känna efter hur de kan ha känt sig då, de som bodde här i trakten.

Det hjälper förstås att jag har en ny och helt grym sovsäck i dun som klarar riktigt bitiga nätter.

Den har jag fått av någon som inte gärna vill att jag fryser ihjäl, och det är ju ganska omtänksamt faktiskt.

Sedan kommer böckerna fram.

Och pannlampan.

Historierna är otaliga och fantasieggande om telegrafens med de två besvärliga sönerna Westman och deras bravader på Käringboda. Den som slutar med att de en dag blir omhändertagna av länsman och med all sannolikhet får skjuts med iltransport till någon låst enhet.

Men det jag fastnar för just denna kväll efter ett evigt rotande är en notis, eller en artikel skriven av en viss Kalle på Mon. Här ber jag om ursäkt om jag är lite luddig men jag försöker lägga ihop två och två utifrån de fakta jag har och får fram.

Artikeln är skriven ungefär 1954 och skribenten berättar att han minns tillbaka till ett möte för länge sedan, precis vid det torp där min hammock nu hänger.

Eller snarare resterna av det torp som en gång stod här.

Kalle på Mon refererar till ett minne som i artikeln ligger fyrtio till femtio år tillbaka i tiden och då torde vi således befinna oss vid sekelskiftet ungefär.

Den optiska telegrafens var i bruk fram till 1876, så ungefär tjugofem år har alltså passerat från att den lades ned fram till den dagen han vandrar förbi torpet.

Han ser förvånat att det kommer rök ur skorstenen i det obebodda torpet, så han går fram och knackar på. Men ingen öppnar.

Den nyfikne skribenten börjar höra sig för bland de boende arrendatorerna i bygden och får så småningom napp; jodå det ryktas om att det bor en lite underlig kvinna i torpet.

Så han bestämmer sig för att smyga sig dit och ligga på lur ett tag för att sedan möta henne när hon dyker upp.



Här blinkar min pannlampa plötsligt till och slocknar och jag svär tyst för mig själv där jag dinglar ovan mark, kliver ur, byter batterier och tar ett varv där jag försöker bygga upp scenariot framför mig innan jag kryper ned igen och fortsätter läsa...

Texten berättar vidare att plötsligt så står hon där, den mystiska torparkvinnan. Kalle stormar lite för bryskt fram och blir inte särskilt vänligt bemött, men när hon förstår att han inte är där för att ta torpet ifrån henne så mjuknar hon något. De bygger med tiden upp en vänskap som först för henne till gårdarna runt omkring som piga och som så småningom leder till att hon får ett skapligt välbärgat liv i Stockholm där hon långt senare avslutar sina dagar, 83 år gammal den nionde maj 1943.

Här har jag fått god hjälp av en fin och mycket kunnig vän med faktakoll.

Det är bra med fina vänner här i livet.

När hon senare berättar om sin tid i torpet, och här gör jag en lång och mycket spännande historia kort, så säger hon bland annat att hon inte kunnat ta av sig skorna på tjugofyra år eftersom hennes fötter sväller och att hon vanligtvis sov i öppna spisen.

Det här med skorna tolkar jag som en sanning med modifikation. Vad händer till exempel med tånaglarna då? Men vem är jag att döma...

Amalia Westman eldade med pinnar hon hittade och levde på det som skogen gav.

Hennes far och bröder beskrivs i vissa texter som "överintelligenta på gränsen till vansinne" och hon var kanske den av dem som kom undan bäst med hälsan i behåll.

Jag hör rådjuren skälla i vinternatten och försöker sätta mig in i hur hon kände sig här på samma plats, ensam om natten.

Detta måste jag lära mig mer om, läsa mer om och utforska.

Men inte nu, tänker jag, släcker lampan och drar den underbara sovsäcken i dun runt kinderna och blundar.

Ber att få återkomma i ämnet, säger jag högt innan sömnen omfamnar mig.

Och skogen.

Och drömmarna...





Hej företagare

SAVE THE DATE

Notera den 22 april i din kalender

Då samlar vi medarbetare, kunder och vänner till årets höjdpunkt för alla företag i Nynäshamns kommun för att hylla 2022 års nominerade och vinnare på

Näringslivets Galafest

Håll utkik – Biljettsläpp inom kort!

Läs mer på: naringslivetsgalafest.se

Följ gärna Facebooksidan @naringslivetsgalafest och var först med att se de nominerade när de presenteras.





Nynäshamn
kommun

företagarna
NYNÄSHAMN

STADSKÄRNE
FÖRENINGEN
NYNÄSHAMN

Nynäshamns Posten

FILM ÄR BÄST PÅ VÅGEN

TEXT & FOTO NICLAS AXELSON



FOTO TAMELLES ESSPOSITA

Det är något speciellt med att stiga in i biosalongens nedtonade ljus, slå sig ned i den mjuka fåtöljen och luta sig tillbaka. Sitta där och lyssna till ljudet av prasslande godispapper och höra det svaga sorlet från en förväntansfull publik. Salongen släcks ner och föreställningen kan börja. Det är nog helt riktigt som man brukar säga - att "film är bäst på bio".

På Vågen i Nynäshamn har det visats film sedan 1974. Det var då som kommunens nybyggda Folkets Hus slog upp portarna och den första av många kommande filmvisningar hade sin premiär i den sprillans nya bio- och teatersalongen. I Nynäshamn har det funnits flera biografer genom åren, förutom Vågen också klassiker som Grand och Viktoria. Filmvisningarna i det gamla Folkets Hus på Nynäsvägen, nuvarande Kulturskolan, upphörde i samband med att den nya anläggningen öppnade på Stadshusplatsen. Det är nu alltså snart förflutit 50 år sedan dess...

Lika länge har inte biografmaskinisten Mikael "Micke" Persson varit med. Bara nästan. Han började sin lärlingsplats som 14-åring och sedan dess har det rullat på kan man säga. Det blev ett avbrott och karriärbyte under några år, men filmens värld lockade honom tillbaka och nu sköter han ruljangsen av bion tillsammans med kollegan Stefan Hjort.

– Det har hänt mycket sedan jag började köra projektorer med 35-millimetersfilm, säger Micke.

Digitaliseringen har påverkat både jobbet som biografmaskinist och upplevelsen för publiken. Och trots såväl allt större bildskärmar som bättre ljudkvalitet hemma i vardagsrummen kan det inte mäta sig med vad bion har att erbjuda.

– Film ska ses på bio, upprepar Micke.

Nu har Folkets Hus och Bio Vågen tagit ytterligare ett kliv in i den allra senaste teknikens värld. Mitt under en filmvisning i juni i fjol slocknade projektorn totalt och gick inte att reparera. Ledningen för den ekonomiska föreningen som driver Folkets Hus tog då beslut om att investera i en helt ny projektor för att kunna fortsätta köra film på Vågen. Leveranstiden visade sig dock vara lång och under flera månader stod Nynäshamn utan sin biograf. Men på juldagen hade den nya projektorn äntligen installerats och för första gången på ett halvår visades åter film på salongens vita duk. Och det märks tydligt att tekniken har

uppgrederats, inte bara för filmnördar som våra biografmaskinister utan även för publiken på plats.

– Den som kraschade var en 2K-projektor med xenonlampa. Den nya är en 4K med laser som ger skarpare bild och ett helt annat ljusfält på duken. Tillsammans med det fantastiska 7.1-ljudet vi har i salongen ger det en wow-känsla som måste upplevas! säger Micke.

Han tillägger att det inte är så många biografer i landet som har den här utrustningen ännu och att Vågen nu kan stoltsera med att tillhöra toppskiktet i branschen.

– Vi har fått fin respons från besökarna som varit här och många har noterat skillnaden, säger kollegan Stefan.

Smakar det så kostar det också. För föreningen Folkets Hus landar investeringen av den nya projektorn på runt 900 000 kronor, så nu vill det till att Nynäshamnarna ska fylla salongens närmare 300 röda stolar och vilja gå mer på bio för att se film.

– Vi har satsat rejält för att kunna fortsätta med biovisningar i stan och nu hoppas vi förstås att publiken strömmar till, säger en hoppfull Annelie Ohlsson som är verksamhetschef på Folkets Hus.

Under mars visas sex filmer för allmänheten på Vågen, bland andra familjematinén *Helt super* den 12/3 klockan 15.00, actionfilmen *John Wick – Chapter 4* den 22/3 klockan 19.00, romantiska komedin *Maybe I do* den 24/3 klockan 19.00 och det franska dramat *Linjen* den 29/3 klockan 18.00.

– Eftersom det var oklart när projektorn skulle levereras kunde vi inte boka in vårens livesända operaföreställningar som tidigare varit så populära, men förhoppningsvis kan de återkomma till hösten. Det skulle bli en riktig höjdare med den nya utrustningen, avslutar Micke.

MER PÅ GÅNG

Mer information och ännu fler evenemang hittar du i Nynäshamns kommuns besökscenters evenemangskalender, nynashamn.se/uppleva/evenemang, och förstås även i många av reportagen som kommer med 100% Nynäshamn. *Reservation för ändringar.*



11/3 Knutar och spökeri med Alfons Åberg klockan 15.00 i Nynäshamns Folkets hus. Dramatisering för barn c:a 2 till 9 år. Arr: Comedy Art Theatre. Biljettköp.

13/3 Seniordans på Folkets hus i Nynäshamn klockan 12.00 till 16.00 med DJ som spelar dansvänliga låtar. Även 27/3, 3/4, 24/4.

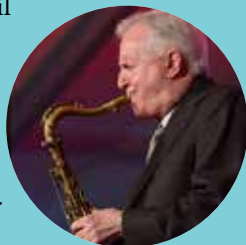
14/3 Författarbesök av Mats Jonsson – aktuell med Augustprisonominerade serieromanen "När vi var samer". Klockan 18.30 med fritt inträde i Nynäshamns bibliotek. Den 21/3 besök av poeten Gunnar Harding.

21/3 Lunchakademin om Carolina, Wilhelmina, Josefine, Ted Rosvall, släktforskare och tv-profil, berättar en svindlande historia om den kvinnliga slaktaren från Motala klockan 13.00-14.00 på Konstpoolen. Fri entré.

23/3 Sagostund för barn mellan 4 och 6 år på Sorunda bibliotek. Andrea och Anders spelar och berättar om "Mästerkatten i stövlar" från klockan 09.30. Föränmälan.

26/3 Orgelkonsert i Nynäshamns kyrka klockan 16.00. "Credo in unum Deum" med Eskil Lindbäck vid orgeln. Fri entré.

29/3 Scott Hamilton och Jan Lundgren Quartett spelar svängig jazz i världsklass på Folkets hus i Nynäshamn klockan 19.00-21.00. Biljettförsäljning från klockan 18.00. Under 20 år fri entré. Arr: JIN.



1/4 Biggo Music Band med "A Tribute to Jerry Williams" på Sverigeturné kommer nu till Folkets hus i Nynäshamn. En hyllningskonsert till "Jerka" som börjar klockan 19.00. Biljettköp.

8/4 Påskeevenemang för hela familjen i Nynäshamns centrum på påskafton klockan 10.00-13.00 med Stadskärneföreningen.

Med oss får ni tid över för annat!

Ditt lokala städföretag sedan 1989

Vi utför städ- och byggtjänster för företag, bostadsrättsföreningar, offentliga miljöer, hem och hushåll i Nynäshamn med omnejd.

Pålitlig, professionell, kvalitet & service. Miljövänliga produkter utan kemikalier. Välkommen att kontakta oss för offert!

CALTAN AB

Teknikervägen 1, Nynäshamn

Tel. 08-520 270 61 www.stadningnynashamn.se



Cancer berör alla!

Välkommen till workshop om den sjukvårdsregionala cancerplanen 2024–2027

Regionalt cancercentrum Stockholm Gotland har i uppdrag att utveckla cancervården med patienten och närstående i centrum. Därför bjuder vi in patienter, närstående och andra intresserade till ett samtal om den framtida cancervården och vad vi gemensamt kan göra för att minska risken för cancer.

Varmt välkommen att delta!

Anmäl dig idag!

Datum: Tisdagen den 18 april

Tid: Kl. 18.00-20.00

Plats: 7A Odenplan
Norrtullsgatan 6, Stockholm

Anmälan: Via länk i QR-koden senast den 10 april



Vi bjuder på kaffe & smörgås.

Om du inte har möjlighet att komma får du gärna lämna dina synpunkter till:
<https://cancercentrum.se/stockholm-gotland/om-oss/formular/synpunkter-rcp-28-april/>

Besök gärna vår webbplats:
www.cancercentrum.se/stockholm-gotland



Välkommen till Sorunda församling

Församlingen med kyrkan mitt i byn!



Foto: Anki Ekblom

Påskhelgen i Sorunda församling

Skärtorsdag 6 april i Sorunda kyrka:
Kl 18.00 Skärtorsdagsmessa

Långfredag 7 april i Gudbykyrkan:
Kl 11.00 Ekumenisk långfredagsgudstjänst

Påskdagen 9 april i Sorunda kyrka:
Kl 11.00 Påskdagsmessa, Sorunda kyrkokör medverkar

Annandag påsk 10 april:
Kl 13.00 Pilgrimsvandring med start vid Sorunda kyrka
Hjärtligt välkomna!

Se vår hemsida för mer information: www.sorundakyrka.se

Svenska kyrkan



SORUNDA FÖRSAMLING

Koppla av med ett Vår vinterkryss till toner av fågelsång

Lös gärna

vårt korsord när du får en stund över. Eller våra sudoku, genom att placera ut siffrorna 1-9 på spelrådet så att varje siffra bara finns en gång per rad, en gång per kolumn och dessutom bara en gång per större ruta.

Facit på förra numrets klurigheter hittar du här bredvid. Lösningar till denna utgåvas korsord och sudoku publiceras i kommande nummer av 100% Nynäshamn, som då även finns tillgängligt på 100nynashamn.se



										EN TJOCK ÄR BRED ÖVER RYGGEN	RAKNAS EJ TILL FINKUL- TUREN	ÄR EN SLAT FIGUR	DUB- BELT ÄR DET EN FLUGA	ÄR LAGAD PÅ NOBELMIDDAG PÅ ETT UNGEFAR	KNOP- KILLE	DET ÄR EN LAND- TUNGA	DIMPER EN DEL SOM MAN DUMPAR		
										ÄR SNÖ- DROPPAR MEN EJ ISROSÖR									
										ÄR SVOR- DOM I DOM									
										DET SES I STALL SALT- MÄNGD				FISK I DISK HAR O- SKYLDIGA					
												OPOLERAD DE ÄR KALLA PERIODER				GÅR GÅR LIKA BRA			
										ÄR UPP- MÄRK- SAMHET I TV				NYHETER I KON- CENTRAT	FÖRE FINA FÄLGEN				
										TYCKER NOG EN SPRÄTT ATT HAN HAR	GLASSAR HOPPAR MELLAN MÅL								
										SOM KORT IBLAND			STOR- GRÄTA TAPPA HÖJD						
										GJORDE KÄNSKE FUGKBYGGE IHOP?	TIM- BUKTU BLAND VÄNNER	UNDER SJÖMAN SCEN- SNACK	GÖR VÄRRE VÄRRE	LEVER PÅ SIN SKUTA	VÄLJA FÖR EN POST	TA SIG FRAM I PÅ SJÖN	GRA OCH DYSTER	KILLE MED KOMPLEX SMÅTT	
																		SPELAN- VISNING	
										SER MAN SÄLLAN							TID MED SÄRDRAG ÄTA SUPE		
										HAR EN RÖKARE				PLAGO- RIS LADY PÅ SCEN		TILLSLAG HAN- DELS- PLÅTTER			
											SÄGEN BILDAR NÄT I STAD				KAN VÄNNAD SIG	VANLIG KOD FYRA I LEKEN		KNIXADE VANLIGT MÅL I BANGKOK	LER- FÅGEL (MEN EJ DUVA)
										ÄR EN FOT LÅNG ULLIGT GÄRN				NÅGOT MAN BARA FICK FÖR SIG	TYDLIG SLANT I STIAN				
										GETT RABATT	SILVER INTE ALLS SOM FÖRUT		BRUKAS I ROCK RÖPA KOM IGEN		FLUOR PÅ BIL I TOKYO	BESITTA MED DEN TANDES LADDNING	EFTER JAN	SÄGS VISS UNGKARL VARA	
												MER ÄN ETT INTRESSE SLADD		KRAF- TIGA		ENKELT CAFÉ SMÅS SÄLLSKAP			
										HÖRS MED HEJ I AVSKED	KAN MAN KAFFÉ I PETTER		FYORD LAM- BRUSCO		BYGG- NADS- MINNET BARR			BRUKAR SÄTTET SINNET	
										KAN FÖR- HANDLING VAR HÄLSAD				VIRKE	HAR EN VÄR- DERAD ROM	GULD- FLÖDE FÖLJER TU	BESTOD AV TVÅ PAR FLICKA		
												OVIKTIG VIKT GÖR GUL GULARE			DEL AV PERSON- NUMMER LOTT		RIKT- NING STICKA TILL		
										SJÖ I BADE USA OCH KANADA		YTTER- PLAGG GAMMALT SPEL			TA HJÄLP AV PROFFS PACINO				
										STUDIE- ÅVBROT			BILDAS LÄTT VID RÖTT		KRONO- LOGISKT ORDNADE NOTISER				
										MINDRE STORLEK		RENLEV- NADS- MAN- NISKOR		GÖR DE SOM GÅR TILL URNORNA		FLYGA- REN I FÄRG		SVANTE DREJENSTAM	

SUDOKU LÄTT

4				6			1
	1	9	3		6		
8		3	1		9		7
				7	8	5	
		6	4		8		2
2		7					3
7	4	5		9		1	
	2	8		3	1		4
			5	8			

MEDEL

		9			3			2
						8		
4				6	7			5
9				4			6	
		5					1	3
	3			5	2			
	8				1			
			2			4		
							9	

SVÅRT

			6		7		9	
						5		
7	9		8				4	
	7	3			4	2		
							8	1
4				5		9		
		1		9				
			4	3				
2	5				1			



HÄR FÄRDIGT PÅ HÖGA BERGET
GORÖS CON-SKAT
R
MAGER MARK
DET BRUKAR GALLAS BOKET
LJUDER IGEN

ÄR TIVALS-SPRÄKIG BÖLMAT
ÄR BÖRTA SÖG DET LÄGGES PÅ KAN-DIDAT
DEL AV STYCKE
LEGERING SOM RÖTER

ÄR BÖRTA SÖG DET LÄGGES PÅ KAN-DIDAT
DEL AV STYCKE
LEGERING SOM RÖTER

LASSAL-TARE FEM-SIG
BO-STADS-SORT
FRANSISK GATA
KOM-MER TILL OSS OM NATTEN
B
KVINNO-FÄRT VISA RINGET
KLUBB FÖR BEKVÄRE KAN FIK
T
GRUND-LIG MENDA
SKAR I SKAR-GÅRD

H**U****V****U****D****S****Y****S****E****L****S****Ä****T****L**

KAN FÄRMA-NÄ OM PAKET
ATLANT-GRANT
TILLTA-LAR
KARLAR UT NYTT
C
GUOT LOCK ANDRE
GAM-MALT FÄRVAL
INDEL-BOK BEFÄRER FÄRTA

A**V****I****E****R****S****M****Ä****S****A****K****T****Ö****A**

V**A****L****Ö****S****T****E****R****P****E****N****N****A****K****Y****S****K****E****R**

L**A****M****T****K****A****R****P****H****I****R****S****A****L****N****G****O****M****R****O****K****V****A****V****K****A**

A**G****N****A****T****L****Ä****R****R****A****S****T****V****A****R****S****J****O****B****B****A****D****P****L****A****T****S****K****A**

A**S****S****A****S****O****R****L****A****A****L****G****E****R****A****R****O****M****Ä****L**

Till nästa nummer är våren här igen

När vi är tillbaka med nästa nummer av 100% Nynashamn har påsken precis passerat och på tur står Valborg, Kristi himmelfärd och pingsthelgen. Förhoppningsvis har våren anlänt på riktigt då vi ses vecka 15 i april.

Tidigare utgåvor finns i vårt digitala arkiv på www.100nynashamn.se.



LÄTT

7	9	2	6	1	5	4	3	8
4	3	5	2	7	8	6	9	1
1	6	8	4	3	9	7	5	2
3	7	9	8	4	1	5	2	6
2	4	1	9	5	6	8	7	3
8	5	6	7	2	3	9	1	4
6	8	7	3	9	2	1	4	5
9	1	3	5	8	4	2	6	7
5	2	4	1	6	7	3	8	9

MEDEL

2	4	5	7	9	3	6	1	8
7	9	8	1	2	6	3	4	5
1	6	3	4	8	5	9	2	7
5	2	9	6	3	4	7	8	1
6	7	4	9	1	8	2	5	3
8	3	1	2	5	7	4	6	9
3	5	7	8	6	2	1	9	4
4	1	2	5	7	9	8	3	6
9	8	6	3	4	1	5	7	2

SVÅRT

8	7	1	9	2	4	5	6	3
5	6	3	1	7	8	9	2	4
2	9	4	5	6	3	1	8	7
4	2	7	6	1	9	8	3	5
1	5	6	3	8	2	7	4	9
3	8	9	7	4	5	2	1	6
9	3	8	2	5	6	4	7	1
7	4	5	8	3	1	6	9	2
6	1	2	4	9	7	3	5	8

FÖRRA NUMRETS LÖSNING

Ny adress för ditt hår!

Nu har vi flyttat in i fina lokaler i det nybyggda huset på Idunvägen 38, alldeles intill Gröndalsvikens station.

Vi önskar såväl våra gamla som nya kunder varmt välkomna till oss!



Tuula Forsius
073-747 23 65



Josipa Kaurinovic
070-755 97 61



Öppet: Måndag-fredag kl 10-17, lördag ojämna veckor kl 11-15 eller efter ö k. Boka din tid nu - drop in i mån av lediga tider.

ANSÖK NU

- Automationstekniker
- Behandlingspedagog
- Bryggeritekniker
- Grundlärare med inriktning fritidshem
- Marintekniker
- Solenergitekniker
- Trädgårdsmästare



campusnynashamn.se