

Skultuna Bladet

Skultuna, Haraker/Svanå och Romfartuna

Ansvarig utgivare: Elisabet Sannesjö • 021-470 99 00 • info@skultunabladet.se • www.skultunabladet.se

Nr 4 • Onsdag 28 februari, vecka 9 Årgång 51 • 2018

Nästa nummer onsdag 14 mars

Annonsbokningar & material inlämnas senast fredag 9 mars kl. 12



eldabrutiken

Kaminhuset Eldabrutiken Västerås
Björnsålgatan 13 Hålsjö | 021-208 44
Må-Frö 10-18 Lör 10-14 | vestera@eldabrutiken.se

Vi säljer, monterar
och renoverar
skorstenar
och kaminer

Vi utför även
mur- och
putsarbeten

**El-INSTALLATIONER
& SERVICE AB**
— 076-800 55 07 —

Vi utför alla slags elinstallationer och
ombyggnationer. Felsökning och service.
Välkommen att höra av dig!
Conny

Elinstallationer & Service i Västerås AB
Prästgårdsgatan 94, 726 30 Skultuna
E-post: elinstallationerochserviceab@gmail.com

SKULTUNA LAGÄRN
LAGÄR'N du, de du, sen duu...

Dagens Lunch 85 kr
Sallad, bröd, kaffe och kaka ingår

För utkörning av lunchlådor,
beställ före kl. 09.00

Öppet kl 11.00 - 14.00
måndag - fredag

Tel: 070-497 20 27 www.skultunalagarn.se Se även menyn på gastrogate.se

Vecka 9 Onsdag 28/2 Pytt i panna med ägg och rödbetor
Torsdag 1/3 Ärtsoppa, pannkaka & sylt, Altasagne
Fredag 2/3 Kotlettrad, stekt potatis och äppelcidarsås
Vecka 10 Måndag 5/3 Pannbiff, potatis, sås och lingonsylt
Tisdag 6/3 Raggmunk med fläsk och lingon
Onsdag 7/3 Fisk i ugnen med potatismos
Torsdag 8/3 Ärtsoppa m. pannkaka alt kalkonbröst m.
potatissallad
Fredag 9/3 Porterstek, m. stekt potatis, sås och gele
Vecka 11 Måndag 12/3 La'gärns pasta
Tisdag 13/3 Raggmunk med fläsk och lingon
Onsdag 14/3 Kålpudding med potatis, sås och lingon

Vi lagar all mat från grunden. Välkommen till bords!



Fuktutredning/avfuktning

Rivning och sanering

Skadejour

072-888 40 40

www.ocab.se

Sådärja! Det blev så som önskats, ett snörikt sportlov i år. Så pass snörikt att man för ovanlighetens skull får transportera bort snö inom Vasaloppsområdet istället för att både köra dit snö och tillverka den. Vi får ta in nästa positiva förväntan nu: Med så här mycket snö borde det bli en fin vår med smältvatten och allt vad därtill hör! Så fort kylan släpper sitt grepp om kommundelen är det också dags för oss att ta in annonser i "bladet" om vår egen verksamhet med blommor, jord och trädgård i Aros Handelshus.

I förra numrets kåseri välkomnade Linda Engström och Kent Åström både minnen om gamla snickeriet i Broarna och idéer och förslag på verksamhet som kan passa i det gamla huset. Däremot kom aldrig några kontaktuppgifter med. Här kommer deras e-postadresser: linda.engstrom@live.se och kent@aroshembio.com

Kåsör i detta nummer är en kvinna som är relativt ny i sitt uppdrag här. Hon är v.d. för Skultuna Induflex och du kan läsa mer om detta i den företagspresentation som finns längre fram i bladet. Hon är för mig en ny och positiv bekantskap med fötterna i en humanistiskt grundsyn och målmedvetenhet. Med glädje i blicken framhåller hon verksamheten och sina medarbetare. Jag ger mig sjutton på att hon har en lämplig nivå av envishet också, vilket kan komma väl till pass! Välkommen Pernilla Janze, nu är ordet ditt!

Elisabet Sannesjö
ansvarig utgivare

MINNEN

Det bästa med minnen är att skapa dom. Det står det i en kalender jag har hemma. Det är ju ofta sant, men minnen kan ju vara av alla de slag – och de kan ligga där gömda och "försvunna" men så påminns du av någon anledning och även små händelser dyker upp i huvudet som tydliga bilder.

För mig dök två minnen som legat i dvala upp när jag började jobba i Skultuna för ett halvår sedan:

Mitt första minne från Skultuna är från min egen barndom och är ur många aspekter vagt – av mässingsbruksbesöket minns jag inget och inte heller glassen som sådan. Men, att min mormor som i vanliga fall höll sig till att ge oss barnbarn sur vinbärssaft och hemmatornade äppelskivor nu bjöd på glass glömmar jag inte. Med perspektiv på vad livet kan innebära så inser man ändå att där och då var det en stor händelse. När minnet dök upp kunde jag helt plötsligt tydligt se hennes sträva ansiktsuttryck men varma ögon när hon kom med glasspåsen. Minns inte, men jag hoppas jag gav henne en kram.

Nästa minne sker mer än 30 år senare på badet. Den där typen av minnen man vill vara utan och som är så starkt att varje sekund finns fastsatt sekvens för sekvens – som bilder och i varje cell i kroppen. Bilden av den 4-åriga dottern som med sina puffärmar skuttar ut från hopptornet efter sin äldre bror. Hur kunde hon vara där – hon var ju vid min sida alldeles, alldeles nyss. Paniken som infinner sig. Hur han kommer upp till ytan – bredvid hennes puffärmar. Och evigheter senare – hon. Hon flaxade sig upp ur poolen med röd mage men sprudlande nöjd att gjort som sin bror. Varje dag när jag åker förbi badet kommer bilderna och känslan tillbaka.

Skultuna betyder numer många andra saker än dessa gamla minnen för mig. Jag har lärt känna en verksamhet med imponerande historia och många härliga och skickliga medarbetare. Jag hoppas ni läser reportaget längre fram i detta nummer om vårt företag. Tycker det är en verksamhet Skultuna ska vara stolta över att ha i sitt samhälle. Jag har under min korta period här på orten fått kontakt med Kommunalförvaltningen och Skultunabladet, besökt Mässingsbruket, Brukshotellet och Skultuna La'gårn.

Jag tänker fortsätta lära känna det samhälle där vår verksamhet finns. Sitter ni på något guldgruva så ge mig gärna tips – som kompensation kan ni få tips på vad som finns i min hemort Enköping.

När ni läser detta har jag skapat nya minnen "på annan ort". Hoppas på nya härliga minnen. Maken, dottern och jag är på väg på skidresa. Hoppas på tre underbara skiddagar i Frankrike.

Pernilla Janze



NU händer det i Skultuna!



Musik Quiz

med DJ Staffan 3 mars -kl 18:00

Kan du mycket om musik? Eller vill du lära? Det här är kvällen då du får en nostalgitripp i musikens värld.

DJ Staffan gästar oss och spelar både modern och tidigare musik. Njut kvällen i vänners lag med god musik och smakfull biff-middag!

Endast förbokning!

295 kr
per person
inkl. middag

Mordmysteriet 17 mars

Du deltar i mord-dramat Premiärfesten. Det gäller att samla så mycket information som möjligt för att kunna lista ut vem mördaren är. Kvällen leds av professionella instruktörer som har roller i dramat.

- Trerätters middag inklusive kaffe
- En roll i mysteriet
- En oförglömlig och spännande kväll

795 kr
per person



Endast förbokning

After Work

Fredag 2 mars kl: 16-19

Kvällens erbjudande:

BIFF m/kryddsmör och rödvinsås serveras med klyftpotatis & Norrlands Guld 0,4

150 kr

Lunch

Mån-Fre kl 11.30-14 Lör kl 12-15

Stor Lunchbuffé (4-5 rätter) med salladbuffé, dryck, kaffe och kaka

från **99 kr**



5 rätters Avsmakningsmeny 28 april

Vi gästas av kocken Daniel Fischer som har komponerat ihop en helt fantastisk avsmakningsmeny! Missa inte tillfället att återigen komma och njuta vacker Bruksmiljö och en härlig genomtänkt meny!

- Femrätters avsmakningsmeny
- Nya fantastiska smaker
- Gästspel av Daniel Fischer

Endast förbokning

695 kr
per person





VÄSTERÅS STAD
Skultuna kommunalförvaltning

PRESENTATION AV FÖRETAG I KOMMUNDELEN

Skultuna kommunalförvaltning och Skultunabladet
startade i nr 2 av detta blad ett samarbete för att

presentera flera företag i kommundelen. Först ut var Gislerud Carpets. Nu är det dags för vår andra presentation!

Skultuna Bladet

Skultuna Induflex

Skultuna Flexible AB

Induflex BV

Skultuna Flexible ligger inom området Östra Verken i Skultuna medan Induflex BV är lokaliserat i Belgien. Ny v.d. för Skultuna Induflex sedan ett halvår tillbaka i tiden är Pernilla Janze. Från ett förflutet i bl.a. ABB och SSAB antog hon utmaningen att leda verksamheten, med målet att förena de båda bolagen till ett, där de kan bli varandras hävstång i den fortsatta utvecklingen. Efter några tunga år har man lämnat 2017 med goda resultat och blickar framåt. Företaget har verksamhet i Sverige, Belgien och Kina, men har sina kunder över hela världen och inom skilda branscher. Genom att kombinera och laminera material som papper, kartong, plastfilmer och metalliska folier skapar man ett näst intill oändligt antal flexibla laminat. Årsomsättningen 2017 var knappt 200 miljoner kronor. Antalet anställda är 62 varav drygt hälften jobbar i Skultuna. Av dessa bor 50 % i Skultuna, vilket är både en glädje och en tillgång för orten.



Marcus Lundgren



Andreas Pettersson och Benny Eldstål



Del av en gigantisk lamineringsmaskin

När jag besökte företaget fick jag ta del av deras stolta bild av historien som startar redan med Karl IX, framtidstron och engagemanget tillsammans med medarbetarna. Två duktiga maskinoperatörer skötte guidningen och gav mig en inblick i verksamheten. En av dem, Marcus Lundgren, är relativt ny på företaget. Han kommer från ICA-lagret i Västerås och är särskilt glad över att ha fått flera barndomskamrater som nya arbetskamrater. Christer Jonasson har jobbat här i 15 år och har följt företaget genom ägarbyten, dalar & toppar och han arbetar flexibelt med det mesta i industriverksamheten.



På vägen stötte vi ihop med Kenneth Lönnelid som är skärare och som berättade om sin del i verksamheten.

Tack för det intressanta besöket! Var rädda om er humor, kamratskap och goda kunskap.

Jag lämnade ett företag med duktiga medarbetare som har anledning att vara stolta över sin v.d. och en v.d. som har anledning att vara stolt över sina medarbetare.

Elisabet Sannesjö



Christer Jonasson



SKULTUNA IS

Västeråsvägen 33 726 31 Skultuna
Telefon: 076-945 76 76

e-post: kansli@skultunais.se www.skultunais.se

SIS höll ordinarie årsmöte måndag 19 februari kl. 18.00

Den nya styrelsen för föreningen är:
Michael Hellberg (ordförande), Matilda Sundgren,
Ricard Stahre, Thomas Gislerud, Lars Stegnell,
Sara Eklund, Daniel Watkinson, Gabriel Jansson
Robert Eklund, Rickard Söderlund och Filippa
Gislerud.

Valberedningen består av:
Fredrik Råms, Daniel Stahre och Lennart Svensson

→ Extrainsatt årsmöte ←

Onsdag 7 mars kl. 18.00

på kansliet

Paragraferna 7, 8, 9 och 11
kommer att behandlas.

Välkomna!

Vi ses i SIS på idrottsvis!



Harakers Maskinservice

Skråmsta Telefon 021 - 711 08

Filial till Svennes Vitvaror i Västerås
- nu även butik i Skråmsta

Service & Reparationer
av bilar och motorgräsklippare
Försäljning av våra produkter
- nya och begagnade -
som t.ex. vitvaror, jordfräsar
åkgäsklippare, handklippare.
Vi säljer även däck och du kan
boka tid för däckbyten m.m.

Öppet: Vardagar kl. 07.00 - 16.00

Vi ses i våra lokaler på
Skråmsta Industriområde!
Välkomna! Svenne



Frisör & Shop

Välkommen
till hela familjens frisör!
Rose-Marie Alm

Centrumhuset
Tel: 755 30

Gilla oss på Facebook!
www.salongadamocheva.se

Ring så "grusar" vi din väg!



Broberget Bergtäkt AB

Skultuna 021-180 500

Lasses Däck & Motor

Skråmsta, 070-380 88 75

Service och reparationer
av bilar och småmaskiner

Gå in våren med "Malin"

En mycket omtyckt
sko av äkta skinn,
urtagbara innesulor
(som kan bytas
mot egna inlägg)

och
kardborreknäppning

Finns i färgerna
svart och lattebeige

Pris: 1 495 kr

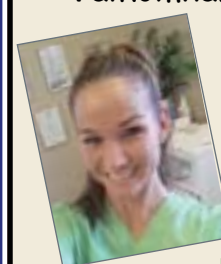
Välkomna!



Sophie Söderqvist
Dipl. Medicinsk fotvårdsspecialist
Diabetesutbildad. Utbildad undersköterska



Mobil: 0735 - 45 45 03



Besöksadress:
Skultuna Messingsbruk. Ingång: "Textilen", 1tr.
Hemsida: www.fotvardsklinik.se

Svenska kyrkan



Marlagården, Karl IX:s väg 4, Skultuna, Tel: 021-81 46 00

Skultuna - Romfartuna - Maraker

Måndag 28/02 i Marlagården, Skultuna

14.00 Skultuna kyrkliga arbetsmöte
Penella Olsson

Måndag 28/02 i Skultuna kyrka

18.45 Skultuna kyrkkör, övning

Torsdag 1/03 i Marlagården, Skultuna

9.30-11.15 Skultuna-rytmik

Måndag 4/03 i Marlagården, Skultuna

17.00 Marlagårdstjänst

Måndag 4/03 i Marlagården, Skultuna

18.45 Skultuna Vokalsammanslagning, övning

Måndag 8/03 i Marlagården, Skultuna

09.30 Markskolans
15-17 Måltid
18.00 Yoga. För er som vill lära sig mer om yoga

021-820 24 77 / pariskultursamfundet.se

Måndag 8/03 i Romfartuna kyrka

18.00 Romfartuna kyrkkör, övning

Tisdag 9/03 i Marlagården, Skultuna

10.00 Mixturen, övning
15-21 After school & ungdomskväll
18.00 Måltid, Maria Agsten Högskola

Måndag 12/03 i Maraker, Skultuna

14.00 Romfartuna kyrka
Penella Olsson, Kirstina Anette Andersson

Måndag 12/03 i Marlagården, Skultuna

15.30-17.30 Torslövskolan, frukt, pyssel & sång
18.00-19.00 Söndagskväll, frukt & sång
18.45 Skultuna kyrkkör, övning

Torsdag 20/03 i Marlagården, Skultuna

14.00 Vardagspastörtjänst
18.30 Vaxenpyssel

Torsdag 20/03 i Skultuna kyrka

18.30 Marakerkören, övning

Måndag 14/03 i Romfartuna kyrka

11.00 Gudstjänst med måltid

Måndag 18/03 i Marlagården, Skultuna

09.30 Markskolans
12.00 Skolplan
15-17 Måltid
18.00 Yoga. För er som vill lära sig mer om yoga

Måndag 18/03 i Romfartuna kyrka

18.00 Romfartuna kyrkkör, övning

Tisdag 19/03 i Marlagården, Skultuna

10.00 Mixturen, övning
15-21 After school & ungdomskväll
18.00 Måltid, Maria Agsten Högskola

Tisdag 19/03 på Skultuna, Skultuna

14.00 Gudstjänst

Måndag 24/03 i Marlagården, Skultuna

14.00 Skultuna kyrkliga arbetsmöte,
Kajsa Bengt
15.30-17.30 Torslövskolan, frukt, pyssel & sång
18.00-19.00 Söndagskväll, frukt & sång
18.45 Skultuna kyrkkör, övning

Måndag 24/03 i Marlagården, Skultuna

14.00 Maraker kyrkliga arbetsmöte
Maria Högskola, Kirstina Bengt Andersson

Torsdag 1/04 i Marlagården, Skultuna

9.30-11.15 Skultuna-rytmik

Torsdag 1/04 i Skultuna kyrka

18.30 Marakerkören, övning

Måndag 18/03 i Marlagården, Skultuna

15-21 Konfirmandkväll

Måndag 18/03 i Marlagården, Skultuna

11.00 Marlagårdstjänst

SKULTUNA-RYTMIK

Torsdag 1/3, 15/3
kl 9.30-11.15 i
MARIAGÅRDEN



i samarbete med
Skultuna Parföretag

"När ljuset väver"
MARIAGÅRDSTJÄNST
Söndag 4/3 kl 17 i
SKULTUNA KYRKA

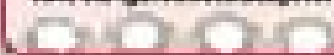
Skultuna kyrkkör
Gullis Lindberg: muller
Maria Agsten Högskola: prät

VÄRDENSTJÄNST

Torsdag 8/3 kl 18.30 i
MARIAGÅRDEN

Stäm och prova något
nytt eller ta med
dig något eget.
Vi får under kvällen.

Allt till självkostnadspris



MARIAGÅRDSTJÄNST

Torsdag 8/3 kl 14 i
MARIAGÅRDEN

"Skultunas tre damer"

Lena Liljegren: tvärför
Kerstin Persson: cello
Gullis Lindberg: piano
Kajsa Bengt: prät

Kyrkko

GUDSTJÄNST MED MÅLTID

Söndag 11/3 kl 11 i
ROMFARTUNA KYRKA

Måltid: Winternprät muller
Kajsa Bengt: prät

GUDSTJÄNST

Tisdag 13/3 kl 14 på
VALLONEN

Penella Olsson : diakon
Gullis Lindberg: muller
Kajsa Bengt: prät

Kyrkko

MARIAGÅRDSTJÄNST

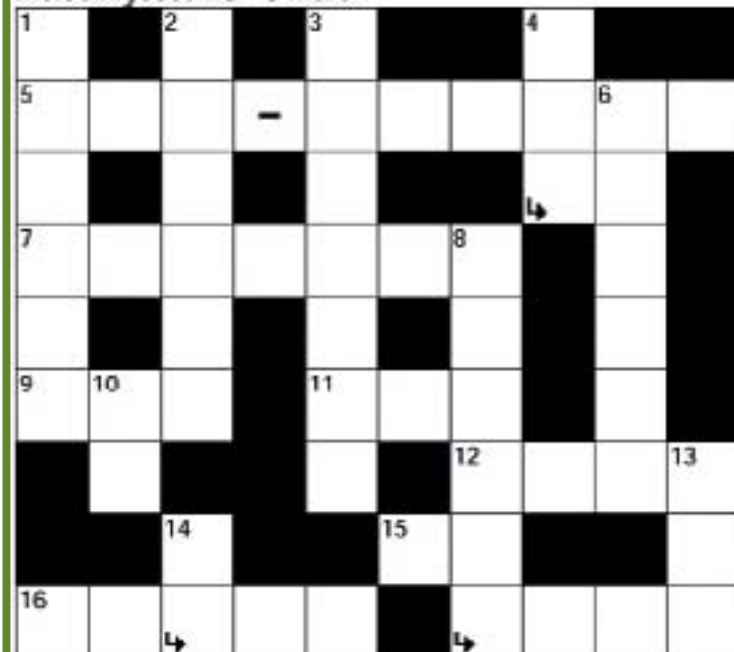
Söndag 16/3 kl 11 i
MARIAGÅRDEN

Mixturen
Gullis Lindberg: muller
Maria Agsten Högskola: prät



VÄLKOMMEN TILL NORRBO FÖRSAMLING - EN DEL AV SVENSKA KYRKAN VÄSTERÅS

Melodikrysset v.9 - 3 mars



Melodikrysset lördag kl. 10.00 i P4. Lösningen ska vara inne senast onsdag i nästa vecka.

Adress: Melodikrysset, Sveriges Radio P4, 109 12 Stockholm

Numm:

Adress:

Postadress:



NJUT AV SVANÅ BRUK OCH SÄTERI



Bokning av bröllop och fest 2018 och 2019 är i full gång för såväl det lilla som för det stora sällskapet

Hos oss finns lokaler av olika karaktär och storlek!

Vi visar och berättar gärna om Herrgården, Mejeriet, Isladan och Ladan.

Välkommen att kontakta oss!

FÖR BOKNING OCH INFORMATION: telefon 0700 06 46 80 eller bokning@svana.se

shÅppen, Butik för Återanvändning

Krongjutarvägen 16 Skultuna centrum

Välkommen till vår secondhand butik shÅppen

Öppet tider:

Måndag - onsdag kl. 10.00 - 14:30. Torsdagar kl. 10.00 - 18.00

Lunchstängt kl. 11:30 - 12:00

Återvinningsboden:

Tack alla som skänker massor av fina saker så som porslin, kläder möbler mm.

Vi tvättar och diskar allt innan det kommer ut till försäljning i vår secondhand butik.

Vi vill påminna er som lämnar och skänker saker, kläder mm till vår återvinningsbod att endast lämna sådant som är helt och kan säljas i vår secondhandbutik. **Vi önskar att ni ej lämnar vassa föremål så som rakblad, knivar, trasigt porslin och glas som vi kan skada oss på.** Tyvärr förekommer det att saker, möbler m.m. försvinner från boden. Vi önskar att det, som invånarna i Skultuna skänker, får stå kvar i boden.

Genom att skänka till boden i stället för att slänga hela saker, värnar vi tillsammans om vår miljö.

Butiken bedrivs av Dagligverksamhet Köpparen, stöd & service

Vid frågor och funderingar ring 021-39 39 05



VÄSTERÅS STAD
Skultuna kommunalförvaltning

Vi önskar alla ett härligt sportlov!

Tel 021-39 38 00, skultunakommunalförvaltning@vasteras.se

Melodikrysset v.10 - 10 mars



Melodikrysset lördag kl. 10.00 i P4. Lösningen ska vara inne senast onsdag i nästa vecka.

Adress: Melodikrysset, Sveriges Radio P4, 109 12 Stockholm

Numm:

Adress:

Postadress:



Kommundelskontoret
Tel. 021 - 39 38 00
www.vasteras.se

E-postadress till vår myndighetsbrevlåda:
skultuna-kommundelsforvaltning@vasteras.se

På "G"

SKULTUNA KOMMUNDELSNÄMND

Kommundelsnämnden sammanträder i Haraker onsdag 21 mars kl. 16:30.

Sju dagar innan kan du läsa vilka ärenden som kommer att behandlas på sammanträdet:
<https://www.vasteras.se/namndhandlingssok.html>

Den första januari 2018 började en ny kommunallag att gälla i Sverige. Lagen innehåller t.ex. nyheten att kommunens officiella anslagstavla för anslag av protokoll, beslut, föreskrifter med mera blir digitala från och med årsskiftet.

<https://www.vasteras.se/anslagstavla.html>

Ordförande Mikael Sandberg (S)

TEKNIK och FRITID

Allmänhetens åkning under sportlovet (vecka 9) i Kvarnbackahallen på Skultuna IP:

Måndag kl. 09.00 – 13.45
Tisdag kl. 09.00 – 16.45
Onsdag kl. 09.00 – 16.45
Torsdag kl. 09.00 – 16.45
Fredag kl. 09.00 – 16.45
Lördag kl. 09.00 – 13.45
och kl. 15.15 – 17.45
Söndag kl. 14.15 – 17.45

Istiderna för allmänhetens åkning hittar du alltid på:
www.vasteras.se/uppleva-och-gora/idrott-och-friluftsliv/skridskoakning

Biblioteket
Välkommen till biblioteket på sportlovet!

Under resten av sportlovsveckan har vi öppet:



Onsdag kl. 13-17
Torsdag kl. 13-19
Fredag kl. 11-14

Särskilda aktiviteter

Onsdag 28 februari:
Pärlplattor

Torsdag 1 mars Kl. 13 - 15
Bokvikning med Karin



Hela veckan finns det tävlingar och tipspromenader
med finfina bokpriser!

Öppna förskolan

- **Småbarnsrytmik** på Mariagården torsdagen den 1 mars mellan kl. 09.30 - 11.15.
- **Måndagsklubben** 5 mars kl. 16 - 19. Se nedan!
- **Babybokprat** på Biblioteket torsdagen den 8 mars mellan kl. 9.30-11.00.
- **Salabadet** tisdagen den 13 mars. Vi har hyrt bassängen mellan kl.12 - 13. Vi är där från kl. 11.30 så man hinner äta före badet om man vill. Anmäl er till oss om ni vill följa med.

Måndagsklubben 5 mars!
Plats: Fritidsgården & Biblioteket Tid: 16-19

I kväll serveras det:

Lasagne & pizzasallad.
Vuxna 20 kr 3-18 år 10kr 0-3 gratis



Kvällens aktiviteter är:

- VGF visar familjegymnastik kl.17-18 i halva GA-hallen.
För barn upp till ca.5 år.
- "Lekstuga med Mommo" för barn mellan 7-12 år blir det i den andra halvan av GA-hallen kl.17-18
- Pysslet blir smycken av pärlor.



Välkomna!
/Fritidsgården, Biblioteket & Öppna förskolan

Se även separat annons om: shÅppen

VALLONENS MÖTESPLATS

Vallonvägen 15-17 Tel. 021-39 39 10

Stort tack till Skultuna Lions
sombjödallapåunderhållning,tulpaner,kaffe&semior

Onsdagen den 28 februari

Kl. 08.30 Väsentjänstmöte. *Obs ändrad dag!*
Kl. 09.00 Odling inför trädgårdstappan
Kl. 11.00 Gymnastik och Boll-kul i samlingssalen
Kl. 14.00 Teknikcafé
Kväll: Mimer har möte i samlingssalen

Torsdagen den 1 mars

Kl. 09.00 – 12.00 Skapande aktiviteter
Kl. 09.00 Mjukgympa för damer och herrar!
Kl. 10.00 Handgymnastik och handmassage med Pia i entrén (Lugn musik)
kl. 11.00 – 12.00 Visning av gymlokalen och försäljning av träningskort.

Fredagen den 2 mars

Kl. 09.15 Manikyr
• Kl. 10.00 VLT • Kl. 10.30 Hänt i veckan
Kl. 11.00 Styrketräning i Ljusa rummet
Kl. 12.00 Rotary. Lunch med fördragshållare: Pauline Zalzer, berättar om "tillsammans-veckan"
Kl. 12.30 Spelstuga
Kl. 13.30 Golf Vallonen/Bäckby
Kl. 13.00 Promenad på byn för dig som är självgående, med eller utan rollator. Samling i entrén!
Kl.13.00 Nyinsatt mjukgympa för damer och herrar i ljusa rummet på äldreboendet.
Vi har "Prova-på" 2/3, 9/3, 23/3
Ett pass ser ut som följer:

1. Uppvärmning.
2. Halva gruppen kör cirkelträning med redskap.
3. Halva gruppen kör cirkelträning på gymmet.
Vi byter efter 15 minuter.
4. Nedvarvning, yoga & chigongrörelser, andning!
Obs! För dig som står och går. Fungerar även för dig med rollator Pris 30 kr/gång

Kl. 14.30 Fredagsfika

Måndagen den 5 mars

Kl. 09.00 Golf
• Kl. 10.00 VLT • Kl. 10.30 Högläsning
Kl. 11.00 Chi – ball Chi gong i ljusa rummet
Kl. 13.30 Balansträning i samlingssalen
Kl. 14.00 Filmvisning samlingssalen. Kaffé 20 kr

Tisdagen den 6 mars Kungsör-resan är fullsatt!

• Kl. 10.00 VLT • Kl. 10.30 Högläsning
Kl. 14.00 **Allsång m Fotbollsgubbarna** i matsalen
Fika 20 kr. Lotteriförsäljning.
Kl. 18.30 Zumba för dig med fart i benen

Onsdagen den 7 mars

Kl. 09.00 – 10.30 Brukarråd i konferensrummet
Kl. 09.00 Odling inför trädgårdstappan
Kl. 14.00 **Sabrina sjunger i samlingssalen**
Kl. 14.30 Fika, 20 kr Kl. 14.50–15.30 Allsång

Torsdagen den 8 mars

Kl. 09.00 – 12.00 Skapande aktiviteter
Kl. 09.00 Mjukgympa för damer och herrar!
Kl. 11.00 – 13.00 Visning av gymmet. Försäljning av träningskort
Kl. 10.00 Handgymnastik och handmassage med Pia i entrén (Lugn musik)
Kl. 14.00 Vi går till Mariagården på gudstjänst
Kväll. Lions har möte i samlingssalen

Fredagen den 9 mars

Kl. 09.00 – 12.00 I pad kurs, sista gången. Ändrad tid
Kl. 09.15 Manikyr
• Kl. 10.00 VLT • Kl. 10.30 Hänt i veckan
Kl. 11.00 Styrketräning i Ljusa rummet
Kl. 12.30 Spelstuga
Kl. 13.00 Promenad på byn för dig som är självgående, med eller utan rollator. Samling i entrén!
Kl.13.00 Nyinsatt mjukgympa för damer och herrar i ljusa rummet på äldreboendet. 30 kr/gång
Kl. 13.30 Golf Vallonen/Vallby
Kl. 14.30 Fredagsfika

Lördagen den 10 mars

Kl. 17.00 – 18.00 V75 med pizza. Du som inte var med och tippade förra gången, men vill tippa nu betalar 30 kr. Du som var med förra gången behöver ej betala denna gång. Pizza, kaffe & kaka 50 kr. Anmälan till mötesplatsen senast 9 mars.

Måndagen den 12 mars

Kl. 09.00 Golf
• Kl. 10.00 VLT • Kl. 10.30 Högläsning
Kl. 11.00 Chi – ball Chi gong i ljusa rummet
kl. 11.30 Vi går till Mariagården och äter soppa.
Anmäl intresse till mötesplatsen.
Kl. 13.30 Balansträning i samlingssalen
Kl. 14.00 Filmvisning samlingssalen. Kaffé 20 kr
Kl. 18.00 Stickcafé

Tisdagen den 13 mars

• Kl. 10.00 VLT • Kl. 10.30 Högläsning
Kl. 13.00 Styrketräning i ljusa rummet
Kl. 14.00 Gudstjänst i samlingssalen
Kl. 18.30 Zumba för dig med fart i benen

Onsdag 14 mars

Kl. 09.00 – 10.30 Brukarråd i konferensrummet
Kl. 09.00 Odling inför trädgårdstappan
Kl. 10.45 – 14.30 Vi åker till Rönneby mötesplats.
Lunch & underhållning av Ansgars musikgrupp.
Information & anmälan till mötesplatsen snarast.



VÄLKOMNA till ÅRSMÖTE för

Harakers Hembygdsförening och Harakers Bygdegårdsförening

Söndagen den 11 mars i Harakers Bygdegård

kl. 17.30 Årsmöte för Harakers Bygdegårdsförening

kl. 18.00 Kaffe och underhållning med Esbjörn Ferm

kl. 19.00 Årsmöte för Harakers Hembygdsförening

Styrelserna för Harakers Hembygdsförening och Harakers Bygdegårdsförening

Missa inte våra kurser som hålls på kontoret

Vi bjuder på kaffe & kaka

Tisdag 6 mars kl. 10.00 - Internet- & Telefontjänsten samt Swish

Måndag 12 mars kl. 14.30 - Pensionssparande

Tisdag 13 mars kl. 14.30 - Internet- & Telefontjänsten samt Swish

Välkomna med er anmälan till oss

via mail: skultuna@handelsbanken.se eller tel. 021 - 16 44 50



Vi ses
på ditt lokala bankkontor!



Handelsbanken

www.handelsbanken.se/skultuna
telefon: 021 - 16 44 50