



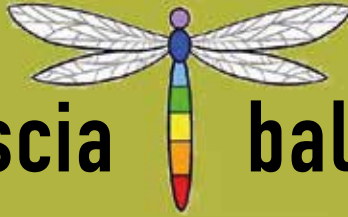
Åkerbobladet

Östra Linköping med omnejd

ÅKERBO samt Björsäter, Grebo, Hackefors, Hjulsbro, Sturefors, Norsholm, Kimstad, Skärblacka, Vånga

Nr 11–2024
17 november – 14 december
Årg 23. Upplaga 18.800

Tellbovägen 3, 585 64 Linghem
E-post: info@akerbo.nu
Tel. 013 - 21 96 20



fascia balance

Vi behandlar både kvinnors och mäns
inkontinens- och bäckenbottenbesvär.



**UNIKT
ERBJUDANDE!**

PROVA PÅ
för endast 500 kr
och
GRATIS konsultation.

[Fasciabalace.se/fasciabalace.bokadirekt.se](https://fasciabalace.se/fasciabalace.bokadirekt.se)

Lili-Ann Hultman 070-5343008 • info@fasciabalace.se

Trånggatan 3, 582 28 Linköping

Vi har kläder både till vardag och fest Välkomna!



ÖPPETTIDER i december

Vardagar	10-18
Lördagar	10-15
Söndagar	Stängt
Måndag 23/12	10-16
Julafton	} Stängt
Juldagen	
Annandagen	
Nyårsafton	
Nyårsdagen	

Öppet: Vardag 10-18 • Lördag 10-15

Ombud
tvättexperten

BJ's mode

Ågatan 21 B, Linköping

013-130409 • bjsmode.se • #bjsmode





Jul på Löfstad

7-8 och 14-15 december
Klockan 11-17

Besök ett stämmingsfullt och
julpyntat slott med guider
i tidstypiska drakter

Lokala hantverkare
och matproducenter

Pepparkaksbak och musik

Entré: 110:- • Barn 3-17 år 50:-
Gratis under 3 år • Fri parkering

Löfstad Slott

LÖFSTAD SLOTT LIGGER VID E4 CA 10 KM
SÖDEROM NORRKÖPING, AVFART 117 •
TEL. 011-33 50 67, LOFSTAD.SE

Du har väl inte missat lampaffären i Malmslätt

Inte bara lampor



Svensk-
tillverkad

ALLA
golv-
lampor
20-70%



Sluta leta
vi har
skärmarna



**HÖST-
KAMPANJ**
10-70%



ÖPPET:
MÅN & TORS 12-18
FREDAG 12-16
LÖRDAG 11-14



MALMSLÄTTS JÄRNVÄGSSTATION



KG-LAMPAN

CARL CEDERSTRÖMS GATA 11 070-299 81 42



Jens

Gummiverksta'n

Bankekind AB



Niklas

ÖPPET: Månd - Torsd 8-18, Fred 8-12

UTÖKAT ÖPPET UNDER NOVEMBER: Vard 8-18, Lörd 10-14



SPECIALPRISER

på HANKOOK

VINTERDÄCK

HANKOOK W429
Dubbdäck

Gäller de vanligaste dimensionerna
och så långt lagret räcker.

HANKOOK W616
Friktionsdäck

Laufenn
Journey in Style

Fölgar från

SpecialWheels
SPEED with SPIRIT and CARE



**DÄCK-
HOTELL**

Vid skifte
ingår alltid
HJULTVÄTT

**TRYGGA
VERKSTAN.**

BILVERKSTAD
SERVICE • REPARATIONER
FYRHJULSINSTÄLLNING
LÅNEBIL

MICHELIN • NOKIAN • BRIDGESTONE • GISLAVED • HANKOOK • CONTINENTAL • PIRELLI • TOYO • GOODYEAR m.fl.

013-510 60 www.gummiverkstan.se

Ni hittar oss utmed Åtvidabergsvägen, ca 1 km söder om Bankekind.

GOSPEL

Välkommen till Gospelshopen!



SHOPEN

Välsorterad kristen bokhandel.
Stort urval av böcker, biblar och
CD-skivor. Egen avdelning med
barnböcker och barnbiblar.
Willow Tree-figurer.

Gospelshopen

Snickaregatan 38, Linköping

Tel. 013-310425

pingstlinkoping.se/gospelshopen

Öppettider:

Tis-Fre 11-16

Lör 11-14

MAGASINET

Second Hand för missionen – intill Lingham's station

VÅRA ÖPPETTIDER FÖR INLÄMNING OCH FÖRSÄLJNING ÄR

Onsdagar 16 – 19 • Lördagar 10 – 14

www.linghamskyrkan.se • 070-298 10 30

Välkommen till

BILSTOMMEN

www.bilstommen.se

Service & Reparationer • Däckservice/Förvaring
Hjulinställning • Diagnostik • AC-service

Serva eller reparera bilen?

Ring oss för kostnadsförslag.

Delbetala med AD-kortet.



Öppet

Mån - Tor 7-17

Fredag 7-12



Bilverkstad

Telefon: 013-731 43

Bilstommen

Stommen, Gistad

585 63 Linghem

Roynes Däck o Motor

HÖG TID ATT SE ÖVER DINA VINTERDÄCK!

Hjulskitte 250:- • Skifte & förvaring 500:- • Hjultvätt 100:-

**3 liter
spolarvätska**

på köpet till alla
**nya förvarings-
kunder!**

I samband med
bokning.



Välkommen

ÖPPET (fr.o.m. 21 oktober)

Mån - Fre 8 - 18 • Lör 9 - 14



Roynes Däck o Motor
Transporttjänst

070 - 531 95 79

Högloftet 1, 585 93 Linköping



DIN LOKALA DÄCKVERKSTAD

VI HAR DÄCKEN

FRÅN DE FLESTA TILLVERKARNA

*Vi fixar däck
efter ert behov.
Tveka inte att höra av er!*



DÄCKHOTELL

fr 600 kr

Inkl. skifte, tvätt
och förvaring.

www.tottes.se

Vi servar de flesta bilmärken – med lång erfarenhet.

TOTTES BILSERVICE

Autoexper**ten**

Service • Reparation • Däckförsäljning • Däckhotell

Hästhovsvägen 1, 585 64 Linghem • 013 -708 60

Månd - Torsd 7-17 • Fred 7-13

ANKARSTAM AB



Stubbfräsning
Trädfällning
Uthyrning maskiner

www.ankarstam.se • 0708 - 30 40 17

Göran Karlssons VVS & EI



Där vatten
och el
förenas!

*Bra pris på varm-
vattenberedare
inkl. installation.*

Göran: 0708-434838
Gustav: 0733-722539

Stratomta 1 • 585 62 Lingham

RENSNING OCH BETNING av utsäde utföres

Kumla Kvarn AB
Ring
0706-76 42 59

Gistad • 585 63 Lingham

MB-VERKSTADEN AB

013-14 42 09

www.mbverkstaden.se

En fristående verkstad med
många års erfarenhet inom
MERCEDES, SAAB, OPEL & AMERIKANARE
Underhåll • Reparation • Felsökning

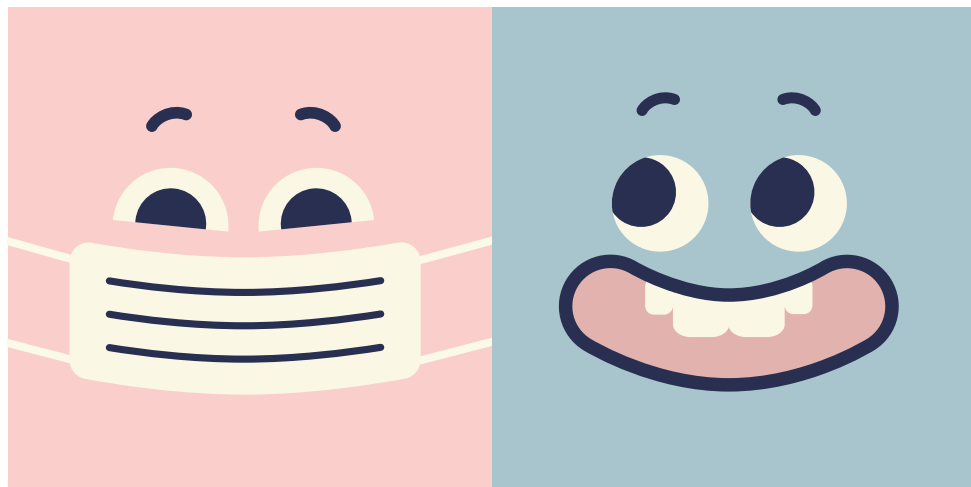


Offertförfrågan via
www.mbverkstaden.se

ÖPPETTIDER
Mån-Tor 7-17
Fredag 7-13

MB-verkstaden i Linköping AB
Kolfallsgatan 13
582 73 Linköping

Kontakt
013-14 42 09
kontoret@mbverkstaden.se



Tandläkarlös? Vi hjälper dig!

Letar du efter en ny tandläkare eller tandhygienist som alltid gör sitt bästa för att det ska kännas bra i både mun och mage när vi ses? I så fall kanske Oris Dental är mottagningen för dig. Du hittar oss i centrala Linköping, på Sankt Larsgatan 30.

Läs mer och boka tid för undersökning på orisdental.se/linkoping eller ring oss på 013-141122.

*Gäller endast på våra undersökningar och för dig som inte tidigare besökt oss. Erbjudandet gäller till och med den 31/12 och kan inte kombineras med andra erbjudanden.



orisdental.se

SALONG EGhO



HÖST- ERBJUDANDE!

Permanent
hårborttag-
ning med IPL **50%**
rabatt

ANDRA TJÄNSTER VI ERBJUDER:

Vaxning • Ansiktsbehandlinger • Kroppsbehandlinger • Fettreducering
Cellulitreducering • Hudföryngring IPL • Huduppstramning med RF
Nålfri microneedling • Nålfri trådlyft

Läs mer på www.salongegho.com • Vi finns på bokadirekt • Följ Salong EGhO på Instagram och Facebook

Salong EGhO | Gränsliden 64 Tallboda, Linköping | 070-774 13 81

Alltid Nära
"Gör det inte åt mig, gör det med mig"

... för dig som önskar personlig hjälp



Jag vänder mig till dig

- som är över 65 år
- eller som har en funktionsnedsättning men inte boendestöd eller personlig assistans
- och som bor i Linköping med omnejd.

VI GÖR DET TILLSAMMANS!

Vi kan till exempel:

- ★ göra matlådor
- ★ skapa struktur i din vardag
- ★ städa hemmet
- ★ göra ärenden
- ★ fixa i din trädgård
- ★ egna förslag utifrån DITT behov



AlltidNära erbjuder flexibla tjänster utifrån DITT behov.
Jag kommer fortsätta använda munskydd ett tag till för er säkerhet.

www.alltidnara.nu

AlltidNära • Pia Ekstrand • Leg arbetsterapeut & aktivitetsstödjare • Sturefors
pia.ekstrand@alltidnara.nu • Telefon: 0709-816974



VÄLKOMMEN TILL ÖGAB ENTREPRENAD MED DITT GRÄVPROJEKT!

Privat och företag

Avlopp Diken
Minireningsverk Vägar
Markberedning Gräsmattor

0738001992

OG
AB
Entreprenad

OG
AB
Entreprenad

OG
AB
Entreprenad



Vill du ta bort TRÄD & STUBBAR?

VI HJÄLPER DIG MED:

- Fräsa rotvältor
- Beskäring av stora träd (skylift/klättring)
- Stubborttagning
- Borttransport av ris
- Arbeten med 25-meters teleskoplastare
- Nu med RUT-avdrag (Stubbfräsning, beskäring, trädfällning m.m.)

D. A Mark och Träd AB



GRUS & BERG

HASSELFORS
GÅRDEN

Kvalitetsjordar

SONSTORP & NORSHOLM
ostgota@grusoberg.se • www.grusoberg.se

Makadam • Sandlådesand
Väg/dräneringsgrus • Återvinning
Odlingsjord • Gårdsgrus • Storsäck

BATTERILAGRING

för industri, lantbruk och villa



Investera i batterilagring!

- * Delta i stödtjänstmarknader genom att hyra ut ditt batteri.
- * Med ditt batteri kan du även sänka kostnader vid effektabonnemang.
- * Maximera nyttan och optimera avkastningen.

Vi hjälper dig hela vägen med batterier och lagring och vill du ta tillvara solen på mer än ett sätt så installerar vi även solceller åt dig. Referenser finns.

Ring Kristoffer 0120-29954.

LADDBOX

till el- eller hybridbil



Installerat och klart!
50% skattereduktion
för grön teknik.

Einstallationer

Örjan Nilsson AB

www.einstallationer.net



Linköping 013-149490
Åtvidaberg 0120-14949

info@einstallationer.net

Post- och besöksadress:
Spårgatan 12, 597 53 Åtvidaberg



Dags att boka in vinterns & vårens GRÄV- ELLER BYGGPROJEKT

Vi utför alla slags mark- och byggarbeten.

Allt ifrån stora villagrunder till små stenläggningar och stödmurar.

Vi har många år i branschen, hög kompetens och 100% nöjda kunder i hela Östergötland.

Besök oss gärna på www.denntek.se

Exempel på arbeten vi utför:

- Villa/Garagegrunder
- Rivningar och brandsanering
- Betong/trä/glasfiberpooler
- Sten/Bergspräckning
- Dränering & grundisolerings
- Garageuppfarter
- Vatten & Avlopp
- Gräsmatta
- Stenläggning & Marksten
- Altan och trädäck
- Stödmurar & L-stöd
- m.m.
- Gabionmurar

Hör av dig om du är intresserad av en kostnadsfri offert på ett arbete som du vill ha utfört!



DENNTEK ENTREPRENAD AB

0705-873443 • info@denntek.se • www.denntek.se

Innehar F-skatt, momsreg & ansvarsförsäkringar.



Den Mystiska Profilen

- kan du gissa vem?

Text: Anders Palm

Vad gjorde "läkarna" på basen? Var de läkare? Piloterna kallades in för informella samtal i grupper på 20 åt gången. Allting var väldigt mystiskt.

Efter ett par dagar började grupperna krympa. Ingen förstod hur gallringen gick till. Till slut återstod bara en handfull piloter. En av dem var vår Profil. Vi kan kalla honom för Alex.

Den lilla gruppen fick en annorlunda behandling. Läkarna övergick till individuella intervjuer. Alexs liv nagelfors in i minsta detalj. Det gick inte att dölja något.

Samtalen kompletterades med en otroligt noggrann hälsoundersökning. Den utfördes av riktiga läkare. De undersökte Alex från topp till tå utan att man hittade minsta skavank.

Från början hade det funnits 2200 kandidater utspridda över hela landet. Till slut återstod bara tio. En av dem var vår Profil. Han var 26 år gammal. Hans fru kallades Valya. Hon var ett år yngre.

I mars 1960 fick det unga paret flytta till en annan bas. Den var helt nybyggd. Nu började allvaret. Alex fick genomgå ett otroligt träningsprogram. Ett av proven ägde rum i en trång tank. Den fungerade som en isoleringscell.

Livet i tanken var mycket nervpåfresande. Ett prov kunde pågå i tio dygn. Kontakten med omvärlden var minimal och oregelbunden.

Ett annat fruktat träningsredskap

var den stora centrifugen. Den kunde ta musten ur vem som helst. Vår Profil var en van flygare. Han hade klarat 7 G i flygvapnets centrifug. Nu fick han snurra i 12 G. Det var otroligt smärtamt. Ansiktet förvreds. Varje andetag blev en plåga. Hjärtat bankade som en stångjärnshammare och blodet kändes tungt som bly.

Den värsta testen var "syreprovet". Försöksledaren stängde in Alex i ett litet, lufttätt rum där han fick sitta och skriva sitt namn på ett papper. Sedan började man pumpa ut luften ur rummet. Alex skrev och skrev. Till slut började luften ta slut. Skriften blev oläslig. Vår Profil tappade pennan och svimmade.

Svimmningen fick inte några konsekvenser. Alex hade en hög toleranströskel. Han klarade påfrestningar som skulle tagit knäcken på de flesta. Därför blev det han som fick utföra det Stora uppdraget. Det varade bara i 108 minuter. Men det gav eko över hela världen.

En av de första som fick syn på vår Profil sedan han klarat sitt uppdrag var en traktorförare som hette Yakov Lysenko. Yakov hörde en smäll uppe i skyn och fick syn på två fallskärmar. I den ena hängde Alex.

Alla människor i närheten rusade bort mot landningsplatsen. Där mötte de vår Profil. Han var på ett strålande humör.

Alex började skaka hand med byborna. Men förbrödringen varade bara i några minuter. Sedan anlände militärerna. De kom med bilar och flygplan som en riktig invasionsstyrka. Några hoppade till och med fallskärm över landningsplatsen. Åskådarna föstes undan. Vår Profil stuvades in i en bil och försvann. Landningsplatsen markerades med en skylt. Två dagar senare ersattes skylten med ett litet, murat monument.

Alex beforderades från löjtnant till major. Så fort han kommit fram till flygbasen i Engels fick han telefon från Kreml. Det var Nikita Chrustjev som ville tala med honom.

Nikita var överförtjust. Vår Profils bragd var en stor framgång för Sovjetunionen. Händelsen måste firas med en gigantisk folkfest. Alex fick order att genast bege sig till Moskva.

Dit anlände han på morgonen den 14 april 1961. Nikita Chrustjev och hans fru Nina var ute för att möta honom på flygplatsen. Där väntade också Alex fru Valya, hans pappa Alexei, hans mamma Anna, hans båda bröder Valentin och Boris och hans syster Zoya.

Den röda mattan var utrullad. Vår Profil kom ut ur flygplanet och började gå mot mottagningskommittén. Filmkamerorna surrade.

Då upptäckte Zoya att Alex ena skosnöre hade gått upp. Det hängde och slängde efter skon. Tänk om han snubblade. Vilken skandal det skulle bli.

Allt gick bra. Alex snubblade inte. Men de sovjetiska filmfotograferna började genast fundera på om de skulle retuschera bort skosnöret ur filmen. De beslöt sig dock slutligen för att låta det

vara kvar.

Vår Profil nådde fram till hederstribunen. Han hälsade på Nikita och kramade om sin fru. Sedan vände han sig till sin mamma och pappa. De var klädda i enkla kläder. Hans mamma grät. Hon hade inte haft en aning om att hennes son skulle bli den första människan som fick flyga i rymden.

Vår Profil torkade hennes tårar och tröstade henne med orden: "Gråt inte mamma. Jag skall inte göra om det".

Vem var han?

Kan du lista ut vem vår mystiska profil är?

Mejla ditt svar, samt namn och adress,

till info@akerbo.nu eller skriv samma uppgifter på ett vykort eller i ett brev och skicka till: Åkerbobladet, Stationshuset, Tellbovägen 3, 585 64 Linghem. Märk svaret "Mystiska Profilen". Senast den 29 november vill vi ha ditt svar. Bland rätta inkomna svar, med kompletta adressuppgifter, lottar vi ut en vinnare som får två trisslotter. Vinnare samt svar på förra månadens mystiska profil hittar du på sidan 30.

 **ÖstgötaLås**
- En säker partner

KAMPANJ!

**Kopiera 3 nycklar
till priset av 2!**



Välkommen in till vår butik på
Nya Tanneforsvägen 72 i Linköping.

013-15 55 05
info@ostgotalas.se • www.ostgotalas.se

www.kambrinks.se



Välkommen till vårt showroom på Nordengatan 43 i Linköping!

Tidsbokade besök under oktober - februari.

Linköping 013-344 1044 • Åtvidaberg 0120-10131

BESKÄRNING
AV FRUKTRÄD OCH BÄRBUSKAR

Träd Fram
SKOG & NATURVÅRD

BRA UTFÖRD TRÄDBESKÄRNING KRÄVER KUNSKAP!

- Uppbyggnadsbeskärning av unga träd
- Underhållsbeskärning
- Beskärning av bärbuskar
- Häckklippning
- Beskärning av övriga träd och buskar
- Nedtagning av oönskade träd

RUT-avdrag gäller vid flertalet av mina tjänster.

Grönt Kort
Frukträdsbeskärare certifierad av
RIKSFÖRBUNDET SVENSK TRÄDGÅRD

Henrik Melin • 0709 - 64 75 20

Åkerboblades jul- & nyårsnummer
kommer ut den 15 december.

Välkommen att boka din annons senast fredag den 29 november.



Uterum Öst AB

NY ADRESS NY UTSTÄLLNING

STRIDS GATA 21 I MALMSLÄTT

Upplev nya generationens
Uterum Exal Nordic 140
Aluminiumstomme!

DAGS FÖR UTERUM

**Boka ditt
hembesök idag!**

OFFERERING

KAMPANJER

Showroom

(ord. tider)
Måndag - Fredag
13:00 - 17:00

KUNSKAP & TRYGGHET

“Vi finns till hands genom hela processen med ideer, hembesök, bygglovshantering och montering. Ihop med våra samarbetspartners kan du få en helhetslösning inklusive montering.”



Uterum Öst AB

Uterum Öst AB

Tel: 0702337282

Epost: uterumost@telia.com



ÅTERFÖRSÄLJARE

SERVICE FÖR HEM OCH TRÄDGÅRD

STÄDSERVICE

För hem, flytt, fönster och kontor.

FASTIGHETSSERVICE

Skötsel och underhåll för hus och trädgård.

Vi ordnar RUT-avdrag direkt på fakturan och gör kostnadsfria platsbesök.

**Vi utför komplett
FLYTTSTÄD med garanti
– till fast pris.**

Attraktiv
Städ & Utemiljö AB

Grundat 2006

www.attraktivmiljo.se

0102-64 88 64

info@attraktivmiljo.se



Kullerstad
TRÄDGÅRDSSERVICE

**Vi utför det mesta
för din trädgård!**



Anläggning • Trädbeskrning
Häckklippning • Gräsklippning
Nyplantering och ogräsrensning
Röjning • Skötsel

Vi utför även hushållsnära
tjänster i ditt hem
Flytt- och hemstäd • Fönsterputs

**011-100099 • www.kullerstadtradgard.se
info@kullerstadtradgard.se • Följ oss gärna på Facebook!**

FASADER • KLINKER • PUTS • MURNING



Betong-, snickeri- och målningsarbeten utföres
samt renovering och installation av kakelugnar, eldstäder och skorstenar.

Ring, och få en gratis offert på ditt projekt!

Kjells Mur- & Byggservice

Slevringevägen 19
Åtvidaberg

070-625 40 33

Grus & Cement AB

Vrånghult, Åtvidaberg

Försäljning och leverans av

Certifierad betong • Cementrör, lock • Grus, makadam, sand

Grusning, saltning av vägar • Trekammarbrunnar

VA-produkter • Trädgårdsplattor, dekorsten • Betonghålsten



Mån - Fre 7 - 16 • 0120-105 05 • 0706-38 10 88

Välkommen
hälsar vi
dig till

Ängshults
Fotterapi
Skärblacka

Fotvården i ett lugnt naturskönt läge.

Kristina Nyman Johansson

Dipl. Medicinsk fotterapeut

070-623 03 36

Följ mig på Facebook och Instagram.



**Yoga med
Marie-Christine**
Yogastudio i Skärblacka
Yoga online

Erbjudande:

Prova-på Dansyoga i yogastudion, pris 50 kr
Gäller vid ett tillfälle 18/11 eller 25/11 kl 17.30-18.30

Julyyoga i yogastudion och online vecka 49-51
Se hemsidan för ytterligare info.

Anmälan och frågor via mail till
yogamedmc@gmail.com

073-095 79 87

www.yogamedmc.se • yogamedmc@gmail.com
Facebook/Instagram: Yoga med Marie-Christine

DANSA LINEDANCE!



★ PROVA PÅ

Måndag 20 januari, kl. 18-19. Inga förkunskaper behövs!

★ KURSSTARTER

Måndag 27 januari och Onsdag 29 januari

Kursavgift: 1100:- (12 ggr/termin)



Julklappstips!

Ge ett **presentkort** på Linedance! Valfritt belopp.

Vi dansar i Landerydgården, Hjulbro

Kontakta oss!

linkopinglinedancers@hotmail.com

För mer info:

linkopinglinedancers.se

samt gå med i vår Facebookgrupp.



GOD JUL och välkomna till ett Gott Nytt Dansår!



Second Hand

Gåvan
0120-12440

ÖPPETTIDER

torsdagar 14-18

lördagar 10-13

VÄLKOMNA!

Second Hand Gåvan
Sunnebotorget 1
Åtvidaberg



Lappis, Retro, Antikt & Kuriosa



EMMA G:s SAKER & TING

Säljer det mesta
för hemmet och samlaren



Jag köper dödsbon och delar av hem.

Jag säljer skärmar till Bersbolampan, 17 cm breda, endast vita.

Öppet: tis, tors 12-18, fre 10-15, lör 10-14
eller efter överenskommelse.



Försäljning av
JULSAKER
pågår



[emma_g_sakeroting](https://www.instagram.com/emma_g_sakeroting) Emma G:s Saker o Ting

Emma Gustavsson • 0703-16 41 59

Söderleden 6, Åtvidaberg – mitt emot sporthallen

JULMARKNAD

i Landeryds Hembygdspark, Linköping

Söndag 24 november

kl 11⁰⁰-16⁰⁰

Hantverkare - Lotterier - Korv
Kaffeservering - Julmys - Loppis
Barnen får träffa tomten!

Kom och trivs i hembygdsparken!

Begränsat med parkering – cykla gärna eller ta buss nr 10 till Harvestad.



HANDLA KLIMATSMART!

Handla secondhand hos Lada 107



Secondhandbutik & Café

ÖPPET: Fre 10–18 • Lör - Sön 10–15

Vi utför dödsbotömningar samt röjer förråd,
vindar, källare, garage, uthus, lador m.m.

Vi ombesörjer transporter
till återvinningsstation/soptippen.

Vi tar även emot saker om folk vill skänka.

Innehar F-skatt samt utför RUT-jobb • 070-351 30 15

Välkomna till oss! Vi finns på Bergslagsv. 45, Finspång.

FÖLJ OSS GÄRNA PÅ FACEBOOK 

FONUS

ÖST

Öppenhet och
lyhördhet för dina
personliga val.

Vi finns här för dig

013-124704, linkoping@fonusost.se
011-36 27 00, norrkoping@fonusost.se



Julmarknad på Vånga Hembygdsgården



Den 1/12 kl 11-15

**Vånga Hembygdsförening bjuder in till
JULMARKNAD i genuin lantlig miljö 1:a advent.**

Runt de gamla husen finns ett tjugotal utställare
med en blandning av hantverk och ätbara godsaker.

För barnen: gå Tomtestigen, titta in till Tomtemor och lyssna
på en saga, ponnyridning och möjlighet att åka häst och
vagn. Hembygdsgårdens gårdstome har lovat att komma!

För den som vill ha något gott att äta serveras kolbullar,
korv och bröd, pepparkakor, kaffe, glögg, varm saft.



**TOMTE-
MYS**

i Salfvedal

**lörd 23 nov.
kl 11-15**

Det kommer att finnas bl.a. tomtegröt
och skinksmörgås. Kaffe med lussebullar,
mjuk pepparkaka och glögg, pepparkakor.

Vi kommer även att ha en **mindre julmarknad**
med brödförsäljning samt lite gott
till julbordet, med hemmagjort godis.

Tomten kommer även att finnas på plats.

Välkomna till ett Julpyntat Salfvedal hälsar
Yxnerums hembygdsförening



**Evangeliska Frikyrkan
ÅKERBO FRIKYRKOFÖRSAMLING
Vårdsberg Ebenezerkapellet**

**Bönesamling tisdag 19.00 och
onsdag 10.00 fram t.o.m. vecka 51**

Tisdag 19 nov

14.00 Dagledigträff.

Anders Ekstedt talar om

Lepramissionens arbete, servering

Söndag 24 nov

10.00 Gudstjänst, Ove Thornell, kyrkkaffe

Onsdag 27 nov

17.00 Bibelsamtal med Alf Palm

Söndag 1 dec

10.00 Adventsgudstjänst, Anders Ekstedt,
kyrkkaffe

Söndag 15 dec

10.00 Gudstjänst, Anders Ekstedt, HHN,
kyrkkaffe

www.akerbofrikyrkoforsamling.se

PRO SKÄRBLACKA

November

22 fred 18.00

Pubafton i Mariehult
Benny o Nisse underhåller

27 onsd 17.00-20.00

Dans Skärblacka Folkets Hus
Eklöfs orkester

December

11 onsd 17.00-20.00

Dans Skärblacka Folkets Hus
Junix orkester

12 torsd 14.00

Medlemsträff i Skärblacka Folkets Hus
Östgötamusiken underhåller

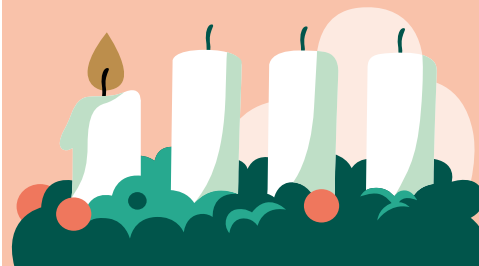
26 torsd 17.00-20.00

Dans Skärblacka Folkets Hus
Holens orkester

Se även: www.pro.se/skarblacka

Med en åsnas blick!

Advent är en tid av förväntan och längtan, en tid när vi påminns om ljuset som kommer till världen genom Jesus. Första advent påminns vi om hans intåg i Jerusalem, inte i en vagn med prakt och pompa, utan på en enkel åsna – symbolen för ödmjukhet och frid. Här uppenbaras en annan typ av makt, en makt som inte grundas på tvång eller beundran, utan på kärlek och gemenskap.



I vår tid riktas stort fokus på att synas, att vara störst och bäst. Många, från presidenter och kungligheter till influencers, söker beundran, ibland till varje pris. Som Hjalmar Söderberg uttrycker det i Doktor Glas; "Själén ryser för tomrummet och vill kontakt till vad pris som helst." Även idag söker vi denna kontakt och uppmärksamhet, men ser samtidigt en splittring växa fram både inom samhällen och mellan människor. Polariseringen, som ofta drivs av rädsla och förenklade världsuppfattningar, hotar vår förmåga att mötas i ögonhöjd och förstå varandra. Sociala medier, en plattform som en gång förväntades bygga broar, förstärker nu alltför ofta avstånd och missförstånd mellan olika grupper och individer.

När Jesus rider in på åsnan i Jerusalem är det just i ögonhöjd han möter människorna. Han ser dem i deras vardag, där de kan möta hans blick utan att behöva se uppåt. Mötet är enkelt men kraftfullt – det påminner oss om att verklig styrka finns i ödmjukhet och medmänsklighet.

I vår tid behöver vi, som Biskop Fredrik i Växjö skrev tidigare år, ett advents-upprop för tolerans och gemenskap. Att gå emot förenklade sanningar och polariseringens tyranni är avgörande för att bygga en värld där vi kan mötas med respekt och öppna hjärtan. Vår historia visar oss att när vi låter rädsla eller fördomar ta över, tappar vi vårt djupseende och riskerar att missa det mänskliga i varandra. Ett samhälle där vi tillåter olikheter, där tron och kulturen ges plats för alla, är en grund för fred.

Advent påminner oss om att det lilla och stilla – som åsnans blygsamma intåg i staden – kan bära det allra största. Att älska, att mötas i ögonhöjd, är vägen till en djupare förståelse av våra medmänniskor. När vi firar advent och går mot julens budskap får vi påminna oss om att Guds kärlek finns i det vardagliga, och vi alla kallas att mötas där, i bön och i handling. Jesus behöver sina "åsnor" – de ödmjuka som går i kärlekens tjänst och för ljuset vidare till en värld som hungrar efter hopp.

Må Guds ljus lysa över din väg och ge dig frid.

Ulf Hjertman
kyrkoherde Åkerbo församling



Syföreningsmarknad med kransbindning

Söndag 24 november 11.00–16.00
Östra Hargs församlingshem

Östra Hargs syförening bjuder in till liten julmarknad med fika och korvgrillning utanför församlingshemmet. Du kan binda din egen dörrkrans samt besöka och undersöka den vackra kyrkan. I församlingshemmet kan både barn och vuxna pyssla egna juldekorationer

Sprid ljus i mörkret! Julinsamlingen pågår mellan första advent och trettondedag jul. Tillsammans kan vi göra skillnad. Swisha din gåva till 900 1223.



Svenska kyrkan

Ring Åkerbo församling
013-23 66 50

SÖNDAG FÖRE DOMSSÖNDAGEN

SÖNDAG 17 NOVEMBER

Törnevallamässa

11.00 Törnevalla kyrka

Mässa

16.00 S:t Martin, Ekängen

LÖRDAG 23 NOVEMBER

Helgmålsbön

18.00 Samlan, Tallboda

Helgmålsbön

18.00 Östra Skrukeby kyrka

DOMSSÖNDAGEN

SÖNDAG 24 NOVEMBER

Törnevallamässa

11.00 Törnevalla kyrka

Mässa

16.00 S:t Martin, Ekängen

Ceciliakören medverkar.

LÖRDAG 30 NOVEMBER

Helgmålsbön

18.00 Östra Skrukeby kyrka

Nästan varje onsdag!

Morgonmässa 09.00 i S:t Martin, Ekängen. Håll utkik i kalendern på hemsidan.



Du som vill ha information om våra verksamheter och gudstjänster nära och lättillgängligt kan kika i appen Kyrkguiden – den finns där du hittar appar.

FÖRSTA SÖNDAGEN I ADVENT

SÖNDAG 1 DECEMBER

Törnevallamässa

11.00 Törnevalla kyrka

KFUM-kören medverkar.

Adventsmässa

14.00 Askeby kyrka.

Syföreningens adventskaffe i församlingsgården

Adventsgudstjänst

16.00 Gistads kyrka.

Gistad kyrkokör medverkar.

Kyrkkaffe serveras.

Adventsmässa

16.00 Rystads kyrka

Ekängens barn- och ungdomskörer medverkar.

Musikgudstjänst

18.00 Bankekinds kyrka

SAABs Musikkår medverkar

under ledning av

Veronica Svärd Nilsson.

Adventsgudstjänst

18.00 Östra Skrukeby kyrka

Östra Hargs kyrkokör med-

verkar. Henric Strömberg, solist.

ONSDAG 4 DECEMBER

Adventskonsert med

Chorus Lin

19.00 Örtomta kyrka

Dirigent Anna-Carin Strand.

LÖRDAG 7 DECEMBER

Helgmålsbön

18.00 Samlan, Tallboda.

Helgmålsbön

18.00 Östra Skrukeby kyrka

ANDRA SÖNDAGEN I ADVENT

SÖNDAG 8 DECEMBER

Törnevallamässa

11.00 Törnevalla kyrka

Mässa

16.00 S:t Martin, Ekängen

Musikgudstjänst

18.00 Lillkyrka kyrka

Nova och Helena Törnroos,

sång.

Musikgudstjänst

18.00 Vårdsbergs kyrka

Sofiakören medverkar.

LÖRDAG 14 DECEMBER

Helgmålsbön

18.00 Östra Skrukeby kyrka

TREDJE SÖNDAGEN I ADVENT

SÖNDAG 15 DECEMBER

Törnevallamässa

11.00 Törnevalla kyrka

Mässa

16.00 S:t Martin, Ekängen

Ceciliakören medverkar under

ledning av Lena Åkesson.

Niklas Hakegård, piano.

Luciagudstjänst

16.00 Östra Hargs kyrka

Luciatåg för alla åldrar. Östra

Hargs kyrkokör m fl.

Efteråt bjuds på kaffe och

skinksmörgås i församlings-

hemmet.

Julkonsert "Vintertidens diamanter"

18.00 Gistads kyrka

Gistad kyrkokör medverkar.

Gunnar Ekermo, piano; Monia

Sundin, fiol; Elsa Olsson, flöjt

och sång. Mia Brunberg

Ulriksson, dirigent.




**Vi sköter din
trädgård
åt dig!**



PG och Leif

Allt för din trädgård året runt

- Skötsel av gräsmattor
- Häckklippning
- Staket
- Beskärning av fruktträd
- Ogräsrensning
- Plattsättning
- Höst- och vårstädning av trädgården
- Plantering av växter
- Övriga trädgårdstjänster efter överenskommelse
- Dammanläggning



**BOKA gärna redan nu
BESKÄRNING av dina fruktträd
under jan, feb, mars!**

**HÖST-
städning av
trädgården!**



Leif 070-374 13 78
info@vangatradgardstjanst.se



Nyhet! Senior Onsdagar!
Stående erbjudande:
Räkmacka+Kaffe+Cocosboll
99kr

Harsby Gårdsbutik

-En del av Cocosbollsfabriken i Östergötland-
Julen har flyttat in hos oss på Harsby Gård! Här hittar ni julklappar,
godis, drycker, te, konfekt & mera. Ni hittar alltid våra egna
produkter från Cocosbollsfabriken i butiken, som våra cocosbollar,
norrköpingsfläsk, marmeladkonfekt och fudge.

Vi erbjuder också hemmabakad fika gjord av våran konditor Anna.

Fri parkering & Hundvänligt!

Aktuella öppettider hittar ni på hemsidan.

www.cocosbollsfabriken.se

Facebook: Harsby Gårdsbutik

Hitta hit:

Utmed E22:an (f.d vallonmässing)

Harsbygård, 61431 Söderköping

Tel nr: 0760225075



ÖSTGÖTA METALL & SKROT AB

Skrot hämtas, köpes, vi hämtar med kranbil

Även utställning av flak och container

Det går också bra att lämna skrot på vår skrotgård

Vardagar 7-16

Tel skrotgården 0120-10032 • Michael 0708-791730 • Daniel 0708-872454

ÖSTGÖTA METALL & SKROT AB, Spårgatan 1 B, 59753 Åtvidaberg



SNART JUL!

Farbror Svens julgranar

**Urvalet
som gör
skillnad**



Vi har öppet fr.o.m. **23 nov.**

Vardagar 10.00 - 18.00

Helg 10.00 - 16.00



Emmalunds koloniområde, Linköping

0768-729893 • 070-2392714 • www.farbror-svens-julgranar.se

Fascia Balance

Ser till flödena i kroppen och till hela människan



Lili-Ann Hultman arbetar med en helhetssyn på människan. Hon brinner för att finna orsaken till problemen och inte bara behandla symptomen.

Kliniken Fascia Balance behandlar många olika tillstånd, inte minst genom den effektiva bäckbottenstolen. En helhetssyn på människan hittar roten till besvären.

På Tränggatan i Linköping, där Åsgatan möter upp, ligger Fascia Balance. Här finns också en fri kundparkering. Det är en liten klinik, ett litet hälsocenter, om man så vill, eftersom man behandlar så många olika tillstånd och erbjuder mycket. Förutom grundaren av Fascia Balance Linköping, Lili-Ann Hultman, finns ytterligare tre som arbetar med behandlingar. Snart finns också så kallad floating i utbudet.

Med en helhetssyn på människan söker man roten till besvären istället för att bara lindra symptomen. "Hur fungerar andningen, vattenintaget, rörelse, sömn, tidigare behandlingar och hur mår dina fötter?" står det på hemsidan.



Lili-Ann Hultman i den effektiva bäckenbottenstolen som redan hjälpt många.

För att börja med vad fascia är så beskrivs den bland annat i fasciaguiden som "ett nätverk av bindväv, utan början och slut, som omsluter allt i hela kroppen,...". Skador på bindväven gör att den "klibbar ihop eller blir inflammerad" och vi får ont, kan få svårt att röra oss och återhämtning blir svårare. Ett bättre flöde i fascian betyder mycket för livskvaliteten.

Lili-Ann Hultman, grundare av Fascia Balance Linköping, är från början undersköterska, men har utbildat sig i många behandlingsformer, däribland inom fascia. Hon berättar om hur hon kom in på det här och det började faktiskt med att familjens hästar fick en fascia bindvävsbehandling. Resultatet var häpnadsväckande gott, men att

serva sex hästar varje månad blir dyrt. För att göra en lång historia kort så tog hon ett lån och köpte en fascia bindvävsmaskin.

– Äldsta dottern och jag gick en utbildning ihop ett år för att behandla människor och hästar.

De hjälpte sedan både bekanta och deras hästar.

– Efter fyra år kände jag att det här är det jag vill jobba med, att hjälpa människor att få bättre flöde, bättre hållning och bli av med smärta.

Hon utbildade sig till fasciaspecialist och startade sitt företag en månad innan pandemin. Det gav samtidigt en möjlighet att ta saker och ting till nästa nivå, alltså att fortsätta utbilda sig.

– Nummer ett var att släppa känslor och trauma. Väldigt ofta när man står och behandlar så är det blockeringar som sitter i kroppen.

– Jag utbildade mig till postural tränare, att gå till botten och grundorsaken till att människor har problem och smärta. Det svaret får man i postural träning.

forts. på nästa sida



Fasciaapparaten körs på alla muskelfästen.

– Man gör sex stycken tester som avslöjar vad som havererar i den inre muskulaturen, hållningsmusklerna. Så får man ett skraddarsytt program som snabbt balanserar upp kroppen och smärtan släpper.

Förutom fascia bindvävsbehandling finns bland Lili-Ann Hultmans viktigaste verktyg: testbaserad hälsa, släppa känslor och trauman samt hållningsmusklerna.

Ett mycket angeläget och värdefullt tillskott i klinikens utrustning är den så kallade bäckenbottenstolen.

– Den största kundgruppen här är ju kvinnor och män som lider av inkontinens, berättar Lili-Ann Hultman. En del kvinnor har kanske inte fött några barn, men har spänningar och smärta i underlivet. Då har vi ett program för det. Det är det som är unikt med den här stolen, att vi har så många program som gör att det lämpar sig för män

också och för kvinnor med spänning och smärta.

– De som kommer på bäckenbottenbehandling kan vara i åldrarna 16 till 90 år, de kan också vara unga tjejer och killar som vill få bättre kontroll på sina bäckenmuskler som gör att de får ett bättre sexliv.

När det gäller behandling med bäckenbottenstolen så finns forskningsevidens från andra länder och Lili-Ann nämner även exempel från Borås. Det sjukvården kan spara på sådana här stolar är hisnande belopp som kan användas bättre.

– Hundra procent har blivit bättre och 80 procent har blivit torra. Många kvinnor har inte behövt operera sig tack vare stolen.

– Sjukvården ska hålla på med sjukvård. Det som har med friskvård att göra ska friskvården hålla på med.



På Tränggatan i Linköping, där Åsgatan möter upp, ligger Fascia Balance. Här finns också en fri kundparkering.

– Det jag brinner för är att finna orsaken och inte bara behandla symptomet, finna orsaken är det primära, säger Lili-Ann Hultman. Vi måste lära oss att lyssna på patienterna. För att jag ska hitta orsaken vill jag veta vad de varit med om för olyckor och operationer. Det uppskattar många för det är ingen som har tid att lyssna på det i vården.

– Här har vi tid att lyssna på våra kunder och se till helheten.

Allt hänger ihop och mår bäst av att ses utifrån detta. □

Text och bild: Bo Bäckman
Se även annons på sidan 1.

LILI-ANN HULTMAN

är utbildad som eller inom:

Undersköterska, Fascia Therapeut, Fascia Specialist, Optimum Mind/Emotion Code, Optimum Tränare, Fotkurs-Physioscale, Massör/Lymfmassör, Aroma Touchmassage, Yin Yoga/Hormon, Yoga Lärare, Medicinsk Laser, Käkledsbehandling, Postural Tränare Physioscale.

Hon har egna erfarenheter av olika problem i kroppen och skriver på hemsidan: *”Jag har själv provat de flesta tillgängliga behandlingar under 30 års tid och det är utifrån det jag lärt mig vad som har fungerat bäst.”*

Camferine hand- & fotcrème/liniment är en av de effektivaste och bästa produkterna som tillverkas i Sverige. Tubernas storlek är 100 ml och kostar under 100 kr/st. Fascia balance har dessa produkter för omgående leverans.



www.camferine.se

Här delas Åkerbobladet ut

Kartan här intill visar Åkerbobladets utdelningsområde som breder ut sig mellan Linköping, Norrköping, Finspång och Åtvidaberg. Området består av ren landsbygd, byar, små och medelstora tätorter samt stadsbebyggelse och industriområden i Linköpings utkanter.

I områdets västra del finns orter som Sturefors, Hjulsbro, Hackefors, Tallboda och Ekängen. I söder Grebo och Björsäter. I öster Örtomtå, Skärkind och i norr Norsholm, Kimstad, Skärblackså och Vånga.

Inom detta område får alla hushåll och företag tidningen i brev-lådan. Viss utdelning sker även utanför det område vi ser, t.ex. i Sättuna utanför Linköping samt i Falerum, Hannås och Yxnerum. Dessutom finns tidningen tillgänglig i ställ placerade i affärer inom området samt i centrala Linköping och i några närbelägna orter.



Radannonser i Åkerbobladet

för privatpersoner och föreningar under rubriken "smått & gott"

Gör så här: Bestäm rubrik. Formulera din text. Skriv annons-rubrik och text på ett papper, eller i ett mail, och skicka till Åkerbobladet. Räkna med cirka 40 tecken, inkl. mellanslag, per rad. Uppge också ditt namn, adress och tel.nr. E-mail: info@akerbo.nu. Adress: Åkerbobladet, Tellbovägen 3, 585 64 Linghem. Betala annonskostnaden till bankgiro 5875-8384 (Mineo Media) eller swisha till 0739-82 94 42

Annonsmanus och betalning skall vara Åkerbobladet tillhanda senast på fredagen två veckor före utgivningsveckan. Dvs. för nästa nummer senast den 29 november. (Vi tar inte emot annonstext per telefon.)

Priser

Rubrik samt

- 1 - 2 rader 75:-
- 3 rader 90:-
- 4 rader 105:-
- 5 rader 120:-
- 6 rader 135:-
- 7 rader 150:-
- 8 rader 165:-
- Liten bild + 150:-

Lösning till Mystiska Profilen, oktober

Profilen var: Lill-Babs.

Hette egentligen Barbro Margareta Svensson. Föddes i Järvsö den 9 mars 1938. Folkkär artist. Hon dog i Stockholm den 3 april 2018

Vi gratulerar vinnaren som denna gång blev:
Pernilla Eklund, Bestorp
Vinsten kommer med posten.

Lösning till oktoberkrysset

		HÄR LUTT UPPFÖR FÖR ÖKNARE	A	F	S	T	S	T	S	S	R	S	S	
		FELLE DÖNSKA DÖNSKA LIG TUFF	F	I	N	G	A	L						
		OPFA O VÄRDE	Ä	T	T	I	K	A						
		LEGG SÄKER PÅSÅ	R	U	I	N	E	R						
		SISTRA FÖR MÅLLRA	G	S	M	L	E							
		SLÖPPA FÄRE MÅLLRA	S	L	A	F	A	R						
DOCKELMÅLLRA SÖDER KÖNSÖP BÖLSÖLVA	P	S	A	N										
	P	A	R	A	P	L	Y	O	R	G	A	N	A	
BÅLLAND BILAND BILÖT	A	V		D	O		S	T	A	N	S	A	S	
	FLEJA BLÅD LED													
LEAD- SÄKER NÄR MAN LÄSNIS	N	H	O	R	S	T	K	A	S	T	A	T		
	PLICK GÄRN SÖLDET SÖLVA													
		DAMN LEGG LÄFFPUP	A	N	K	A								
		KÄRLE ÄRSTO												
ASTA- RAN	L	A	M	M	S	K	I	N	N	U	T	K	I	
		SÖRRA BIFEN LÄCK	O	R	S	A	K							
		SÄCRA MÖRN MÄLLA	B	O	K	R	Y	G						

smått & gott

Björstätters seniorer

Torsdag 28 november kl. 14.
Hjälpmedel - vad är bra och vad är gratis?

Torsdag 12 december, Julbord
Anmälan till Catharina.

Alla välkomna till Träffpunkten.

Torr Björk- /Ekved till Brasan-Grillen-Röken

Finklyvd björk (25-30 cm), ca 16-18 kg = 145 kr/säck

Finklyvd björk (20-25 cm), ca 12-14 kg = 95 kr/säck

Köp 10 st av de stora eller 15 st av de små per tillfälle
så får ni en extra säck GRATIS!

Klyvd eller Finklyvd ekved (ca 20-25 cm), ca 10 kg.

Perfekt för rökning av allt vilt, kött, fisk m.m.
= 150 kr/säck.

Vi erbjuder leverans och inbärning av veden till
Åtvidaberget och Linköping med omnejd. Begär offert.

Intresserad? Kontakta Bertil F. i Åtvid!

073 - 044 34 80

Grattis "lillasyster"

på din dag
den 25:e november!

Storasyster



Månadens tips i Åkerbo med omnejd

23/11 Tomtemys i Salfvedal, Yxnerum, kl. 11-15.
Mindre julmarknad. Servering av gröt, skink-smörgås, kaffe, lussebullar m.m.
Arr. Yxnerums hembygdsförening

24/11 Julmarknad i Landeryds hembygdspark,
Linköping, kl. 11-16. Hantverkare, lotterier,
korv, kaffeservering, loppis m.m.
Arr. Landeryds hembygdsförening

1/12 Adventsgudstjänst i Kapellet Vårdsberg,
kl. 10.00. Anders Ekstedt, kyrkkaffe.
Arr. Åkerbo frikyrkoförsamling

Julmarknad vid Vånga hembygdsgård,
kl. 11-15. *Arr. Vånga hembygdsförening*

Musikgudstjänst i Bankekinds kyrka
kl. 18.00. SAAB:s musikkår medverkar.
Arr. Svenska kyrkan, Åkerbo församling

7-8/12 Jul på Löfstad Slott, kl. 11-17.

14-15/12 Lokala hantverkare och matproducenter.
Pepparkaksbak och musik.
Entré: 110:- (3-17 år 50:-)

15/12 Luciagudstjänst i Östra Hargs kyrka, kl. 16.00.
Arr. Svenska kyrkan, Åkerbo församling

Onsdagar jämna veckor

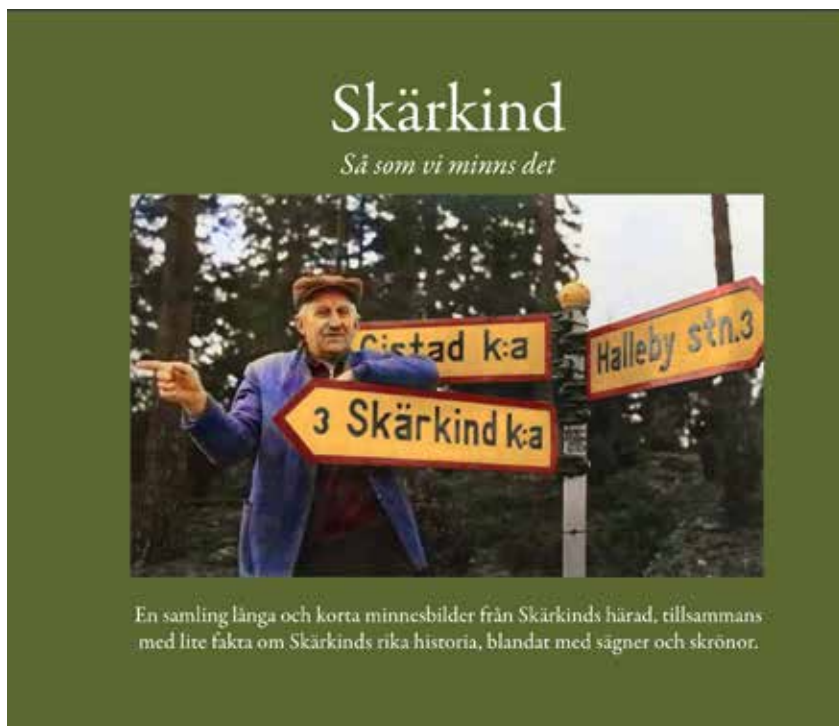
Dans i Skärblacks Folkets Hus., kl. 17-20.

Arr. PRO Skärblacks

För ytterligare information : Se annonser på annan plats i tidningen.



Snart släpps unik hembygdsbok **Skärkind - Så som vi minns det**



Skärkinds hembygdsbok låter läsaren upptäcka Skärkind genom de människor som bott här och bor här än idag. Bild: Skärkinds hembygdsförening.

Historia, skrönor, sägner, personliga berättelser, gårdar, föreningar, bredband och avlopp. Allt finns med i Skärkinds hembygdsbok som kommer inom kort.

INITIATIVET TILL en hembygdsbok om Skärkind togs 2018 av Sören Karlsson, dåvarande ordförande i Skärkinds hembygdsförening. En anledning att göra en sådan här bok var att man ingen hade tidigare. Skärkind nämns visserligen i andra skrifter, men mer är det inte.

Åtta personer har ingått i projektgruppen och alla har bidragit med så mycket man orkat. Att samla och välja

material har verkligen varit ett enormt arbete, men det har också varit mycket viktigt. Projektledaren Elsa-Maria Nilrot berättar:

– Vi har pratat mycket om att när vi har hemvändarevenemang eller Östgötadagarna, och folk kommer hit, att vi inte har något att ge dem i handen till försäljning, en bok om bygden.

– Boken har blivit fördröjd med två år. Sören tänkte att det skulle ta tre år.



Bo Jadeborn i projektgruppen och projektledaren Elsa-Maria Nillrot vid hembygdsstugan.

Jag tänkte fem.

– Pandemin gjorde att projektet låg nere, inte för att det behövdes utan för att det inte fanns lust.

Ytterligare en aspekt av varför man ger ut boken ger Bo Jadeborn i projektgruppen:

– Vi vill sprida det som finns i huset med alla papper och grejer så att det kommer ut. Det är synd att det ska ligga här.

Nu är det dock inte bara det hembygdsföreningen haft i gömmorna som finns i boken.

– Vi började träffas hade möten, pratade minnen, tittade i arkivet, berättar Elsa-Maria Nillrot. Sedan har vi gått ut till andra i bygden och frågat om de ville berätta något, ett minne eller historien om sitt hus.

– Ibland har vi fått några texter och minnen om allt möjligt i Skärkind, ofta från de utflyttade. Ibland har vi fått om någon gård, ibland har vi fått fragment och så har jag satt ihop dem.

– Vi ville inte bara berätta om hus och gårdar. Det blir aldrig fullständigt. Vi ville blanda upp med minnen för de finns inte kvar till nästa generation.

Hembygdsföreningen har samlat en sällan skådad, rent unik, bredd av ämnen. Den personliga framställningen i flera berättelser bidrar till att ta läsaren med till bygden och ofta till tider som varit.

Läser man innehållsförteckningen så är det enklast att säga att här finns allt: historia, runstenar, sägner,

forts. på nästa sida



Bokprojektgruppen (utan inbördes ordning): Britt-Marie Andersson, Erik Andersson, Inger Fredriksson, Oskar Grindemyr, Bo Jadeborn, Jan Johansson, Sören Karlsson och Elsa-Maria Nillrot.

Foto: Niklas Lanzén

skrönor, personliga berättelser, profiler, gårdar, föreningar, bredband och avlopp.

Skärkindsbygden är en väldigt gammal och betydelsefull trakt.

– Det var en knutpunkt och nu går inte ens bussen här. Vi har haft järnväg, bio och allt möjligt. En sak man kan säga är att det varit ett otroligt sträv-samt folk som bott här genom hela historien.

I en bok om 470 sidor och som täcker det mesta i bygden från 1200-talet till idag borde det finnas någon favorit och Bo Jadeborn svarar utan dröjsmål:

– Bojans berättelse, och sedan tycker

jag det här med avloppen, som också är nationellt intressant. Ja, Bäckeby också.

– Alla gillar vi väl Bojans berättelse och det var flera som blev väldigt berörda av den, säger Elsa-Maria Nillrot. Jag har nog ingen riktig ”enda” favorit, men Bojan finns med bland dem.

Just det personliga anslaget i

berättelserna är en styrka för att levandegöra. Bojans berättelse är ett bra exempel: ”Vi har valt att presentera den i sin helhet och på det vis som Bojan själv skrivit. Renskrivet och försiktig bearbetning av Bo Jadeborn.” står det inledningsvis. Ett litet utdrag ur det Bojan skriver själv:



Hembygdsmuseet ligger intill hembygdsstugan som skymtar i bakgrunden.

”I början av april, jag var då ej fyllda tre år, blev mor sjuk i lunginflammation. // Mor gick bort på tredje dagen.// Min äldsta bror var då 11 år. Mor blev bara 33 år. Vilken sorg. Hur skulle det gå för far, ensam med fem barn, fattigt och svårt på alla vis. Men det följer alltid en morgon på svartaste natt.”

Innehållet följer ingen tidsaxel, det blev för tråkigt. Man bestämde sig för att inte ha några kapitel i boken. Istället finns mellanrum med vinjettbild mellan de olika texterna.

– Där finns det en struktur, säger Elsa-Maria Nillrot. Jag tror på idén, men det är den enda strukturen som finns.

Boken är finansierad av Lagerfeldts stiftelse, hembygdsföreningens egna medel och inte minst genom så kallad gräsrotsfinansiering eller crowdfunding. Pengarna räckte nästan på kronan.

Boksläppet är satt till 7 december och ska vara i bygdegården inne i Skärkind.

Text och bild: Bo Bäckman



Skärkinds kyrka.

Ghost till Linköping



BILD: RYAN CHANG

När Ghost åker på världsturné nästa år stannar de till i hemstaden Linköping.

Nästa år beger det världsberömda Linköpingsbandet Ghost sig ut på en omfattande turné där både Europa och Nordamerika avverkas mellan april och september; däribland Madison Square Garden i New York, The O2 i London och Palacio de los Deportes i Mexico City. I skrivande stund planeras endast två spelningar i Sverige, däribland Saab Arena i Linköping den 22 maj.

– Att få se Ghost spela på hemmaplan i Linköping har varit en dröm som jag har jobbat för i många år så detta känns fantastiskt, säger Anders Thorén, evenemangschef på Visit Linköping & Co. Hela stan kommer att andas Ghost under den här veckan i maj och jag räknar med att många Linköpingsbor och tillresande kommer att ta tillvara denna unika möjlighet.

FREDRIK POLBACK

First Aid Kit i På spåret



*First Aid Kit, ett av säsongens
husband i På spåret.*

Årets säsong av *På spåret* är i full gång och som vanligt består programmet av en hel del musik. Sedan några år tillbaka använder man sig av flera husband. Just nu står Grammisbelönade Dina Ögon för musiken, men längre fram tar First Aid Kit respektive bob hund över stafettpinnen.

– Musiken i *På Spåret* är ju inte bara ett sätt att ställa en klurig fråga utan också att ge en present till publiken och kanske rent av skapa några klassiska tv-ögonblick, säger Håkan Thörn, musikredaktör för *På spåret*.

Några av gästartisterna som utlovas framöver är Anna Ternheim, Karin Wistrand, Amanda Jenssen och Lars Winnerbäck.

– Bland gästartisterna finns det mycket att se fram emot, säger Håkan Thörn. Det kommer bli extra mycket musik och extra allt helt enkelt.

FREDRIK POLBACK

Ekobrott blir tv-serie

TV4 gör just nu en dramaserie i fyra delar om den så kallade Trustorhärvan, ett av Sveriges största ekobrott. Serien är fritt baserad på Gunnar Lindstedts bok *Svindlande affärer* och handlar om en brittisk lord och tre svenska affärsmän som 1997 köpte det anrika investmentbolaget Trustor, för att sedan betala ut stora bonusar till sig själva. I rollerna ser vi bland andra Viktor Björkberg, Adam Lundgren och Erik Svedberg-Zelman.

– Nu är vi i gång med inspelningen och ambitionen är hög att leverera en ny spännande dramaserie om den sensationella heisten, säger Jon Mankell, exekutiv producent på TV4. Vi har ett



Viktor Björkberg, Adam Lundgren och Erik Svedberg-Zelman i TV4:s kommande miniserie.

välskrivet manus, en fantastisk rollista och stark regi, och dessutom utspelar sig serien i många häftiga 90-talsloca-tions.

FREDRIK POLBACK



Second Hand & Loppisar



Gör en rundtur till olika "fyndplatser" i trakten. Här är några tips ...

BJÖRSÅTER

Nostalgikvarnen
Stationsvägen 3. Lö - Sö 11-16.
Tel. 0705-10 90 03.

FILLINGE

Fillinge Lillgård. Rv 35 mellan
Bankekind och Grebo.
Öppet: Se skylt vid 35:an.

**Bankekindens hembygdsförenings
loppis** vid Fillinge Tingshus.
Rv 35 mellan Bankekind och Grebo.
Öppet: Se skylt vid 35:an.

FINSPÅNG

Ge för livet Second Hand
Skäggebyvägen 32,
Ti & To 13-18, Lö 10-14.
Tel. 0122-44 40 70.

Lada 107 Secondhandbutik & Café
Bergslagsvägen 45,
Fr 10-18, Lö-Sö 10-15.
Tel. 070-351 30 15.

FORNÅSA

Loppis i Fornåsa. Kvarngatan 4
Fr 11-18, Lö-Sö 11-15. 0141-70 150.

Älvan Station

mellan Fornåsa och Klockrike.
Spontanöppet helger. Tider läggs ut
på Instagram: loppisalvan eller messa
0708-144860. Kan öppna efter
överenskommelse.

GISTAD

Jannes Loppis. Antik och kuriosas.
Säsongsöppet juni - aug må - to 12-18.
V.v. ring innan 0703-6769 80 för att vara
säker på min närvaro. Förbi hockeyrink
och fotbollsplan, efter 300 m höger.
Se också www.janneigistad.se

GREBO

Norrby Gärdsloppis med inriktning
gamla allmogegrejer, småmöbler, retro.
Lö - Sö 12-15. Kör väg 35, sväng in till
Grebo, sedan 2 km mot Norrby, skylttat.
Tel. 0761-75 31 08

KISA

Hjärta till Hjärta Second Hand
Sjögatan 11. Ti 15-18, Fr 10-14 samt
sista lördagen i månaden 10-14.
Under juli ej öppet tisdagar.
Tel. 0494-100 04.

LINGHEM

Magasinet. Intill Linghems station.
On 16-19, Lö 10-14. Tel. 0702-98 10 30

LINKÖPING

Bohaget. Hagmarksgatan 7.
On, To, Fr 15-19. Tel. 013-31 43 44.

Bländebo loppis i Kaga
Bergsvägen mot Ljungsbro, ta av mot
Kaga kyrka/Ledberg, efter 4 km på
vänster sida. Lö-Sö 11-16.
Tel. 073-755 72 72. *STÅNGT jan-feb.*

Erikshjälpen Sceond Hand
Bonnorpsgratan 9 (Tornby)
Ti 10-18, On 10-18, To 10-18, Lö 10-16
Tel. 013-560 15 00.

Nostalgimix. G:a Tanneforsv. 17
(vid Friskis o Svetthis). Må-To 12-18,
Lö 11-15. Tel. 013-10 19 90.

**Relove me - Möbelrenovering
och återbruk**
Gottorpsgratan 31, Tornby.
För öppettider och mer info - se vår
hemsida, reloveme.se
Kontakt: info@reloveme.se

Röda Korset Secondhandbutik
Berga Centrum. Ti-On 11-15,
To 11-17. Tel. 013-12 24 50.

Röda Korset Secondhandbutik
Skäggetorp Centrum. Ti-Fr 11-18.
Tel. 013-12 24 50.

Hjärta till Hjärta Second Hand
Attorpsgratan 10 (Tornby)
Ti, On, To 11-18, Lö 10-16
Tel. vxl: 013-12 46 11

Hjälperksamheten ÅTERVINNINGEN
Industrigatan 38. Må-Fr 10-18,
Lö 10-15. Tel. 013-376 777

Loppis i Johannelunds Centrum
Skogslyckeagatan 5. Ti 15-18, On 10-13,
To 15-18, Fr 10-13. Tel. 070-403 47 13.
johannelundsplaskdamm@gmail.com

Stadsmissionens Second Hand
Roxtorpsgratan 14b (Tornby)
Ti, On, To 11-18, Lö 10-16.
Tel. 013-26 38 75

Swoppis

Roxengatan 14 (Tornby)
Obemannad swish-loppis & outlet,
Öppet alla dagar 10-18, även helger.

LJUNGSBRO

Ljungsbro Café & Secondhand
Centralplan 5. Ti-Fr 10-17, Lö 10-14.
Tel. 013-682 00

MALMSLÄTT

KG-lampan. Carl Cederstöms gata 11,
Malmslättis jvg-station.
Må & To 12-18, Fr 12-16, Lö 11-14.
Tel. 070-299 81 42. Utöver lamp-
butikens även en mindre loppis.

MJÖLBY

Hjärta till Hjärta Second Hand
Svänggatan 5. Tel. 0142-186 60
Ti, On, To 11-18, Lö 10-15.

MOTALA

Hjälperksamheten ÅTERVINNINGEN.
Södra Allén 23-25. Må-Fr 10-18,
Lö-Sö 10-14. Tel. 0141-504 88

Hjärta till Hjärta Second Hand
Turbinvägen 10
Ti, On, To 11-18, Lö 10-15
Tel. 0141-524 10

Busfrö Nytt och Bytt
Bismotalagatan (mitt i city)
Må-Fr 10-18, Lö 10-15.
Tel. 0141-209 988

NORRKÖPING

Ge för livet Second Hand
Finspångsvägen 27,
Ti 12-18, To 12-18, Lö 10-14.
Tel. 011-470 78 70.
Instagram: Geforlivet.norrkoping

Andra chansen secondhand
Kabelvägen 2. Må-Fr 10-18,
Lö 10-15. Tel. 011-10 10 80

Ria Second Hand - Hela människan
Järngatan 21, Ingelsta
Ti 10-18, On 10-15, To 10-18, Lö 10-15.
Tel. 011-36 61 00



Second Hand & Loppisar



Gör en rundtur till olika "fyndplatser" i trakten. Här är några tips ...

NORRKÖPING forts.

Erikshjälpen Second Hand

Järngatan 23, Ingelsta
Ti 10-18, On 10-16, To 10-18, Lö 10-15.
Tel. 011-18 07 10

Loppis på Ingelsta

Tennngatan 5. Lö-Sö 10-15.
Café med våfflor och hembakat.

Säpkullens Loppis

Albrektsv. 126, nära Östgötaporten
(Idrottsparken). Sö 12-15.
Tel. Hervor Wallentin 073-951 62 69,
Kerstin Nordenberg 070-445 15 19

Aftonstjärnan - Loppis

Smedstugugatan 10 C, Haga
Ti - To 11-15, Lö 10-14
Tel. 011-300 21 99

SKÄNNINGE

Skänninge Second Hand

Borgmästaregatan 32. Må-Fr 10-18,
Lö 10-14. Röda dagar och aftnar stängt.
Dagen före aftnar stänger butiken 15.00
FB: skänningesecondhand
info@skeningeav.se Tel. 0725-799 651

SKÄRBLACKA

Etiopienhjälpens Second Hand

Bergslagsv. 25. On 14-18 • Lö 10-14.
Tel. 0705-77 00 50.

Loppisboden i Skärblacka vid Kullerstads kyrka. Öppet under sommaren.
On 13-18, Lö-Sö 10-14.

SÖDERKÖPING

Söderköpings Återvinning och

Second Hand. Ringvägen 44
Må-Fr 10-18, Lö 11-15. Tel. 0121-129 15.

Röda korsets second handbutik

Skönbergagatan 6. Ti-Fr 13-17,
Lö 11-14. Tel. 0121-21083 eller
070-829 26 83.

"En till fest" Second handbutik för

Allt till bröllop och fest.
Hagatorget/Prästgatan 2D
On-To 12-18, Lö 10-14.

TALLBODA

Gerds Loppis och Second Hand. Värds-
husvägen 3. Öppet: Sö 13-16.
Se skyltar. Vid regn stängt.
Tel. 0704-46 88 75.

VRETA KLOSTER

Skattkammaren. Antikt, kuriosas,
återbruk & egen design. Stjärnorpsv 21,
Bergs slussar. Lö-Sö 12-15. Högsåsong
mera öppet. Ring gärna 0708-34 89 91 så
att vi är på plats.

VÅNGA

Vånga Loppis. Öppet alla dagar
under maj t.o.m. september.
Från Vånga kyrka mot Torp 2 km, skyltat.

ÅBY

Lions Åby Second Hand

Nyköpingsvägen 21. Fr 14-18, Lö 11-15.
Stängt aftnar och röda dagar.
Tel. 0702-96 43 27.

ÅTVIDABERG

Emma G:s Saker & Ting

Loppis & Antikt. Söderleden 6,
mittemot Sporthallen.
Ti, To 12-18, Fr 10-15, Lö 10-14.
Tel. 0703-16 41 59.

Gåvan Second Hand

Sunnebotorget 1.
To 14-18, Lö 10-13.
Tel. 0120-124 40.

Kenyaföreningens Second Hand

ÅSSA-huset, ingång från gården.
Ti och To 13-16, Lö 10-13. (Hiss)

Kenyaföreningens Second Hand

Getinggallerian, Tilasvägen 2.
On, To, Fr 12-16, Lö 10-13.

Ideella Föreningen Sri Lanka

Mejerigatan 2, (fd Gropen).
To 12-18, Lö 9-14.
Tel. 0705-66 77 83.

Röda Korset Secondhand

Torggatan 5. On 10-14, To 14-18,
Fr 10-14, Lör (tillsvidare) 10-14.
Tel. 0768-718774.

Åter-Bruket secondhand


ÅSSA-huset, vän 2 ingång
från gården (hiss finns).
Må, Ti, On 9-16, To 9-18.
(v25-35 Må-To 9-16).
Tel. 0703-583 168.

ÖRTOMTA

Sörby Säteri

Antikt och kuriosas
För öppettider se FB och Instagram.
Tel. 070-299 81 42, Susanne

**Ria**
SECOND HAND

 Hela människan

**VARMT VÄLKOMNA
TILL OSS!**

Hela människan Secondhand

Vi finns på Järngatan 21 på Ingelsta i Norrköping

Öppettider:

Tisd 10 - 18 • Onsd 10 -15 • Torsd 10 -18 • Lörd 10 -15

Butiken: 011-366 100 • Enhetschef: 0702-006 003
Handledare/Volontärsamordnare: 0735-012 431
secondhand.norrkopring@helamanniskan.se

Vill du skänka gåvor?

Skicka bild samt kontaktuppgifter till 0708-696 150 för bedömning så hör vi av oss.

Åkerbokrysset - november 2024


						SÅDANA SES SÅLLAN	JOSEPH PRISAD RYSK POET		STAD PÅ HALVÖ INTILL LÅNG BRO	
										SPOISES MED ÄPPLE
										OCH SMYCKE
				KLOCKSTAPEL						
				GÖR MÅNGA PÅ HARALD-DAGEN						
				FANTOMENBAS						
				IVO-RI-AN-STAD		SLÅS MED ARM				
				KAN DEN SOM KAN GRUNDEN			PUTTA	SMAK MED ROM KROMOSOMTYP		
HAR KAN-SKELUSEN MEN FÖGA IMPONERANDE			DEN HAR EN STRÖM-KARL KOLL PÅ	BLEV EK-MAN MED NIKITA UTSLAG	KLAR-TECKEN	STALL-PLATS	SOLDAT-ÄMNE BRÄKMATERIAL			
OMSTUVAD OISO-LERAD						TÄNDER KAN VARA VISA		KÄND LIRANDE BRASSE		
KAMEL HAR FLYTTATS							X-ORT	ÄR KÄNNE-TECK-NANDE		
FYLLER SNABBT INKORGEN										
FÖRE UPP-LÄGT HEM-VÄRN					LEDER EFTER EN IL	SÄG A		ADRESS-TYP VID-FAMNE		
						UT-SLÄPPS-EFFEKT	RADIO-BAND LÄGES-ORD	DRYGT MINI BAKVÄND PURE		
					HOTELL-LYX? BLEVL					
LUFT SOM FYLLER LUFTEN				VINKAR SVÅNG MAN KAN GÖRA		GÖR SIG INTE NÖJD TRE KORTA		SAMMA ÅT BÅDA HÅLL		
DET KAN FÅ EGEN KULA		KORT FÖRE TAL								

Bild: Bigstock. Konstruktion: Nils-Erik Öhlund

Lös fler roliga korsord!

Få en månads gratis medlemskap på Korsord.se!

Gå till: www.korsord.se/erbjudande

Fyll i din kod: [korsord2022](http://www.korsord.se/erbjudande)

Så var det dags för ett nytt småklurigt Åkerbokryss! När du har löst korsordet kan du skicka in bildtexterna, dvs. orden i de GULA rutorna, samt namn och adress till Åkerbobladet, Stationshuset, Tellbovägen 3, 585 64 Lingham eller maila samma uppgifter till info@akerbo.nu. Senast den 29 november vill vi ha ditt svar.

FÖLJANDE PRISER UTLOTTAS: 1:A PRIS – TVÅ TRISSLOTTER; 2:A PRIS – EN TRISSLOTT; 3:E PRIS – TVÅ MINITRISSLOTTER.

Bildtexterna i oktoberkrysset var "Paraplyorganisation" samt "Färgsprakande par".

Lösning se sidan 30. Ett stort GRATIS till vinnarna: 1:a pris – Ulla Carlsson, Lingham,

2:a pris – Inger Nordqvist, Kimstad samt 3:e pris – Gunilla Gustavsson, Linköping.

Vinsterna översändes med posten.

Åkerbobladet

Upplaga 18.800 ex.

Delas ut till cirka **15.000 hushåll** och **1.500 företag**

inom Åkerbo (Linköpings östra kommun) samt Björsäter, Grebo-Värna, Hackefors, Sturefors, Norsholm, Kimstad och Skärblacksa, dvs. dessa orter med omnejd: Askeby, Bankelind, Björsäter, Ekängen, Gistad, Grebo-Värna, Hackefors, Hjulsbro, Kimstad, Landeryd, Lillkyrka, Lingham, Malmskogen, Norsholm, Rिंगstorp, Rystad, Skärblacksa, Skärkind, Sturefors, Tallboda, Törnevalla, Vårdsberg, Örtomta, Östra Harg, Östra Skrukeby, samt dessutom i Falerum, Yxnerum och Hannäs, Sättuna, och industriområdena Steninge, Tornby, Kallerstad och Torvinge i Linköping.

Runt 3.000 ex. delas ut i egen regi, och tidningen finns därför tillgänglig ÄVEN på följande platser:

Bankekind: Gummiverkstan, Roynes Däck o Motor

Björsäter: Märten Lanthandel

Falerum: Klädhuset, Mari-Nettes, Mor & Dotter

Finspång: Ge för livet Second Hand, Lada 107

Gistad: Gistad Veterinärpraktik

Grebo: Pizzeria Grebo

Hackefors: Industrimodeller, Marinmotor

Hjulsbro: ICA Flamman

Kimstad: Kimstad Pizzeria, Handlar'n

Kvarnvik: Sjöberga Lanthandel

Lingham: Himnahallen, Magasinet

Linköping Central: BJ's Mode, Härdesign HD32,

ICA Nära Matbiten, Gospelshopen

Hemköp Storgatan, Föreningshuset Fontänen

Linköping Ekholmen: Biblioteket

Linköping Garnisonen: Stora Coop

Linköping Johannelund: Biblioteket, ICA Supermarket, Er Veterinär

Linköping Majelden: Hund & Kattshopen

Linköping Steninge: Priso Hemköp, Återvinningen Second Hand

Linköping Tannefors: ICA Supermarket, HälsoAgenten

Linköping Tornby: Stadsmissionen Second Hand, Hjärta till hjärta

Linköping Ulstämna: Östenssons

Linköping Vidingsjö: ICA Skillingen

Ljungsbro: ICA Nära, Preem-macken

Norrköping: Återvinningen Second Hand, Ria Secondhand,

Erikshjälpen Second Hand, Ge för livet Second Hand,

Såpkullens Loppis

Norsholm: ICA Nära Brasken, Circle K-macken, Kapten Bille's, Norsholm SlussCafé

Skärblacksa: Biblioteket, Etiopienhjälp Second Hand,

ICA Supermarket, Pizzeria Domino, Blackas Pizzeria,

Salong Hotnailpunktcom

Sturefors: ICA Nära, Restaurang El Greco

Svärtinge: ICA Nära

Vreta kloster: Skattkammaren

Vånga: Cattis Hårbod

Värna: Gårdsbutiken Herrsätters Gård

Åtvidaberg: Biblioteket, Gåvan Second Hand, Kenyaöreningens

Second Hand, Ellie's Café & Bistro, Åter-Bruket secondhand,

Emma G:s Saker & Ting, Sri Lanka Second Hand

Åkerbobladet

Planerad utgivning

Nr	Manusstopp	Utdeln.dag
12	Fre 29/11	Sön 15/12



Utebliven tidning?

Åkerbobladet delas ut av SDR till alla hushåll i Åkerbo kommun, Skärblacksa, Kimstad, Norsholm, Sturefors, Hackefors och Hjulsbro samt till hushåll i Grebo-Värna med Linköping som postadress.

Skulle du sakna Åkerbobladet i din brevlåda på utdelningsdagen, kan reklamation till SDR ske via SDR:s hemsida www.sdr.se - via mail linkoping@sdr.se eller tel 013-473 17 80.

Till boende i Björsäter, Falerum, Hannäs sker distribution via Postnord.

TRYCK:

LTAB Linköpings Tryckeri AB

LTAB



Åkerbobladet

Postadress: Tellbovägen 3, 585 64 Lingham

Telefon: 013 - 21 96 20

e-post: info@akerbo.nu

Hemsida: www.akerbo.nu

MEMLEMMAR I

GRATIS TIDNINGARNA

Mer information: www.gratistidningarna.se

Åkerbobladet ges ut av Mineo Media.

Ansvarig utgivare: Nils-Erik Öhlund.

Annonsbokning: 013-21 96 20, info@akerbo.nu

Annonsgranskning: Vi förbehåller oss rätten att avböja olämpliga annonser.

Betalningsvillkor: Faktura 15 dagar.



Monika
Hallberg

Pizzabullar är perfekt att ta med på vinterns aktiviteter. Lika goda varma som kalla.

Pizzabullar

16 - 20 stycken

Ugn 230-250 grader

25 gram jäst

2 dl ljummet vatten

1 msk olja

1 tsk salt

5-6 dl vetemjöl

Rör ut jästen i vattnet i en bunke.

Rör i olja, salt och mjölet.

Knåda eller låt degmaskinen arbeta degen smidig.

Låt jäsa minst 1 timme.

Kavla ut degen till en rektangel ca 30 x 40 cm.

Fyllning

1-1½ dl chilisås (ketchuptyp)

1-2 rivna vitlöksklyftor

1 tsk torkad oregano

1 msk olja (gärna olivolja)

Rör ihop fyllningen och bred ut på pizzabotten.



Topping

150 gram rökt strimlad skinka

1 dl skivade gröna oliver

200 gram riven ost

Toppa pizzan med skinka, oliver och riven ost.

Rulla ihop och skär 20 bitar.

Lägg i muffinsformar, oljad muffinsplåt eller direkt på bakplåtspappersklädd plåt.

Grädda 12-15 minuter.

Ta ut bullarna och låt svalna.

JUBILEUMSPRISER

LURS ytterdörrar **20%**



Passa på, prishöjning 2025

Vi hjälper dig hela vägen
Rådgivning | Hembesök | Installation

Erbjudandet gäller till 19/12-24

sun|safe
EN SOLSKENSAFFÄR

011-160800 | Fjärilsgatan 21, Norrköping
013-130500 | Fjärrvärmevägen 3, Linköping

www.sunsafe.se

ALTANDÖRR PÅ KÖPET *

0% RÄNTA I 4 ÅR*



Börjar det bli kallt om fötterna?

Kallras uppstår när inomhusluften närmast det innersta glaset kyls ner på grund av att glaset inte kan hålla kylan ute. Ett fönster med lågt u-värde gör saken bättre. Varmare golv och du kan sänka inomhustemperaturen utan att det upplevs som kallare.

Besök gärna vår stora utställning på Roxviksgatan 8D i Linköping.



Boka ett gratis hembesök
020-78 00 00 | www.morups.se

* Läs mer om kampanjen på vår hemsida.