



Vårdö kommunkansli, tel. 47900  
öppet måndag-torsdag kl. 9-15  
e-post [info@vardo.ax](mailto:info@vardo.ax)  
[www.vardo.ax](http://www.vardo.ax)

Material till Vårdö Info:  
[llindfors@aland.net](mailto:llindfors@aland.net)

# Wårdö info

Nr 8 årgång 36

## AUGUSTI 2024

Nästa nr kommer 2 september 2024 stoppdag 25 aug

### ANNONSER WÅRDÖ INFO 2024

KOMMUN-  
INVÅNARE OCH  
VÅRDÖFÖRE-  
NINGAR 0,-

FÖRETAG OCH  
SAMFUND I  
VÅRDÖ SAMT  
ÖVRIGA UTAN-  
FÖR VÅRDÖ:

♦ helsida 69,-  
♦ halvsida 35,-  
♦ ¼ sida &  
mindre 25,-  
♦ material efter  
stoppdag + 25,-

**STOPP-  
DAG**  
alltid  
**25:e**

### PRENUMERATION

Via brev eller  
e-post,  
45,-/år

Via hemsidan  
[www.vardo.ax](http://www.vardo.ax)  
ingen kostnad

### UTGIVNING

som regel  
första post-  
dagen varje  
månad.  
Finns även på  
[www.vardo.ax](http://www.vardo.ax)

### INFO- REDAKTÖR

Lisbeth  
Lindfors, tel.  
0457 0537066

### ANNONS- MATERIAL TILL

[llindfors@aland.net](mailto:llindfors@aland.net)



### ANBU DSFÖRFRÅGAN

Vårdö kommun utbjuder byggarbetena för  
**tillbyggnad av  
Solbackens daghem.**

Anbudsfrågan är publicerad på kommune-  
nens hemsida [www.vardo.ax/anslagstavla](http://www.vardo.ax/anslagstavla)

Anbud skall vara Vårdö kommun  
tillhanda **senast 18 augusti 2024.**

### BYGGNADSTEKNISKA NÄMNDEN SEMESTERINFORMATION

Byggnadsinspektör/kommuntekniker  
Fredrik Packalén har  
semester 8.7-11.8.2024,  
vid brådskande ärenden och frågor  
kontakta kommunkansliet  
tel. 47900 eller e-post: [info@vardo.ax](mailto:info@vardo.ax)

**PSSST! Vattenavläsning  
senast 1.8. för fritidsboende.**



VÅRDÖ KOMMUNFULLMÄKTIGE  
sammanträder torsdagen den  
**8 augusti 2024**

kl. 19.00 på kommunkansli.

Matilda Björklund, kommunfullmäktiges ordf.



KOMMUNKANSLIET

**ÖPPET I AUGUSTI**  
MED  
**begränsad  
bemanning.**

Förhandsboka  
gärna besök  
till enskild  
tjänsteman.

**SKOL-  
START**  
**15.8.2024**  
**kl. 8.50.**



**Välkomna till  
ett nytt läsår  
i Vårdö skola!**

**Första skoldagen  
avslutas kl. 12.**  
Därefter går vi enligt  
ordinarie schema.



Se  
upp  
i  
trafiken!



## BIBLIOTEK och KULTUR

Soliga hälsningar från bibban!

### Sommarutställningen

## Topp till tå

med hantverkarkonstnären, vårdökocken, **Zandra Wallins** underbara, sagolika virkningar och illustratören, bibliotekarien **Hannamari Ruohonens** sagoskogs-akvareller visas i biblioteket till 29.8.2024.

Under sensommaren byter Zandra ut några alster, så det finns nya virkningar att beundra.



## Uppdrag vatten

Till 29.8.2024 finns även Uppdrag vatten-kasse att låna i biblioteket. Uppdrag vatten är ett gemensamt projekt av de åländska biblioteken, Vattenskydd.ax, Bärkraft.ax, Marthaföreningen m.fl. Det är en kasse fylld med utrustning för att utföra vattenrelaterade uppdrag och experiment som kan göras ut- och inomhus. Lånetiden är 14 dagar. **Låna gärna tillsammans med dina barn!** Se mer info om kassens innehåll på bibliotekets Facebooksida.

## Påminnelse till föräldrar

som har en blivande förstaklassare hemma: kom ihåg att fylla i och lämna tillbaka lappen, som kommit hem med posten, till biblioteket. Tanken är att varje ny elev får ett eget lånekort första gången klassen besöker biblioteket. Utan lånekort kan man inte låna hem några böcker.



**Kontakta biblioteket**  
tel. 47970 / biblioteket@vardo.ax /  
Messenger för dina inköpsönske-  
mål/reservationer!

*Välkommen  
till ditt bibliotek!*



## KONTAKTUPPGIFTER VÅRDÖ KOMMUN

**KOMMUNKANSLI** tel. 47900

Öppet måndag - torsdag kl. 9-15  
e-post: info@vardo.ax www.vardo.ax

adress: Vårdöbyvägen 11, 22550 VÅRDÖ  
Kommundirektör Erik Brunström  
tel. 47990 eller 0457 3458 790

e-post: erik.brunstrom@vardo.ax

**BIBLIOTEK** tel. 47970

Vik. bibliotekarie Hannamari Ruohonen  
Öppet tisd. och torsd. kl. 13-16.30 & 18-20  
e-post: biblioteket@vardo.ax

**BYGGNADSKANSLI** tel. 47920

Byggnadsinspektör Fredrik Packalén  
månd. - onsd. kl. 9-15 tel. 0457 3430 527  
e-post: fredrik.packalen@vardo.ax

**CENTRALKÖK** tel. 47980

Kock Zandra Wallin centralkoket@vardo.ax

**DAGHEMMET SOLBACKEN**

Föreståndare Marie Lundell tel. 47940  
eller 0457 3456 368

e-post: marie.lundell@vardo.ax

**FASTIGHETSSKÖTSEL**

Ledande fastighetsskötare Paul Grüne  
tel. 0457 3458 088  
Fastighetsskötare Jan Holm 040 5946 705

**FRITIDSHEM** tel. 47930

Fritidshemsledare Siv Grönvall-Diederichs

**SKOLA** tel. 47960

Föreståndare Irene Sjölund  
e-post: irene.sjolund@vardoskola.ax

**STRÖMSGÅRDEN** tel. 47950

Vikarierande äldreomsorgsledare  
tel. 0457 3459 302

e-post: aldreomsorg@vardo.ax

**ÅTERVINNINGSCENTRALEN**

Jim Sundström tel. 040 7268 258



## BYGGNADSTEKNISKA NÄMNDEN

Byggnadstekniska nämndens följande möte hålls **måndagen den 26 augusti 2024**. Handlingar för ärenden som skall behandlas vid mötet skall vara kommunen tillhanda **senast den 19 augusti 2024**.

**Byggnadsinspektör/kommuntekniker Fredrik Packalén har semester 8 juli – 11 augusti**, vid brådskande ärenden och frågor kontakta kommunkansliet tel. 47900 eller e-post: [info@vardo.ax](mailto:info@vardo.ax)



## BYGGNADSTEKNISKA NÄMNDEN KOMPOSTANMÄLAN

Efter den nya lagändringen i avfallslagen behöver den som komposterar sitt bioavfall i egen kompost vara införd i ett register hos kommunen.

De som har kompostavdrag angivet på fakturan behöver alltså inte höra av sig till kommunen.

De som införskaffar ny kompost och önskar erhålla kompostavdraget får skicka uppgifter eller höra av er till kommunen för beviljande av kompostavdrag.

Kontakt: [fredrik.packalen@vardo.ax](mailto:fredrik.packalen@vardo.ax) tel. 47920.



## BYGGNADSTEKNISKA NÄMNDEN

Kommunens vattenabonnenter bör **meddela kommunen om vattenläckage** även om det reparerats.

Informationen behövs eftersom läcksökning utförs när vattenbolaget hör av sig när det **åtgår mer vatten än normalt.**



## KOMMUNDIREKTÖREN

*~ har ordet ~*

Kommunkansliet i Vårdö håller öppet hela sommaren men med begränsad bemanning till följd av semester. Beslutsorganen har lite uppehåll över sommaren och mycket går på sparlåga.

Tjänsten som äldreomsorgsledare har varit utannonserad igen och under första veckan i augusti håller både kommunstyrelsen och -fullmäktige möte varvid beslut kan tas om tillsättande av tjänsten. Kommunstyrelsen kommer även att avge remissutlåtanden över bland annat förslag till turlistor på samtliga linfärjor samt om kommande revidering av landskapsandelssystemet mm.

Kort före sommarsemestrarna meddelade landskapsregeringen avsikt att införa turlista på samtliga linfärjor och att även själva turtätheten för desamma redan var fastställd, utan att berörda kommuner då alls hade hörts. Möten har sedan hållits med landskapet och missnöje getts uttryck för. Vi har nu fått fram till en bit in i augusti på oss att ge ett utlåtande och kommunen har en delegation som kommer att delta i ytterligare möten med landskapet efter det. Sista ordet är månne inte sagt.

Före sommaren sju sattes även den för hela Ålands alla kommuner gemensamma räddningsmyndigheten. Landskapet meddelade också i ett sent skede att man ytterligare förlängt tidsfristen för verkställandet av producentansvar i avfallshanteringen. Mellan kommunerna finns det för övrigt pågående diskussioner rörande kommunalförbunden NÅUD och Oasen och även rörande avropande av gemensamma ekonomi- och journalsystem mm.

Under sommaren har här hos oss på Vårdö inletts åtgärder för renoveringar på Strömshärdan och inför tillbyggnad av daghemmet. Strömshärdan är nu fullbelagd och antalet barn ökar på dagis.

Efter sommarsemestrarna kommer mycket av fokus i kommunledningen att ligga på arbetet med budget för nästa år. Enligt uppföljning av innevarande års första hälft följs årets budget riktigt bra och förverkligade kostnader är mindre medan dito intäkter är större än under samma period föregående år. Årets budget innebär emellertid ett kännbart underskott och mycket är ännu osäkert i fråga om bl a förväntat inflöde av skattemedel etc.

Ordinarie kommundirektör är sedan juni åter på heltidstjänstgöring men kommer att ha semester under ett par veckor ytterligare i augusti, emedan övrig personal då ska vara tillbaka i tjänst.

Med hälsningar från kommunkansliet och en önskan till er alla om en **riktigt härlig fortsättning på sommaren 2024.**

Erik Brunström, kommundirektör  
[www.vardo.ax](http://www.vardo.ax) +358 457 3458 790



ÅTERVINNINGSCENTRALEN  
I LISTERSBY HAR ÖPPET

**1.4-30.9**

**måndagar kl. 18-20**

och månadens sista helgfria

**lördag kl. 11-13.**

**ÅVC skötare Jim Sundström**

tel. 040 7268 258

-----  
**ÄNGÖ BUSSÖ BERGÖ**

Då ingen direkt tillgång till återvinningscentral finns kan övrigt avfall lämnas vid

Svinryggens deponi

i Jomala,

**öppet vardagar kl. 12-16.**

-----  
När kommunal årlig  
avfallshanteringsavgift erläggs är  
mängden som förs kostnadsfritt  
**max ca. 1 bilsläp eller 1 m<sup>3</sup> / månad.**



VÅRDÖ KOMMUN SÄLJER  
en ur bruk tagen, registrerad

**BÅTRAILER**

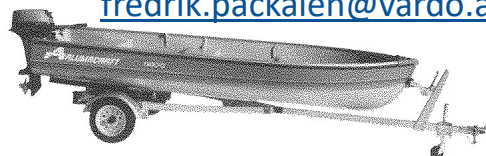
av märket Brenderup.

Trailern finns till påseende vid branddepån på Vårdö.

Anbud skall vara Vårdö kommun,  
Byggnadstekniska nämnden tillhanda  
**senast 12 .8 2024.**

Anbud sänds per post till Vårdö kommun,  
Vårdöbyvägen 11, AX-22550  
Vårdö eller per e-post:

[fredrik.packalen@vardo.ax](mailto:fredrik.packalen@vardo.ax)



**Medis Vårdö 24**

**Höstterminens kurser**

- nästan bara lokala kursledare!

**Aktiv hundpromenad med  
Johanna start 18.8.24**

Träna styrka med Malin  
start 5.10.24

Tovning med Agnetha  
start 7.10.24

Tredimensionell glasmosaik  
med Ritva start 26.10.24

Lera med mera Alejandra  
start 9.11.24

**ANMÄL DIG DIGITALT REDAN NU!**  
till <https://medis.ax/kurser/>

# TACK

till alla besökare  
för all uppvaktning  
med anledning av invigningen  
av sjöräddningens  
nya stationshus i Hummelvik.

Antal besökare under dagen var  
**ca 130 personer.**  
**Helt fantastiskt!**

Sjöräddningen i Vårdö





# ONLINETRÄFF OM BOOT 2025

## 14.8.2024




Företagsam Skärgård rf och Riksföreningen Gästhamnar Sverige bjuder alla gästhamnsföretagare och andra intressenter med på en onlineträff den 14.8.2024 kl 18.30. Mötet ordnas i samband med projektet BaltSusBoating2030. Agendan på mötet är att diskutera om möjligheter att medverka i Boot 2025-mässan i Düsseldorf, Tyskland.

Anmäl dig på mötet via projektledare Henna-Mari Koski på [henna.koski@skargarden.ax](mailto:henna.koski@skargarden.ax)



ONLINETRÄFF  
21.8.2024  
KL.18:30

Välkommen med på onlineträff med Jenny Jonstoj som är ny Nationell kontaktpunkt för Central Baltic Programmet på Åland. Jenny kommer berätta om programmet som nu är igång och hur projektansökningsprocessen ser ut.

Anmäl dig senast 19.8.2024 på [info@skargarden.ax](mailto:info@skargarden.ax)





## Vill du göra något annat?

### Delta då i vårt projekt Enhanced ERA

Det treåriga projektet, Enhanced Employment Opportunities in Rural Areas, syftar till att förbättra egenföretagandet för skärgårdsbor i åldern **50+ och ungdomar** genom entreprenörskapsutbildning, mentorskap och nätverkande.

Vi söker nu personer som är intresserade av att delta i ett internationellt entreprenörskaps utbildningsprogram som sträcker sig över åtta månader och inkluderar både online och utbildning ansikte mot ansikte (80timmar). Programmet kommer att innehålla regionalt och gränsöverskridande nätverk, mentorskap och individuellt arbete, vilket i slutändan vägleder deltagarna i att utveckla sina egna affärsidéer och skapa en affärsmodell. De som genomför programmet kommer att få ett certifikat från Estonian University of Life Sciences. Förutom **deltagare** söker vi också **mentor** för deltagarna.

**Kriterier för deltagarna:**  
Deltagarna i projektet måste vara personer:  
1. Född antingen före 1.4.1974 (50+) eller efter 1.4.1999 (upp till 25).  
2. Som inte är företagare för tillfället, eller företagare som vill sadla om.  
3. Som bor på landsbygden i programområdet.  
4. Som förstår och kan tala grundläggande engelska.  
5. Som är villiga att lära sig och tänker delta i hela programmet.  
6. Som är villiga att samarbeta internationellt.  
7. Som är villiga att stanna på landsbygden som företagare eller anställda.

skicka in din fritt formulerade ansökan senast 13.9.2024 till : [agneta.wackstrom@skargarden.ax](mailto:agneta.wackstrom@skargarden.ax) eller Jomalagårdsvägen 16-11 22150 Jomala




## Lär dig mer om Östersjön

### Låna Uppdrag Vatten hos oss!

Uppdrag Vatten är en kasse som samlar vattenrelaterade uppdrag och experiment som kan utföras utomhus och inomhus. Kassen innehåller den utrustning som behövs för att utföra uppdragen och finns att låna fram till Östersjödagen den 29 augusti.




## BUTIKSTUREN

### - FÖR PENSIONÄRER - på fredagar kl. 10

⇒ från Listersby  
Bomans taxi  
tel. 47742, 0400 892 142

⇒ från Simskäla,  
Katarinas taxi  
tel. 0400 605 831



**Seffers Hembygdsgård**  
från 1700-talet, Lövövägen 230  
har öppet måndag-fredag  
**1.7– 16.8.2024 kl. 12-17**

Kaffeservering  
med hembakat bröd  
och Ålands pannkaka

Fritt inträde

*Välkomna!*

önskar Vårdö Marthaförening r.f.

QR koden för Vårdö turistinformation finns nu  
också på Seffers; på väggen mot stora vägen.



VÅRDÖ KOMMUN  
TURISTINFORMATION  
TURISTI INFO  
TOURIST



**ONSDAGAR I  
GRUNDSUNDA**

**1.7-31.8.2024**

**Lasse Erikssons  
fartygsmuseum  
kl. 12-20 \*)**

Övriga tider enligt  
överenskommelse  
tel. +358 18 47626,  
+358 457 3828 459

**Wennströms  
lanthandel**

Öppet enligt  
överenskommelse  
tel. +358 400 476 393

\*) med reservation för  
eventuella förhinder.

**Bli medlem  
i Vårdö  
kulturforening.**

Vårdö kulturforening har nu  
övertagit kulturstiftelsens  
verksamhet och tillgångar.

**Bli medlem**  
genom att betala in  
**medlemsavgiften**

till konto

IBAN FI17 6601 0010 8425 08



### *FORNELDARNAS NATT*

*I forna tider tändes eldar kring kusten för att vägleda sjöfarare i land och varna invånare om hotande fara. Senare började man under den sista lördagen i augusti tända eldar kring kusten för att fira sommarsäsongens avslutning. Skyddandet av Östersjön har gett traditionen Forneldarnas natt en ny och djupare dimension.*

*Den gemensamma kedjan av eldar förenar länder kring Östersjön och symboliserar den ömsesidiga oron om Östersjöns välmående. Alla länder behövs i de konkreta handlingar som ska rädda Östersjön.*

*(citrat från ancientlights.eu)*

# **Kom med och fira Forneldarnas natt**

Varje år firas Forneldarnas natt. Även i år kan Du göra det med en tre-rätters middag hos Cafe' Vindla, Bruksvägen, Töftö, lördagen den 31 augusti kl. 18.30.

### **KVÄLLENS MENY**

Förrätt: Smörstekt maltlimpa med kallrökt laxröra

Varmrätt: Oxfilé Oscar *alt*

Torskrygg med brynt smör *alt*

Zucchini- och veg.halloumibiffar med bönsallad

Efterrätt: Semifreddo på två sätt



**Varje deltagare får medtaga egen ( stark ) dryck**

Musikalisk underhållningen av Jenny Carlstedt och Marcus Boman under kvällen.



Kvällen kostar 45€ per person, vegetariskt 40€ per person.

Anmälan görs till Mamma Mia's godsaker, 0400 846 706, [sjokulla@aland.net](mailto:sjokulla@aland.net) eller Mia Påvals på Messenger senast den 16 augusti. Anmäl då även eventuella allergier. Vi försöker tillmötesgå alla önskemål.

## **Välkommen!**

Mamma Mia's godsaker och SNAP Kultur i samarbete. En del av kvällens inkomster går till Östersjöfonden.

Ljuslyktor att släppa ut på vattnet, om vädret tillåter, säljs för 2€/st.



## Har du tidigare varit närståendevårdare? Då kan du vara den vi söker!



### Folkhälsan ordnar verksamhet med mål att stödja närståendevårdare i alla åldrar

Allt vara närståendevårdare kan kännas meningsfullt men också tungt och innebära begränsningar i den egna friheten. En närståendevårdare gör en stor och ovärderlig insats i samhället och vi vill gärna utveckla vårt stöd till dem. Vi söker nu dig som genom vår frivilligverksamhet vill ge lite av din tid till att stödja dessa personer. Stödet kan ges individuellt eller i grupp.

Är det intressant?

Kom med på vårt infotillfälle **den 9.9 kl. 16.00**

Du förbinder dig inte till något genom att delta i infotillfället.

Anmäl ditt deltagande **senast 3.9** till Annette Hagman tfn 52/063 (ej SMS)

Eller e-post: [annette.hagman@folkhalssan.ax](mailto:annette.hagman@folkhalssan.ax)



## Lådracet!

### Grattis till juli-vinnarna

Hullvik	Jänis
Kyrkkroken	Ramona Andersson
Listersby	Marika Hannus
Sandösund	Nina Åberg
Simskåla	Jennie Slotte
Töftö	Hannamari Ruohonen
Vargata	Christian O.

#### Barnvinnare:

Kyrkkroken	Ebbe W-M
Listersby	Elza

Tag med familjen, släkten, vännerna eller grannen på en tur någon av Folkhälsans lådor och njut av sällskapet och naturen.

Skriv datum, namn (för- och efternamn) och telefonnummer i häftet så deltar du i **utlottningen varje månad den 24:e.**

Lådorna är uppe till 25 september 2024!

**Ha en trevlig sommar!**  
önskar Folkhälsan på Vårdö r.f.



## Höstens aktiviteter för seniorer vid Folkhälsan på Åland

Du är välkommen att delta oavsett i vilken kommun du bor. Håll även utkik efter nya kurser, aktiviteter och evenemang under hösten. För mer detaljerad info om kurserna se Folkhälsan på Ålands webbsida eller slå oss en signal. Du hittar information om vad som är på gång på Folkhälsan på Ålands webbsida eller Facebooksida samt i lokaltidningarna under föreningsinfo. Nedanstående aktiviteter hålls i Mariehamn.

#### ■ Starka kvinnor 70+

Måndagar kl. 11–11.45. Start 2.9, 14 tillfällen. 112 €.

#### ■ Styrka och balans för synskadade

Måndagar kl. 13–13.45. Start 2.9, 14 tillfällen. Gratis.

#### ■ Styrka och balans för seniorer

Måndagar kl. 15–16. Start 2.9, 14 tillfällen. 119 €.

#### ■ Chilla för seniorer

Avslappning och återhämtning. Måndagar 10–10.45. Start 7.10. 6 tillfällen. 30 €.

#### ■ Vattengympa för seniorer

Två grupper, tisdagar 12.30–13.15 och 13.30–14.15. start 10.9, 12 tillfällen. 108 €.

#### ■ Linedance i lugnt tempo

Tisdagar kl. 14–15. Start 10.9, 12 tillfällen. 102 €.

#### ■ Stolyoga för seniorer

Onsdagar kl. 10–10.45. Start 11.9, 12 tillfällen. 96 €.

#### ■ Styrka och balans –Lugnare tempo!

Onsdagar kl. 12–13. Start 4.9, 14 tillfällen. 119 €.

#### ■ Styrka och balans för seniorer

Onsdagar kl. 13–14. Start 4.9, 14 tillfällen. 119 €.

#### ■ Starka kvinnor 70+

Onsdagar kl. 10–10.45. Start 4.9, 14 tillfällen. 112 €.

#### ■ Starka seniorer 70+

Torsdagar kl. 11.15–12. Start 5.9, 14 tillfällen. 112 €.

#### ■ Starka seniorer, digitalt – Träna var du vill!

Torsdagar kl. 13.00–14.00. Start 5.9, 6 tillfällen. 42 €.

#### ■ Kreativ rörelse

Torsdagar kl. 13.30–14.30. Start 12.9, 12 tillfällen. 102 €.

#### ■ Öronakupunktur enligt NADA

Torsdagar 10.00– ca 11. Start 26.9. 10 tillfällen. 80 €. Hjälper ej mot hörselnedsättning.

#### ■ Yoga för seniorer

Två grupper, fredagar kl. 9–10.15 eller 10.30–11.45. start 13.9, 12 tillfällen. Kostnad 108 €.

#### ■ Att läsa tillsammans

Lördagar kl. 10–11.30. Start 7.9, 6 tillfällen. Gratis.

#### ■ Stickcafé

Onsdagar kl. 13–15.30. Start 4.9. Ingen anmälan. Gratis.

#### OBS! Du kan anmäla dig till ovanstående kurser

från och med **14.8 kl. 10.00** på tfn 018 527 043 / 018 527 063 eller [www.folkhalssan.fi/aland](http://www.folkhalssan.fi/aland) eller Folkhälsans Allaktivitetshus, Skeppargatan 11 kl. 10–12. På webbsidan finns en TESTKURS där du kan prova att anmäla dig så att det flyter smidigt när det är dags.

I höst fortsätter även HERRliga gruppen, Måndagsmålama, Lunchvännerna, discgolfen, lunchträffar för närståendevårdare m.m. Håll utkik i medierna.

Vid frågor, kontakta koordinators för äldre och hälsa Erika Borenius-Kankkonen, tfn 018 527 043, e-post [erika.borenius-kankkonen@folkhalssan.ax](mailto:erika.borenius-kankkonen@folkhalssan.ax). Jag är på plats igen 12.8.





# Strömsgårdens aktiviteter i augusti 2024

för boende på Strömsgården och samtliga ålderspensionärer > 65 år.

## Torsdag 1.8

kl. 17.30 Film i dagsalen.

## Lördag 3.8

kl. 13.30 Bingo med personalen.

## Onsdag 7.8

Utflykt till Båthusudden - om vädret tillåter.

## Torsdag 8.8

kl. 17.30 Film i dagsalen.

## Tisdag 13.8

kl. 17.30 Film i dagsalen.

## Onsdag 14.8

kl. 13.00 Sångstund.

## Torsdag 15.8

kl. 18.00 Per-Allan med matte Cecilia kommer.

## Lördag 17.8

kl. 13.30 Bingo med personalen.

## Tisdag 20.8

kl. 9.00 Frisören kommer.

## Torsdag 22.8

kl. 17.30 Film i dagsalen.

## Lördag 24.8

kl. 13.30 Bingo med personalen.

## Tisdag 27.8

kl. 18.00 Vänhundarna kommer .

## Onsdag 28.8

kl. 13.00 Sångstund.

## Torsdag 29.8

kl. 9.00 Fotvårdaren kommer.

## Fredag 30.8

kl. 17.00 Kräfts-kiva.

## Info om aktiviteterna:

Samtliga aktiviteter hålls på Strömsgårdens äldreboende.



**Högläsning** har vi varje vecka. Det går bra för boende/utomstående att önska bok.

**Sångstund** är inplanerat en gång varannan vecka. Då kommer de från församlingen och sjunger med oss en stund.

**Mimosel** är ett hälsofrämjande program för äldre som erbjuder samvaro, diskussion, balans och minnesträning samt rörelseglädje. Denna aktivitet är inplanerad en gång i månaden och hålls vanligtvis i av Christa Evans o. musik/sång med Helena Påvals och Karl-Anders Lindholm.

**Filmkväll** har vi ca. en gång i veckan. Boende & utomstående får gärna komma med önskemål.

**Vänhundarna** kommer en kväll i månaden för att umgås med de boende.

**Stickcafé** är andra torsdagen i månaden. Detta är en trevlig stund av hantverkstips, social samvaro och god fika.

**Besökshunden** Per-Allan och hans matte Cecilia kommer regelbundet och hälsar på till Strömsgården. Besökshunds-verksamheten går mycket ut på att klappa, borsta (vilket kan vara bra träning för stroke patienter med rörelsenedsättning). Man kan träna motorik med att pussla då hunden plockar pusselbitar från golvet och ger till deltagare. Hunden kan snurra på ett "lyckohjul" och/eller tärning och deltagarna gör övningar beroende på vilken siffra det hamnar på och får ge hunden godis. Regelbundna träffar med besökshund ger både psykiska och fysiska goda hälsoeffekter.

## Vid frågor eller anmälan

angående aktiviteter på Strömsgården, vänligen kontakta Elin Grönlund per tel. 018 47950 eller 0457 345 9302.

**Prenumerera kostnadsfritt**  
på Vårdö Info och kommunens protokoll;  
[www.vardo.ax/prenumerationer](http://www.vardo.ax/prenumerationer)



**VÅRDÖ HÄLSO- & SJUK-  
VÅRDSMOTTAGNING**

Öppet enligt tidsbokning;

**mån-tors kl. 12-13**

**tel. 018 533 540**



# CENTRALKÖKETS LUNCHMENY

## 2.8-2.9.2024

Strömsgårdens  
boendes mattider:  
Lunch kl. 11.30  
Middag kl. 16.00  
Kvällsmål kl. 19.00

Obs! Viss reservation för förändringar i menyn beroende på tillgång på råvaror.

**Utomstående**, kryssa för de dagar ni vill ha mat, skriv namnet på och lämna in till köket/Zandra.

	Fredag	2	Pyttipanna, stekt ägg	
	Lördag	3	Laxpudding, skirat smör, dessert	
	Söndag	4	Currykyckling, ris/potatis, dessert	
	Måndag	5	Havets wallenbergare, potatis	
	Tisdag	6	Skinksås, potatis	
	Onsdag	7	Ärtsoppa	
	Torsdag	8	Dagens fisk	
	Fredag	9	Helstekt griskött med äppelsås	
	Lördag	10	Raggmunk, stekt fläsk, dessert	
	Söndag	11	Korvgryta med dill och pepparrot, dessert	
	Måndag	12	Köttbullar, gräddsås, potatis	
	Tisdag	13	Fiskgryta smögen	
	Onsdag	14	spenatsoppa, ägghalvor	
	Torsdag	15	Dagens fisk	Skolstart
	Fredag	16	Köttfärslåda	
	Lördag	17	Lindströmsbiffar, potatis, dessert	
	Söndag	18	Örtbakat nötkött, potatis, dessert	
	Måndag	19	Spenatlasagne	
	Tisdag	20	Barnens val	
	Onsdag	21	Gulaschsoppa	
	Torsdag	22	Dagens fisk	
	Fredag	23	Köttfärslimpa, gräddsås, potatis	
	Lördag	24	Fläsklägg, rotmos, dessert	
	Söndag	25	Janssons frestelse, dessert	
	Måndag	26	Svampcurrygryta	
	Tisdag	27	Tortellinigratäng	
	Onsdag	28	Italiensk kycklingsoppa	
	Torsdag	29	Dagens fisk	
	Fredag	30	Lasagne	
	Lördag	31	Matjeslåda, dessert	
	Söndag	1.9	Dillkött, potatis, dessert	
	Måndag	2.9	Halloumistroganoff	

**PS. Utomstående, som vill äta lunch** på Strömsgården i helgerna bör meddela det till köket senast två dagar innan, så köket hinner beställa råvaror och laga mat så det räcker till.

*Smaklig måltid!*

Köket tel. 47980

