

Vingåkers bladet



LOKAL ANNONSTIDNING I VINGÅKERS KOMMUN OCH ÖSTERNÄRKE

NR 1 - 2026 - ÅRGÅNG 12

ÄVEN I ÖSTERNÄRKE

Innehåll:

Föreningspresentation:

SPF Gullvivan i Vingåker

Föreningspresentation:

**Rock & Skrammel /
Vingåkersvrålet**

Företagspresentation:

Folktandvården i Vingåker

Företagspresentation:

Tant Ametist och Gubben Fräs

Företagspresentation:

The Studio Soulsyncmovement

Företagspresentation:

Jane Lyzell och Lyztran

www.vingakersbladet.se



Vår egen jord

40 liter

**3 för
199:-**



Planteringsjord

40 liter

**4 för
135:-**



20 olika sorters
Sättpotatis
ex. Amandine

**Blomsterlök
Sättlök**

• Gullök • Rödlök • Silverlök
• Charlottenlök • Vårlök

- Bensin 2-takt
- Sågkedjeolja



Provinsbutiken
HEM & LANTBRUK

Sävstaholmsvägen 5 • 0151-51 14 16

www.provinsbutiken.se

Öppettider: måndag-fredag 8-18, lördag 9-13

**Din lokala
trädgårdslieferantör**



- Planteringsjord • Gödning
- Gräsfrö • Fröer • Redskap
- Träolja • Vilt nät • Trästolpar
- Elstängsel • m.m.

**Din lokala
pool- & spaleverantör**



- Dags- & veckoklor
- Chockklor • Poolrent • Cleaner
- Alg- & flockmedel
- PH+ & PH- • Alkanitet • m.m.

**Din lokala
grill-leverantör**



- Kol- & gasolgrillar
- Paellapanna • Grillpanna
- Grillkol • Briketter • Tändvätska
- Halster • Tänger • m.m.

**Nr 1
24 mars**

**Nr 2
21 april**

**Nr 3
19 maj**

**Nr 4
16 juni**

**Nr 5
8 september**

**Nr 6
20 oktober**

**Nr 7
17 november**

**Nr 8
15 december**

Föreningspresentation

SPF Gullvivan i Vingåker

”Samarbete är viktigt för oss pensionärer i Vingåker,” inleder Lasse Karlsson, ordförande i SPF Gullvivan i Vingåker vårt möte. Vi sitter i lokalen som SPF delar med PRO och SKPF på Sävstagården i Vingåker. Han fortsätter, ”Vi har bra samarbete med de två andra pensionärsorganisationerna, men också med Vingåkers kommun som stöttar våra lokala pensionärsorganisationer, bland annat med den lokal som vi sitter i. De har hjälpt till och utrustat lokalen med teknik som storbilds-TV och skrivare. Tillsammans med de andra pensionärsorganisationerna och även tillsammans med kommunen ordnar vi flera gemensamma aktiviteter. Jag som är medlem i SPF är välkommen när PRO eller SKPF har något som jag tycker är intressant att delta i.”



Gullvivans ordförande Lasse Karlsson

ser för användare av mobiltelefoner och Ipad. Totalt deltog närmare 70 personer i både nybörjar och fortsättningskurserna. ”Vi har t. ex. genomfört tågresor till Hallsberg och Flen för att alla ska kunna lära sig att köpa tågbiljett på Mälartågs app i mobilen.”

”Den 1: a juni i fjol hade vi öppet hus i slottsparken - bland annat var alla pensionärer inbjudna till en tipspromenad, där de hade blivit ombedda att ta med sig mobiltelefon. Det vi inte visste var att nationellt anordnades en ”mobilmfri dag” den 1: a juni, just den dagen som vi pensionärer i Vingåker skulle ta med sig sin mobil för att kunna lära sig mer om hur vi kan använda den.” Lasse skrattar lite över den missen.

Månadsmöten

I SPF anordnar vi månadsmöten dit vi bjuder in någon som antingen sjunger, spelar eller föreläser om något intressant ämne. Väntar vi oss många besökare kan vi vara i samlingsalen på Humlegården (kommunens äldreboende) som rymmer drygt 80 personer. Men om vi har någon riktigt intressant person så räcker inte ens den lokalen. När Göran Persson (tidigare statsminister) kom, så förstod vi att det skulle komma många besökare. Så klart ville vi vara säkra på att alla besökare skulle få plats, så vi hyrde Folkets Park. Det gjorde vi rätt i, det kom ett hundratal intresserade personer. En annan känd person som är uppvuxen i Vingåker är Göran Greider. Tänk om han ville komma, det är säkert många som kommer ihåg honom från hans tid i Vingåker och han är en spännande person att lyssna till.

Sävstagården

Lasse Karlsson, ordförande i SPF Gullvivan och jag fortsätter vårt möte i lokalen som SPF delar med PRO och SKPF på Sävstagården. ”Här i huset finns det mycket bra verksamhet som kommunen driver, bland annat en restaurang som även serverar fika och här finns bra trygghetsboenden. Det finns även lokaler där vi kan ha möten, spela bridge, bingo eller canasta. Det enda negativa är att det fattas parkeringsplatser, då många av oss är bilburna och det inte alltid är lätt att hitta en plats att ställa bilen på här i närheten.”

Projektet säker@digitalt

Lasse fortsätter med att berätta om ett numera avslutat projekt tillsammans med PRO och SKPF för att öka kunskapen om digitala hjälpmedel hos kommunens äldre. Kjell Sternberg var knuten som digidellots på Vingåkers bibliotek via kommunen. Han genomförde kur-



Pensionärsföreningarnas gemensamma lokaler finns på Sävstagården.

Samarbete med de andra pensionärsorganisationerna

Kommunens tre pensionärsorganisationer bjuder in varandras medlemmar till de aktiviteter som anordnas. Till exempel är PRO är stora på boules och på vintertid anordnar de ”kasta påse” eller ”cornhole” som det heter och som genomförs inomhus. Sommartid anordnas boules i Baggetorp en gång per vecka, där finns tre banor och på Vingåkers IP som har 15-16 banor.

Kommunala Pensionärsrådet (KPR)

Pensionärsorganisationerna har möten tillsammans med kommunens företrädare där frågor som är viktiga för äldre i Vingåkers kommun tas upp. SPF representeras av Sonja Kantonen och Bengt Lind och KPR sammanträder fyra gånger per år. Från Vingåkers kommun har kommundirektören Ralf Edin varit både drivande och positiv till de frågor och krav vi äldre har.

Ett viktigt arbetsområde för Kommunala Pensionärsrådet har varit att arbeta med ”Ekosystem för en åldersvänlig bygd.” Ett projekt hur framtiden Vingåker behöver organiseras för att fungera och vara attraktiv för kommunens äldre invånare.

Framtiden för SPF

Lasse Karlsson avslutar vår intervju med att blicka framåt för SPF Gullvivan; ”Jag och många med mig hoppas på ännu fler intressanta aktiviteter, exempelvis studiecirkel eller utflykter. Och då behövs det fler som vill vara funktionärer. Vi från styrelsen stöttar gärna om någon medlem vill starta upp och ta ansvar för någon aktivitet.”

SPF

SPF Vingåker har knappt 300 medlemmar sedan SPF Baggetorp slogs ihop med SPF Vingåker. Nationellt har SPF närmare 250 000 medlemmar organiserade i cirka 700 föreningar. Prioriterade frågor för SPF är; äldres ekonomi, hälsa och omsorg, boende samt rätten att arbeta. Ordförande i SPF är tidigare äldreministern och landshövdingen i Örebro län, Maria Larsson.

Text och bild: Dag Calminder

INFO

Ordförande; Lasse Karlsson,
076-24 10 928
Hemsida: spfseniorerna.se/distrikt/sormland/foreningslista/vingaker/
Facebook: Spf Seniorerna Gullvivan Vingåker
Mail: gullordf@googlegroups.com

Butiken med brett sortiment!

Toapapper 379:-
Katrins, bal med 42 rullar

Långkalsonger med älgar på
Herr
Stl L-XXL
100% bomull
145:-

Canadajacka Varmfodrad
Stl M-2XL
495:-

Solrosfrön
15kg, Svenska foder strimmiga
299:- inkl. moms

Träskor Calmare Skoindustri
Färgade Mjuktoffel Skyddstoffel
stl 35-41 stl 38-47 stl 38-47
299:- 399:- 595:-

Mixade Flanellskjortor
Stl 39-46 179:-

Redbackboots med stålhätta
1.995:-

Stövel låg
Nokian
895:- inkl. moms

Gräsgödsel
Mossa 10 Kg
199:- inkl. moms

Förvaringssäck ved
Nät med fast botten 1,5 m²
199:- inkl. moms

Gourmetboll Vildfågel
50 st i hink
129:- inkl. moms

www.lindmans.nu • Må-fr 9.00-17.00 • Lö-sö stängt • www.kramp.com

LINDMANS MASKIN AB

Sjögöle Skola, Baggetorp. 0150-222 97

Tresteg i snedsteg

EN KOMEDI AV DEREK BENFIELD
I ÖVERSÄTTNING AV
ADDE MALMBERG

HÖGSJÖ KULTUR OCH TEATERGRUPP PRESENTERAR 2026 ÅRS
FÖRESTÄLLNING PÅ
HÖGSJÖ FOLKETS HUS

SPELDATUM 2026
11, 12, 19, 25, 26 APRIL, KL. 16:00
17 APRIL, KL. 18:00

BILJETTER VIA:
NORTIC.SE
eller from 30 mars
TELEFON 0703-26 68 28
MÅN-TORS 17-19

PRIS: 250:-

BILJETTER GÅR ÄVEN ATT
KÖPA I KASSAN

I SAMARBETE MED

ABF Sörmlands Sparbank **atr**

VÄLKOMNA

SMASHED BURGERS
2021
AMK

till vår VITA matvagn
som ni hittar på
outletområdet Vingåker

Vi serverar saftiga
SMASHED BURGERS
som dom ska smaka

100% svenskt nymalt nötkött

Rekommenderas av

Öppettider på
AMK'S Smashed burgers

Vi finns här för dig när du behöver oss

Tillsammans kan vi skapa en begravning som speglar den avlidnes liv på ett personligt, varmt och omtänksamt sätt.

Jourtelefon dygnet runt 0150-330 29.
Varmt välkommen till oss i Vingåker.

Samuel Vikingson
 Kerstin Källsner
 Christian Liljegren

ÖSTLUNDS BEGRAVNINGSBYRÅ
Storgatan 19, 643 30 Vingåker
0151-106 65 | vingaker@ostlundsbyra.se
Öppet tisdagar 9.00-15.00, övrig tid enl. ök.
www.ostlundsbyra.se

ÖSTLUNDS BEGRAVNINGSBYRÅ

Öppettider

Mån-tor 13-17
Fre 13-16
Lör 10-14

FÖNSTERLYFTET Fönsterverkstad
 MÖBELLYFTET Tapetserarverkstad

- Fönsterrenovering
- Möbeltapetseri
- Kursverksamhet
- Byggnadsvårdsbutik

Läs mer på:
dubbellyftet.se

dubbellyftet
 dubbellyftet

Brinkbacken Nyängslund 643 94 Vingåker

Trivsamma lägenheter 5 minuters promenadväg från Vingåkers stadskärna

NU TVÅ LEDIGA LÄGENHETER (2:a och 3:a)

Alla balkonger i söderläge
 Stor parkering
 Varm- och kallgarage
 Lekpark och sandlåda
 Utegrupp

KB Snickaren
070 - 219 43 16
kbsnickaren.se • info@kbsnickaren.se

MITSUBISHI ELECTRIC
VÄRMEPUMPAR

ENLIGT REDAKTIONEN FÖR TIDNINGEN VILLAVET
BÄST I TEST
2025

ROT 30%

ecodan LUFT-VATTENVÄRMEPUMPAR

KONTAKTA OSS SÅ HJÄLPER VI DIG!

MÄHLQVIST RÖR AB

HANTVERKSGATAN 25, VINGÅKER | KONTAKT: 0151-51 81 50 | VINGAKER@MAHLQVIST.SE

Föreningspresentation

Rock & Skrammel / Vingåkersvrålet

Fredagen den tolfte och lördagen den trettonde juni kommer Vingåker att "invaderas" av 1500 älskare av hård och tung rockmusik då festivalen Vingåkersvrålet äger rum. Under de två dagarna ska inte mindre än 28 band spela i Folkets Park. Bakom festivalen ligger den nybildade föreningen Rock & Skrammel. Jag har stämt möte med festivalgeneralen Patrik Forssén.

Patrik är ursprungligen från Stockholm. Han flyttade till Finspång 2003 och det var där han träffade sin blivande fru Myra-My. 2015 gick flyttlasset till Högsjö där paret bor med sina fyra barn. Patrik har alltid älskat rockmusik och han var också länge aktiv musiker. Problem med händerna har tyvärr tvingat honom att lägga gitarren på hyllan. Han arbetar i vårdsektorn men berättar att han är utbildad grävmaskinist och maskinförare.

Patrik berättar att idén till festivalen kläcktes för cirka fem år av honom och kompisen Johan Björklund från Brevens Bruk. (Johan är också musiker och spelar i ett punkband från Kumla.) Det var dock inte förrän 2025 som planerna realiserades. Ursprungligen hade man tänkt anordna festivalen i Högsjö men man insåg snart att orten är för liten för ett arrangemang i den här storleken. Kontakt togs med med Jörgen Larsson i Folket Park-föreningen och så började planeringsarbetet.



Charolina Forssén

hon börjat lyssna mer på hårdare musik och att hon numera gillar flera av de band som kommer till festivalen.

Den musik som kommer att spelas på festivalen kan sägas tillhöra två genrer; Heavy metal (benämns oftast bara som metal) och punk. På festivalen kommer fjorton band i vardera genren att spela. Banden börjar spela kl 13.00 båda dagarna och man kommer att sluta vid midnatt. Varje band kommer att spela i 40 eller 60 minuter.

Metalmusiken började utvecklas i slutet av sextioalet i England av band som Led Zeppelin, Deep Purple och Black Sabbath. Genren karakteriseras av hög volym, distade gitarrer och utmanande mörka texter. Den har sedan utvecklats i ett flertal olika så kallades subgenrer, t.ex. thrash metal, death metal och doom metal. Festivalens mest kända band är ett metalband; The Haunted. De bildades 1998 och har givit ut hela tolv album.

Punkmusiken uppkom i mitten av 70-talet i England och USA. Punken var en protesterörelse mot samhällets kommersialisering och musiken var lättspelad, snabb och aggressiv. Den tidiga punken syftade ofta till att chocka och provocera och band som Sex Pistols, Ramones och Clash blev stora. Även punken har utvecklat flera olika subgenrer, t.ex. hardcore och skatepunk. Festivalens mest kända punkband är Köttgrottorna som bildades redan 1983 och har givit ut ett tiotal album sedan dess.

Antalet festivalbiljetter till försäljning är 1500 och Patrik berättar att försäljningen går bra. Besökarna kommer både från när och fjärran. En av de första biljetter som såldes köptes faktiskt från Washington, USA. Man marknadsför



Patrik Forssén

Föreningen Rock & Skrammel bildades och dess första arrangemang blir nu denna festival. Förutom Patrik och Johan består föreningens styrelse av Myra-My Forssén, Elias Christenson, Charolina Forssén och Oskar Lindberg. Johan är föreningens ordförande men inför festivalen är det Patrik som gör merparten av förberedelsearbetet. Det är därför han titulerar sig festivalgeneral.

Patriks syster Charolina berättar att hon inte har varit intresserad av den sorts musik som banden på festivalen spelar och hon ville heller inte vara med i föreningen. Efter långdragna övertalningsförsök från Patrik har hon dock accepterat. Hennes roll på festivalen kommer att vara sjukvårdare, vilket passar bra då hon är utbildad undersköterska. Hon berättar också att

sig nästan uteslutande via olika sociala medier. Detta är en uppgift som sköts av Charolina Forssén.

På gräsmattan utanför kommer man erbjuda tältplatser där besökarna kan övernatta för en billig peng och på andra sidan vägen finns det platser för husbilar och husvagnar. De deltagande långväga banden kommer att övernatta på Båsenberga Hotell- och konferens, vilka sponsrar festivalen med nedsatta priser. Patrik välkomnar fler sponsorer och man kan också bli stödmedlem i föreningen för 100:-/år.

Det kommer att spelas musik växelvis från två scener på festivalområdet, den fasta utomhusscenen och en inhyrd scen från ett Örebroföretag. Förstärkare, ljud- och ljusanläggning hyrs in från katrineholmaren Oskar Modigs företag Modig Media. Alkoholhaltiga drycker serveras av Mat & Nöje på en inhägnad del av området och på området kommer det att finnas tre olika foodtrucks; Viltvagnen, AMK's Smashed Burgers och Stomvalls Smakstation.

Alla som jobbar med festivalen gör det helt ideellt och fler volontärer är välkomna. Om festivalen genererar vinst kommer denna att användas till föreningens framtida projekt. Eftersom

man brinner för att skapa speltillfällen för ungdomar och vuxna vill man jobba för att det ska finnas replokaler i Vingåker. Man ser det som väldigt värdefullt att det ska finnas mötesplatser där musikintresserade kan få utveckla sin musik i samarbete med likasinnade. Vingåkersborna har hittills ställt sig väldigt positiva till arrangemanget. Föreningens medlemmar kommer också att gå runt och presentera sig och festivalen för dem som bor i närheten.

Patrik hoppas att detta ska bli ett årligt återkommande arrangemang och undertecknad håller med. Allt som kan sätta Vingåker på kartan genererar positiva effekter för hela samhället och ska uppmuntras.

Text och bild: Mats Lantz

INFO

Hemsida: vingakersvralet.se
Facebook, Instagram och TikTok:
sök på Vingåkers Vrålet
Mail: rockochskrammelkf@gmail.com

BROTTSOFFER
JOUREN
 116 006

KATRINEHOLM
 •
 FLEN
 •
 VINGÅKER

Telefon: 073 - 020 38 29
 mail: info@katrineholm.boj.se

Upplev äkta indisk mat med rika smaker och traditionella kryddor

Populära rätter:
 Kyckling Tikka Masala (mild)
 Lamm Karahi (stark)
 Palak Paneer (veg)

Ät hos oss eller ta med hem

RAJA
 RESTAURANG
 INDISK RESTAURANG

Köpmang. 15, Vingåker
 Öppet: Mån - Sön 11:00 - 21:00
 Varmt välkomna!

SAVE THE DATE!
Vingåkers
Pride 2026
22 augusti



Byles Däck
 Däck - Fälgar - Service

Tel. 0760-29 06 24 • www.bylesdäck.se  

Stefan Gren  **FIRSTSTOP**
 Byle Tisnaräng 1, 643 94 Vingåker
 byle1@hotmail.se

Säljer och monterar MC däck

OCL BRORSSONS
 FÄLGSPECIALISTEN

HANKOOK
MICHELIN
Firestone
nokian
TYRES
BRIDGESTONE
PIRELLI
FALKEN
 TYRES
SPECIAL
Fälgar



Continental **ANDSAIL**
NEXEN TIRE KUMHO TYRES
Laufenn **GOODYEAR**
 Journey in Style

Onlinebokning via hemsidan.

Vi utför rörmokeri och VVS arbeten

Installation och service av:

- Värmepumpar
- Pellets pannor
- Oljepannor
- Vattenrening
- Med mera

Servar och installerar




Albin / Kim
 Bondegatan 20 (delvis bemannat)
 643 30 Vingåker
 070 - 774 43 81 (ring gärna innan besök)
 info@cvror.se • Facebook: cvror ab



Företagspresentation

Folktandvården i Vingåker

Visste du att i Vingåker startades Sveriges första Folktandvårds-klinik redan 1937. Det var den då drivande tandläkaren Karl Johan Rying som startade den i lokaler på Storgatan. Innan han startade Folktandvårds-kliniken fanns några så kallade försöks-kliniker runt om i Sverige. I Sörmland är Folktandvården orga-niserad som ett helägt dotterbolag till Region Sörmland, det ägs alltså av oss sörmlänningar.

”Vi prioriterar förebyggande arbete så långt det är möjligt och försöker på så vis minimera reparativ tandvård”, säger Maria Pettersson, tandsköterska och kliniksamordnare på Folktandvården i Vingåker.

På kliniken på Storgatan är de åtta an-ställda; tandläkare, tandsköterskor och tandhygienister. Med på intervjun är förutom Maria Pettersson även Eva-Sara Nordenbjörk som just nu är tillför-ordnad klinikchef i Vingåker. Vi tre sitter i det lilla lunchrummet mitt i kliniken. Maria Pettersson fortsätter: ”Folktand-vården representerar hela vårdkedjan, från allmäntandvård till specialisttand-vård. Det betyder att kunden alltid har tillgång till den tandvård som denne behöver, oavsett om det handlar om en vanlig undersökning eller om avancerad käkkirurgi.”



Maria Pettersson

Folktandvården i Sörmland

Totalt arbetar ungefär 480 medarbetare inom Folktandvården i Sörmland. På Mälarsjukhuset i Eskilstuna, på Nyköpings Lasarett samt på en mindre enhet på Kullbergsgata Sjukhuset i Katrineholm finns specialisttandvård samt tandregle-ring.

Familjär klinik i Vingåker

Eva-Sara Nordenbjörk är områdeschef över Folktandvården i Katrineholm, Flen och Vingåker och rycker för när-varande in som tillförordnad klinikchef i Vingåker tills en ny chef är rekryterad. Hon tycker att Vingåkerskliniken sticker ut positivt: ”Det är en liten familjär tandvårds-klinik där medarbetarna trivs och gärna stannar kvar, vilket märks.

Vi har funnits på den här adressen sedan 2001.”

I Sörmland samarbetar Folktandvårdens kliniker och de olika yrkesgrupperna och medarbetarna är bra på att ta hand om varandra, det märker kunderna. I Vingåker kallas alla kunder i tid och klini-ken hinner också med att utföra akuta undersökningar samma dag.

Tandläkarskräck

Maria Pettersson berättar att kliniken i Vingåker inte har tillgång till lustgas, som de som är riktigt rädda vill ha för att sätta sig i tandläkarstolen. Men vi tar ordentligt med tid på oss och går igenom vad som ska hända för att skapa trygghet. För våra allra yngsta tar vi hjälp av Bolibompa-draken för att visa vad vi kommer att göra.



Bolibompadraken är ett fint pedagogiskt hjälpmedel som används vid behandling av små barn

Vingåker bland de första i landet med frisktandvårdsavtal

På Folktandvården kan du teckna avtal på tandvård till fast pris. Du får den tandvård som du behöver till fast pris och slipper överraskningar i form av oväntade eller höga tandvårdsräkningar, med andra ord får du kontroll över dina kostnader för tänderna. En rotfyllning tillsammans med en krona kostar cirka 10 000 kronor utan avtal. I hela Sörmland är det drygt 35 000 kunder som valt att teckna avtal. Frisktandvårdsavtalet gäller för dig som är mellan 20 år och 66 år och du börjar alltid med att genomgå en undersökning för att tandläkaren ska se om det lönar sig med frisktandvårds-avtalet eller inte. De behandlingar som är undantagna från avtalet är exempelvis kosmetisk tandvård (som fastsätt-ning av tandsmycken), tandreglering, tandskydd, rehabilitering av slitna bett



samt skador till följd av olycksfall. Om du är mellan 20 och 23 år och hamnar i den lägsta prisklassen så kan du få en månadskostnad så låg som 35 kronor. De som är 67 år och äldre omfattas av den nya tandvårdsreformen som infördes i januari 2026. Den innebär att om du är 67+ betalar du endast 10 procent av referenspriset för de flesta tandvårds-behandlingar.

Tips för att hålla tänderna friska

Maria Pettersson, som är en av kliniken tandsköterskor, delar gärna med sig av sina bästa tips för att du ska hålla tänderna friska:

- Borsta dem ordentligt två gånger per dag med fluortandkräm.
- Använd tandstickor, tandtråd eller mellanrumsborste för att komma åt att göra rent mellan tänderna. Du kommer inte åt där med den vanliga tandborsten.
- Småät inte mellan måltiderna och drick vatten om du är törstig, ingen sö-tad dryck.

Frisktandvårdsavtal ingår enligt Maria också i en god tandhälsa och är speciellt förmånligt för dig som är ung.

De vanligaste behandlingarna som utförs av Folktandvården i Sörmland

Tandsten

Tandsten är vanligt. När den väl har bildats kan du inte borsta bort den själv. Då behöver du besöka din tandläkare eller din tandhygienist som har speciella instrument för att få bort tandstenen. Om du inte tar bort tandsten kan den till slut leda till inflammation i tandkötet och därefter tandlossning.

Lagning av tand

En lagning av en tand kan behöva göras om du får ett hål som orsakas av karies eller om en gammal lagning går sönder. Du väljer själv om du vill ha bedövning eller inte.

För att tandläkaren ska få bort all ka-ries behöver tandläkaren i regel borra. Därefter gör tandläkaren rent och fyller igen hålet. Nu för tiden är det vanligaste fyllnadsmaterialet en plast som kallas komposit. Fyllningen härdar när tandlä-karen lyser på den med ett speciellt ljus. Ibland kan tandläkaren använda guld eller porslin som fyllning, men det är inte så vanligt. Till sist putsas fyllningen så att den blir blank och slät och passar bettet. Den får inte bli för hög, du måste kunna bita ihop ordentligt.

Munapotek

Maria avslutar med att lyfta fram kli-nikens lilla munapotek med utbud av produkter som underlättar din skötsel av tänderna. Där hittar du utvalda mellan-rumsborstar, tandtråd, tandborstar, tand-kräm mm.

Text och bild: Dag Calminder

KONTAKT

Adress: Storgatan 19 b

Telefon: 0151-120 40

Telefontid: Måndag - torsdag 7 - 16

Fredag 7 - 15.15

Mail: ftv.vingaker@regionsormland.se



AMA
Entreprenad & Skogstransport
070-402 8000
amaentreprenad@gmail.com

- Vindfällan
- Enstaka träd
- Tomtröjning
- Större gräsytor
- Putsning hagmark
- Städning av hästhagar





Vingåkers byggnadsnämnd

SOS KONSTRUNDA 2026

i PÅSK

Gratis entré

Vernissage långfredag kl 11-16
Säfstaholms slott i Vingåker
Musikunderhållning av LUK

Samlingsutställning 3-6 april
Öppet alla dagar kl 11-16
Lördag - måndag ordinarie entrépris

Öppna ateljéer
Långfredag kl 13-16
Påskafton & påskdagen kl 11-16




Vi har fin påskmarsipan, påsktårter och andra godsaker.

Öppettider:
måndag-fredag 08-18
lördag 09-15
söndag stängt

Storgatan 3, Vingåker




Några platser kvar i Viltspår Nybörjare och Vardagslydnad med focus på Aktivitet och Träning

Anmälan se hemsidan

www.svenskahundklubben.se/vsn eller  **VSN Svenska Hundklubben**




Foto: Lena Svendsdotter Johansson



Vingåkershem
Vingåkers Kommunfastigheter

Trygga hem i hjärtat av Sörmland!

Hos Vingåkershem hittar du bostäder där det är lätt att trivas. Vi erbjuder trygga och välskötta hem nära natur, service och gemenskap.

Välkommen hem till Vingåkershem!

Besöksadress:
Kapellgatan 3, Vingåker

Kontaktuppgifter:
vingakershem@vingaker.se
0151-462000



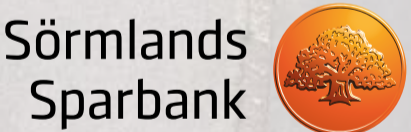
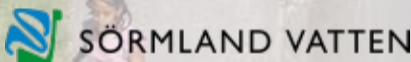



Torsdag 14 maj

2026 VINGÅKERS LOPPET



Stolt sponsor av Vingåkersloppet:



Anmälan
T-Shirt ingår
vid anmälan
senast 30 april



Stora loppet
Lagtävling
3-manna
anmäl NU



Start och mål i Tennisparken Vingåker.

Lilla loppet på 1 km:
För barn födda 2017 och senare.
Kostnad 50:- (Efteranmälan på plats 75:-)

Mellan loppet på 2,5 km:
För barn födda 2013-2016.
Kostnad 50:- (Efteranmälan på plats 75:-)

Stora loppet på 5,2 km:
För ungdomar och vuxna födda 2012 och tidigare.
Kostnad 200:- (Efteranmälan på plats 300:-)

Priser till alla som deltar.

Anmälan sker på:
<https://entry.racetimer.se/sv/events/233/>

Följ oss på sociala medier, Vingåkersloppet.




Plan för Vingåker

Vi vill förbättra vardagen för vanliga arbetande människor. Ditt liv och din vardag ska bli bättre och enklare.

Vi satsar på trygg omsorg och barnens bästa i en liten välmående kommun



Ulrica Strand

Anna Thorsjö

Magnus Bosson

**Katrineholms
Begravningsbyrå**

Byrån vid torget • 0150-150 60
katrineholmsbegravningsbyra.se



**Vingåkers
Begravningsbyrå**

Köpmangatan 12 • 0151-750 760
vingakersbegravningsbyra.se

Flen - Katrineholm - Vingåker

Vi finns till din hjälp i en av livets mest omvälvande stunder. Vår målsättning är att varje begravning ska utformas utifrån personliga tankar och värderingar.

Vi erbjuder catering för alla tillfällen. Oavsett om du ska ha en liten tillställning med några få personer eller en festmåltid för många!

Välkommen med din beställning!



Ring oss på 0151 51 80 57 eller mejla oss på:
delikatesscityhalleningaker@supermarket.ica.se



Hyreslägenhet uthyres i Vingåker

Stor 5:a med bästa läge

Centralt i Vingåker, nära till Ica, buss- & järnvägsstationen. Generösa utrymmen.

160 kvm, egen terrass mot solen, öppen spis, ekparkett.

Ljus och fräsch. Hyra: 12.527,-/mån inkl. värme och vatten.



EKKULLEN Förvaltning AB • 070 - 770 19 31

Välkommen till påskens gudstjänster

MÅNDAG 30 MARS

Västra Vingåkers kyrka 18.00
Passionsandakt
Mats Blomqvist, präst

TISDAG 31 MARS

Västra Vingåkers kyrka 18.00
Passionsandakt
Karola Lindqvist Wahlbeck, präst

DYMMELONSDAGEN 1 APRIL

Västra Vingåkers kyrka 18.00
Passionsandakt
Per Skogfeldt, diakon

SKÄRTORSDAGEN 2 april

Västra Vingåkers kyrka 18.00
Skärtorsdagsmessa
Solveig Enlund Gustafsson, präst

Österåkers kyrka 20.00

Skärtorsdagsmessa
Solveig Enlund Gustafsson, präst

LÅNGFREDAGEN 3 APRIL

Österåkers kyrka 11.00
Långfredagsgudstjänst
Karola Lindqvist Wahlbeck, präst
Österåkers kyrkokör. Catarina Sundin, flöjt

Västra Vingåkers kyrka 15.00

Långfredagsgudstjänst
Karola Lindqvist Wahlbeck, präst
Sten Karlsson, sång

PÅSKAFTON LÖRDAG 4 APRIL

Österåkers kyrka 23.30
Påsknattsmessa
Solveig Enlund Gustafsson, präst
Filip Johansson, trumpet. Sånggrupp under ledning av Carl-Henrik Gustavsson

PÅSKDAGEN SÖNDAG 5 APRIL 2026

Västra Vingåkers kyrka 11.00
Påskdagsmessa
Karola Lindqvist Wahlbeck, präst
Västra Vingåkers kyrkokör

Österåkers kyrka 11.00

Påskdagsgudstjänst
Mats Blomqvist, präst
Österåkers kyrkokör. Filip Johansson, trumpet.
Efter gudstjänsten: påskäggsjakt, tipspromenad och korvgrillning.

ANNANDAG PÅSK MÅNDAG 6 APRIL

Baggetorps församlingshem 15.00
Musikgudstjänst
Carin Garbåge Kylestorp, diakon
Baggetorps damkör.
Aurora Berkestam Drysén, sång



Svenska kyrkan

Västra Vingåkers
och Österåkers
pastorat



svenskakyrkan.se/vvingakerosteraker

vvingakerosteraker.forsamling@svenskakyrkan.se



Företagspresentation

Tant Ametist och Gubben Fräs

På Köpmangatan i Vingåker öppnade strax innan jul en liten butik med det fantasieggande namnet Tant Ametist och Gubben Fräs. Jag har stämt möte med innehavarna för att få veta vad som finns på hyllorna och vilka personerna bakom disken är.

I butiken noterar jag ett tämligen varierat utbud av prydnads- och nyttoföremål. Det finns bland annat olika former av träföremål, skyltar, arbetsredskap, kryddor och oljor, teer, smycken, kristaller, rökelse och Tarotkortlekar. Jag möts av innehavarna, det äkta paret Ewa och Peter Norén. Paret är ursprungligen från Stockholm men flyttade till Vingåkerstrakten i början av 2000-talet. Ewa flyttade först och Peter kom efter en tid senare. Ewa menar skämtsamt att han "importerades" till orten. Efter ett tiotal år här gick dock flyttlasset till Fränsta (ligger i Ånge kommun mellan Sundsvall och Östersund) där man köpte en gård. Ewa drev en liknande butik där tillsammans med sin dotter. Efter åtta år i Fränsta blev hemlängtan för stor och paret bor nu lantligt mellan Vingåker och Österåker.

Ewa har i hela livet haft ett stort andligt intresse och har arbetat med olika uttrycksformer för detta sedan 2018. Hon lägger Tarot via tarotguiderna.se, hon är reikihealer och mental coach, ofta gällande beroende och medberoende.



Tarotkortlekar finns i en mängd olika utföranden. Hos Tant Ametist kan man välja bland ett flertal i vacker design.

Tarot är en kortlek med 78 kort, ursprungligen från 1400-talets Italien som en utbyggnad av en av de då redan existerande kortlekarna. Från början var tarotlekarna avsedda att spela med. Det används de även till idag men främst används de som ett verktyg för personlig reflektion, vägledning och självinsikt. Genom att tolka bilderna i korten utforskar man sitt undermedvetna, nuvarande situationer och möjliga framtidsperspektiv. Tarot beskrivs ofta som ett sätt att få kontakt med sin intuition. Det är ett populärt verktyg för att navigera livets frågor genom att spegla egna tankar och känslor, ofta med hjälp av en tarotguide som Ewa.



Denna vackra ask med dubbla lock har tillverkats av Peter i CNC-fräsen.

Reiki är en mjuk och samtidigt effektiv behandlingsmetod vid till exempel smärta, stress, ångest samt fysiska och mentala spänningar. Reiki arbetar med kroppens naturliga läkningsprocesser och fyller på energiförrådet – en metod med många användningsområden i vårt moderna samhälle. Det är en holistisk behandlingsmetod, som utgår från att kropp och psyke är en helhet. Därför behandlar man ofta hela kroppen, även om man har besvär som upplevs som begränsat till ett visst ställe. Reiki är godkänt som friskvård av Skatteverket.

Det är Ewas andliga intresse som avspeglar sig i en hel del av det som finns i butiken, framför allt Tarotkortlekarna. Det finns många vackra kortlekar att välja mellan. Det är Ewas dotter som gett henne namnet Tant Ametist, efter hennes favoritsten. Namnet användes först på Ewas Instagramsida, som skapades innan denna butik öppnades. En ametist är en vackert lilafärgad variant av mineralet kvarts och används bland annat i smycken.

Peter har hela livet jobbat med tekniska hantverksyrken; som elektriker, styr- och reglertekniker samt IT-tekniker. Han är numera pensionär men jobbar alltså i egen regi via familjeföretaget Penowa. Just är han anlitad tre dagar per vecka som industrielektriker på ett företag i Flen. I källaren under butiken står en CNC-fräs och där tillverkas de träföremål som säljs i butiken. CNC betyder Computer numerical control och är ett datorsystem som styr en verkstadsmaskin, i Peters fall en fräs. Han designar olika produkter i ett CAD-program (CAD = Computer-aided program) på datorn och detta överförs till fräsen som sedan tillverkar produkten. I butiken såg jag både skyltar, askar och skärbrädor. Det är alltså Peter som har epitetet Gubben Fräs. Avsikten var egentligen att det skulle vara Farbror Fräs men det visade sig vara upptaget. Peter tar gärna beställningar. Om man har en idé på något som skulle kunna tillverkas i en fräs är man välkommen att höra av sig till honom. Han kan fräsa både i trä och plast.



Ewa och Peter Norén framför butiken på Köpmangatan.

Parets (och framför allt Peters) matintresse avspeglar sig också i butikens sortiment. Man säljer kryddblandningar och barbecue-såser från ett företag som heter Widowmaker. Kryddorna har fantasifulla namn som till exempel Sweet Honey och den prisvinnande Zombie Bacon och är mycket populära hos "män som har en stor grill".



Spännande kryddblandningar och barbecueoljor från Widowmaker.

Ewa och Peter driver butiken än så länge som en ren hobbyverksamhet och man håller öppet två dagar i veckan. Man har inte satsat så mycket på marknadsföring än men menar att det är något som ska öka framöver. Butiken är ett trevligt initiativ och jag rekommenderar varmt ett besök.

Text och bild: Mats Lantz



I butiken kan man köpa färdiga skyltar liknande dessa. Man kan också beställa skyltar enligt önskemål.

INFO

Adress: Köpmangatan 11.
Öppettider: Fredag 14.00 - 17.00
Lördag 11.00 - 14.00

Facebook:
Facebook.com/tant.ametist
Instagram:
Instagram.com/tant.ametist
Hemsida Peter: penowa.se



PASABE
Bygg & Entreprenad AB

www.pasabe.se - tele: 0706684061 - info@pasabe.se

Byggtjänster & Grävtjänster
Ny byggnation - Om & tillbyggnad - Renovering



K Ö P M A N G A T A N 1 2

Marielunds
Hem & Antik

Skärtorsdag 12-15, Långfredag 11-15
Påskafton 11-15, Påskdagen 11-15

Köper och säljer
Antikt, retro,
lantligt och kuriosa

Öppettider på
facebook och Instagram

Anneli Högberg
073-820 09 39



Auktoriserat
VVS-företag

Widenstedts Rör
Flexibel service nära dig

INSTALLATIONER · REPARATIONER · UNDERHÅLL

070 277 28 25
janvvs24@gmail.com

Redovisning till fast pris!

Langborg

Redovisning
Bokslut - Deklaration - Lön - Bouppteckning

info@langborgredovisning.com
Storgatan 29, Vingåker 0151-370 380

Säker trädfällning där andra inte kommer åt!

Har du träd som står trångt eller nära huset?
Vi är experterna på sektionsfällning med klättring.

Med hjälp av avancerad klätterteknik och firningsutrustning tar vi ner ditt träd bit för bit utan att skada tomt, staket eller byggnader. Vi lämnar alltid området snyggt och städad.

Vi utför även traditionell trädfällning med bortforsling.

- Arboristtjänster
- Fullt ansvarsförsäkrade
- Kostnadsfritt hembesök
- RUT-avdrag på arbetskostnaden



Kontakta oss idag för en kostnadsfri offert

0733-48 41 45 - thomas@allardab.se - Thomas Allard

Våffeldagen
25 mars!



**Nyheter på påsk
dekorationer**




OPPUNDA EL

BUTIK / INSTALLATION / ANTENN / FIBER /
SÄKERHET / VITVARUSERVICE

Apoteksgatan 8, Vingåker • Tel. 0151-51 84 80
Öppet: Vardagar 8.30-17.00 Lörd. 10.00-13.00

Elon Vingåker elonvingaker • www.oppundael.se



Ökad trygghet i skolan



- ✓ **Fler vuxna!**
- ✓ **Bryt tystnadskulturen!**
- ✓ **Mobilfritt – för studiero och gemenskap!**



miljöpartiet de gröna
VINGÅKER

Företagspresentation

The Studio Soulsyncmovement

I september öppnades en massagestudio på torget i Odensbacken. - Jag startade i Odensbacken, på landsbygden, för att jag vill finnas som en tillgång. Jag vill att det ska vara enkelt att ta hand om sig själv och sin hälsa. Jag vill inte att det ska vara ett projekt att nyttja sin friskvård utan det ska vara lättillgängligt, säger Jessica Ahlm.



Jessica Ahlm utanför sin massagestudio på torget i Odensbacken

Studion ligger en trappa upp i hörnet av torget, där det är lätt att hitta en parkeringsplats. En stor grön skylt på väggen visar vägen.

Jessica är varm, lugn, pigg och glad och hon möter mig vid dörren som har ett kodlås. Här inne finns en skohylla innanför dörren och en bit in finns ett litet kök och en toalett. Om man kommer lite innan sin inbokade tid så går det bra att sitta här utanför en stund, säger hon.

Inne i behandlingsrummet är det gröna fina väggar och ett behagligt ljus filtreras genom de luftiga gardinerna. Mitt syfte har varit att försöka skapa en oas och en fristad från den stressiga vardagen, säger Jessica.

Jessica Ahlm är uppväxt i Lillån men bodde i Stockholm under en tid då hon utbildade sig inom dans. Med tiden, som dansare, fick hon problem med ryggen och gick då till olika massörer. Hon besökte även andra aktörer som naprapater, kiropraktorer etc. Jessica kände att hon blev inspirerad av de här människorna eftersom de var så duktiga på kroppens anatomi. Ett intresse för kroppens hälsa väcktes. Hon tyckte att det var en lockande tanke att ägna sina arbetsdagar åt att hjälpa andra. En massör som besökte Jessicas arbetsplats regelbundet blev hennes bollplank. Hon frågade mycket om hur det var att arbeta som massör och helt plötsligt en dag kom tanken att hon själv skulle kunna arbeta som det.



Avslappnande musik hörs svagt och väggarna är lugnande gröna i studion.



På väggen sitter Jessicas diplom

Nya frågor kom: Var man kan utbilda sig? Vilka utbildningar finns det? Jessica sökte och började sin utbildning på Axelsons Institute i Stockholm. Vid det här laget hade hon flyttat tillbaka till Närke och fick då pendla från hemmet i Stora Mellösa till Stockholm på helgerna. Efter utbildningen blev hon diplomerad friskvårdsmassör. Hon sökte jobb på Spahuset inne i Örebro och fick ett deltidsjobb direkt. Ett rykte om att hon utbildat sig till friskvårdsmassör spred sig. Vänner och bekanta hörde av sig och ville bli masserade vilket hon gjorde hemma på helger och annan ledig tid.

När Jessica fick barn började tankarna gro om hur man får ihop sitt eget och så småningom även andra människors livspussel. Hon blev lockad av tanken att ge människor lyxen att kunna bli masserade på hemmaplan, att slippa åka ända in till stan, leta parkering och sedan hem igen efter behandlingen. Många människor upplever en stress över vardagen. Jessicas yrkeskunskaper har lärt henne att stress ofta gör muskler spända och trycker på, vilket leder till värk. Det var med dessa tankar som namnet Soulsync kom till. Själ och kropp ska funka i vardagen!

Till slut kände Jessica att hon skulle behöva en lokal. Då gick allting väldigt fort, hon ringde ett samtal och bara en månad senare, den 2 september 2025, öppnades The Studio Soulsyncmovement. Nyföretagarcentrum hjälpte till att göra en budget. Hon har inte gjort jättemycket reklam, endast lite annonser på sociala medier och några affischer. Hon har upplevt att hon fått ett väldigt positivt bemötande från vänner och folk som gärna blivit masserade. Jessica upplever att de som bor här vill ha en levande landsbygd och hon fick direkt flera stamkunder. Hon jobbade dubbelt hela hösten men sa sedan upp sig på Spahuset. Från januari 2026 arbetar hon bara i sin egen studio på torget i Odensbacken. Varje vecka kommer det nya kunder och det känns väldigt roligt och hoppfullt.

Som diplomerad friskvårdsmassör jobbar man förebyggande och med triggerpunkter. Det är basoljor som används, inga specifika dofter. Klassisk svensk massage är en behandlingsform som syftar till att mjuka upp muskler, öka blodcirkulationen och främja avslappning. Behandlingen kan minska muskelspänningar, lindra smärta, öka

rörligheten i leder och förbättra kroppens återhämtning. Vid massage ökar blodcirkulationen, vilket leder till bättre syresättning och snabbare återhämtning i musklerna. Massage stimulerar också frisättningen av endorfiner, kroppens egna smärtlindrande hormoner, och minskar stresshormonet kortisol. Detta kan leda till minskad smärta, ökad avslappning och bättre sömn.

Man bokar tid via hemsidan: www.thestudiosoulsyncmovement.se Där klickar man sig vidare till bokning och väljer sin egen tid och typ av behandling. Man får bokningsbekräftelse, påminnelse-sms och kod till dörren.



Jessica tycker om att ägna sina dagar att hjälpa andra.

Jessica erbjuder 5 olika massagebehandlingar:

- 75 minuter: helkroppsmassage
- 60 minuter: klassisk massage, efter behov.
- 45 minuter: halvkroppsmassage
- 30 minuter: ryggmassage
- 20 minuter: fotmassage

Hon säljer presentkort, klippkort och man kan utnyttja friskvårdsbidraget via Epassi och Benefit.

Verksamheten är så ny att hon fortfarande håller på och lyssnar in sina kunders önskemål för att det ska utvecklas, flyta på och fungera så bra som möjligt. Hon har tankar att vidareutbilda sig inom massage för att kunna hjälpa sina kunder ytterligare. Hon har även fått frågor om hon kan erbjuda något mer än massage.

Jessica är ju dansare i grunden och har haft danspass i Stora Mellösa tidigare vilket var väldigt uppskattat. Det var träningsanpassad dans, lite Zumbainspirerad, med kort och enkel koreografi utifrån olika låtar. Hon har fått frågor om när hon ska köra sådana pass igen. Då var det i skolans gymnastiksal genom gymnastikföreningen. Jessica har koll på en lokal som skulle gå att använda till det i samma fastighet. "En vision finns att jag skulle ha någon form av rörelseövning till musik då man följer mig utan att ha någon koreografi. Vi får se vad jag hittar på", säger Jessica.

Text: Catrine Neiler
Foto: Privat



Farmartjänst
Stora Mellösa

070-254 62 55

**Din
extraresurs**

Flyttröjning
Busk- & trädvård
Trädbeskränning
Gräsklippning
RUT- och ROT-arbeten

Bernth
Sjöstrands
ROÖR
Gräv & Schakt

Enskilda
avloppsanläggningar.
Övriga gräv- och schaktarbeten.

Åkeriverksamhet
med
tung lastbil och tung kärra.
Grus, matjord och schaktmassor.

Allt inom VVS.

070-533 09 27
Bernth Sjöstrand • Stora Mellösa



HSS
Byggtjänst AB

Vi hjälper dig med byggprojektet!

Fönster | Panel | Badrum
Kök | Tak | Altan

Robin Svenberg 073-234 8669
Kristoffer Söderling 070-331 5269

 hssbyggjtjanst


info@hssbyggjtjanst.se
www.hssbyggjtjanst.se
Hampeatorp Svenberg Söderling Byggtjänst AB



**Service, underhåll
& reparationer**

- Bilar • Maskiner
- Gräsklippare
- Motorsågar • Röjsågar
- Med mera

Bittinge 410 • 715 92 Stora Mellösa
info@ohlinsmek.se • 070 - 562 05 08

**KOMPLETTA SKROTBILAR
HÄMTAS KOSTNADSFRETT!**

Bättre bilar köpes!

BOKA HÄMTNING
019 - 45 06 90

 transport@svenskbilatervinning.se

Industrivägen 8
Svensk Bilåtervinning AB 715 31 ODENSBÄCKEN



*J vårt potatisland
råder mångfald...*

 @lev.se
 @lev.co.potatis



TESTVINNANDE VÄRME FRÅN MITSUBISHI



Mitsubishi NZ25YKE

KAMPANJPRIS
från 149.800:-
efter ROT

Låt NEPAB installera din prisbelönta
luft/vattenvärmepump



NEPAB
Nordic Energy Partner



En del av
IVYenergy

VÅR KOMPETENS - DIN TRYGGHET

info@nepab.nu

Företagspresentation

Jane Lyzell och Lyztran

Jane Lyzell är certifierat spiritualistiskt medium, medial vägledare och healer. Sedan 2015 bor hon i Kilsmo, där hon tillsammans med sin man Joel Strandberg driver företaget Lyztran – dit människor kommer för bland annat vägledning, healing och utbildning i medialt arbete.



Jane berättar att hon är född och uppvuxen i Stockholm och att hon sedan barnsben alltid känt av sin mediala förmåga – något hon senare förstod inte är självklart för alla. Som tonåring ville Jane vara som alla andra och kände inte alls för den gåva hon hade fått. Men att ignorera den gick inte – andevännerna började påminna henne om att det var dags att utveckla sin förmåga.

Hon började på allvar utveckla sin förmåga när hon var gravid 1984 och började då med reikihealing. Healingen gjorde att hon också började se aurer hos människor hon mötte. På så vis öppnades hennes medialitet.

Jane nämner tidigt i samtalet att det är viktigt att hela tiden arbeta med sina mediala förmågor för att utveckla dem.

Något som kanske inte alla tänker på är att även människor i ens närhet kan påverkas. – Lever man nära ett medium kan även familjemedlemmar börja öppna upp sina egna förmågor, något som kanske inte alla är förberedda på, menar hon. Samtidigt säger hon att det är renande att öppna upp och utvecklas både andligt och personligt. Alla föds mediala, menar hon.

Senare, när Jane levde ensam med sina fyra barn, blev hon mycket sjuk. Hon fick amalgamförgiftning och andra hälsoproblem och var sängliggande under ungefär ett år.

– Där och då var det som om andevärlden slog undan benen på mig och krävde att jag började fokusera på det som var viktigt för mig, för att kunna må bra, berättar Jane.

Jane blev hjälpt av två amerikanska killar som var missionärer och mormoner och som kom och besökte henne. – De pratade om Gud eller andevärlden, som jag ser det. Det var något nytt för mig, som vuxit upp i ett hem där man inte pratade med Gud, eftersom familjen var ateister.

Därefter läste Jane många andliga böcker och bad andevärlden om hjälp för att följa sitt kall som medium och bygga upp sitt företag. En viktig del i att bli frisk var att hon fick arbetsträna i sin egen verksamhet – en möjlighet hon tror är ovanlig idag. Den erfarenheten gav henne både energi och tid att långsamt utveckla företaget, som i dag är grunden till Lyztran.

1999 föreslog en vän som var medium att Jane skulle åka till Ramsbergsgården i Lindsberg, som då var Sveriges enda spiritualistiska kursgård och verksam sedan 1969. Där höll man bland annat på med mediumskap och fysiska seanser. Colin Fry, som var känd i England på den tiden, var en av flera som höll kurser där.

– Vännen fick förhinder och jag åkte dit ensam, och när jag kom dit kändes det som att jag kommit hem. Andarna pratade med mig, säger Jane. Det var strikta regler, och jag kände vid vistelsen att här fanns bevisen för att andevärlden faktiskt finns.

Efter kursen konverterade Jane till spiritualismen. Senare blev hon certifierat medium och healer, och även lärare. – Jag kände mig hemma i spiritualismen – tron på anden. Här finns kunskap dokumenterad sedan 1800-talet, vilket ger ett fundament att stå på, förklarar hon.

2002, om Jane minns rätt, gick Ramsbergsgården i konkurs. Colin Fry, som då var huvudlärare, köpte loss den ur konkursboet. – Renoveringen tog tid, Jane kände att hon ville tillbaka. Colin erbjöd mig och Joel att komma dit för att få igång gården igen, säger Jane.

2004 flyttade de dit, och både Jane och Joel blev anställda. År 2007 tog de över verksamheten och drev den fram till 2015, när de sålde huset. – Vi har haft många elever från hela världen, säger Jane.

Strax efter försäljningen visade det sig att Colin Fry hade drabbats av lungcancer och gick bort. – På något sätt kändes det som att det var meningen att vi inte skulle vara kvar där, reflekterar Jane.

Vi hittade huset i Kilsmo, som vi först hyrde och senare köpte – ett gammalt kapell som gjorts om till bostad. Hit tog vi med oss spiritualismen från Ramsbergsgården och fortsätter att driva verksamheten, om än i mindre skala. Här erbjuder vi healing, transmediumskap, fysiskt och mentalt mediumskap samt andlig och personlig utveckling. Joel håller även i Qi Gong, som en del av kurserna och träningen.

Mer information om allt som Jane och Joel gör på Lyztran, samt om spiritualismen, finns på deras hemsida lyztran.com.

Det som är aktuellt framöver är bland annat en prova-på-helg sista helgen i mars, där deltagarna kan upptäcka sina egna mediala gåvor. På lördagen hålls mentalt mediumskap och storseans, och på söndagen erbjuds healing där gäster kan tas med.

I april arrangeras en kurs i healing och en kurs i mentalt mediumskap. I maj hålls kurser i transmediumskap och fysiskt mediumskap. Under sommaren erbjuds en kurs i andlig konst i juni, samt en sommarvecka i juli som fungerar som ett spiritualistiskt smörgåsbord.

För tredje året i rad står Lyztran även som arrangör för Hälsomässan i Örebro den 29–30 augusti. Cirka 60 utställare väntas delta, och mer information om mässan, samt hur man kan vara med som utställare, finns på halsomassaorebro.se. Jane berättar att hon även finns på sociala medier och har flera sidor och grupper på Facebook.

Hon hälsar alla som är nyfikna på mediumskap, healing och spiritualism välkomna till Lyztran, där namnet, som står för upplysning, mynnat ur en kombination av Joel och hennes efternamn.

Text och foto: Helena Lingmar



M. Sandgrens Maskinentreprenad

Kontakta oss för offert på just ditt projekt!
 marten@msandgrensmaskinent.se
 Märten: 073 - 054 74 23

- Gräv- & markarbeten
- Dikning/skogsdikning
- Enskilt avlopp
- Väg/skogsbilsväg
- Dränering
- Tomtplanering
- Grusyta/hårdgjord yta
- Grus- & jordtransport
- Poolgrävning

Din helhetsleverantör inom gräv- & markarbeten
 Diplomerad av Fann VA-teknik

Enskilda avlopp VVS

Markanläggningar

Återförsäljare för
Conclean
avloppsanläggningar

Rasells Mark&VVS

070-618 88 77
 rasell.mark-vvs@telia.com

Slätter av väg- och åkerkanter!



Ring för bokning
eller mer information.
Daniel 070-24 44 234

SÖDERLUNDS
Tel. 070-24 44 234

Kött från Brevens Bruk

- Ekologisk Hereford nötkreatur
- Certifierade enligt KRAV
- 10 kg låda med styckdetaljer & färs till 225 kr/kg
- 5 kg låda med färs till 180 kr/kg
- Utlämning varannan månad!

För mer information och bokning av köttlådor
www.brevens.se/lantbruk



Hör av er till oss!

- Gräv & Schaktning
- Mur & Stenläggning
- Markanläggning
- Trädgårdsplanering
- Enskilda avlopp
- Snöröjning

Hör av er redan idag!
070-171 32 86
 info@elglandentreprenad.se

ELGLAND ENTREPRENAD

facebook.com/elglandentreprenad/
www.elglandentreprenad.se

DOUG SEEGERS - EMILIA LINDBERG

By The Riverside

Vårturné maj 2026

| | | |
|------|--------------|-----------------|
| 1/5 | UMEÅ | KORSKYRKAN |
| 2/5 | ÖRNSKÖLDSVIK | PINGSTKYRKAN |
| 3/5 | HUDIKSVALL | HÖGLIDENKYRKAN |
| 4/5 | FALUN | LUGNETKYRKAN |
| 5/5 | ODENSBACKEN | BJÖRKENÄSGÅRDEN |
| 6/5 | FALKÖPING | PINGSTKYRKAN |
| 7/5 | VÄRNAMO | ARKEN |
| 8/5 | HELSINGBORG | PINGSTKYRKAN |
| 9/5 | KARLSKRONA | PINGSTKYRKAN |
| 10/5 | NÄSSJÖ | MISSIONSKYRKAN |









GÅRDSBUTIKEN I LÄNNÄS

Här hittar du allt från ägg, frukt & grönt, hjälmargös och chark till trädgårdsredskap och djurfoder.

Nu närmar sig våren!
Vi har fyllt på butiken med blomjord, gödsel, fröer, sättpotatis, dahliaknölar, diverse vårlökar med mera för att få våren att blomstra!






Varmt välkomna!

GÅRDSBUTIKEN I LÄNNÄS
 Lännäs 140 • 715 93 Odensbacken • 019-45 80 20

info@stmpot.se • www.stmpot.se/gardsbutik
 Facebook: Gårdsbutiken i Lännäs • Instagram: gardsbutikenilannas



BILJETTER: WWW.NORTIC.SE





ÖKNA
ENTREPRENAD AB

073-501 29 29

Ökna Entreprenad AB
Kalle Nilsson • Knarsta 237
715 92 Stora Mellösa

**Banddumper
Bandgrävare
Långgrävare
Pontongrävare
Pråm
Vassröjare**



**Enskilda avlopp
Våtmarker
Dräneringar
Grunder
Tomtplaneringar
Plattläggningar & murar
Trädklippning**



T-SCHAKT Företaget ingår i T-schakt och är
diplomerat av Maskinentreprenörerna

Vingåkersbladet



Utvide
Fastigheter

Välkommen att bo hos oss i Högsjö!

Här bor du naturnära i ett lugnt och charmigt område med villakänsla.

Vi erbjuder prisvärda lägenheter från 1 till 5 brum och kök – många med egen ingång och privat uteplats. I Högsjö finns skola, närbutik, teater, restaurang, badplats och idrottsförening.

Stora grönytor och närheten till naturen gör Högsjö perfekt för både barnfamiljer och pensionärer som söker lugnet. Pendlingsavstånd till Vingåker, Katrineholm, Örebro och Norrköping.



Intresserad?

Kontakta oss så berättar vi mer:

Mail: info@utvide.se
Tel.: 076 - 838 30 99
Hemsida: www.utvide.se

Behöver du hjälp med att ta bort stubbar eller fälla träd?



Vi hjälper dig till förmånliga priser.

Som privatperson får du RUT-avdrag med 50% av arbetskostnaden.

Vi tar hand om ditt ris och bortforsling av virke om du så önskar.

Tveka inte att höra av dig för en offert.

ANMANETI AB



**Stubbfräsning
Trädfällning mm**

Telefon: Magnus Jansson 070 - 290 34 24
Mail: info@anmaneti.se