



KLASSONS

BEGRAVNINGSBYRÅ

Vår erfarenhet och kunskap är din trygghet

Varje människa är unik. Låt det synas i ert sista avsked. Vi hjälper till i alla steg att utforma en vacker begravning, precis som ni vill ha den. Välkommen in så berättar vi mer.

Kuggåsvägen 44, Mönsterås | 0499 446 12 | www.klassonsbegravningsbyra.se

Vi ses på Ålems marknad!

Förskolan Ettan hittar du vanligtvis i Ålems kyrkby. Men den 10 juni hoppas vi i stället få träffa dig på Ålems marknad!

Kom gärna och provsitt vår fina lådcykel eller tävla om roliga priser.

Och intresserade vårdnadshavare har förstås möjlighet att få veta lite mer om vår gröna, sköna förskola. Vi ses!



Nyfiken på Ettan?

Kontakta oss gärna för ett besök!

0727-04 93 44

ettan.fsk@outlook.com

www.fskettan.se



NYTT
SÄNK
PRIS!

Nu jobbar vi vidare med att sänka priserna.

Leta efter pilen när du handlar för att hitta varor med nytt lägre ordinarie pris.

ICA
Supermarket
Algots Mönsterås
Alla dagar 8-22

Glad nationaldag!

Nästa vecka firar vi Sveriges nationaldag och visst är det en fin tid att fira? Naturen är klädd i sin allra vackraste skrud nu.

I det här numret får ni inte missa att läsa om det kloka och fina projektet Livsviktigt snack i skolan som just nu pågår på flera skolor i Mönsterås kommun.

Annsophie Carlson, Redaktör

Telefon: 073-526 12 18

E-post: info@kommkollen.se

företagarna MÖNSTERÅS-ÅLEM



Prova på discgolf med Företagarna 8 juni

Företagarna Mönsterås-Ålem bjuder in till mingel med korvgrillning och prova på discgolf.

Vi startar med korvgrillning, därefter blir det introduktion med Instruktör Bobbo Karlsson (Riksinstruktör och VM deltagare).

Välkommen med din anmälan i formuläret på hemsidan senast måndag den 5 juni.

Varmt välkommen, vi ser fram emot att träffa dig! Tag gärna med en företagarkompis som ännu inte är medlem!

Företagarna Mönsterås-Ålem, *Styrelsen*

Datum/Tid/Plats/Anmälan

Torsdagen den 8/6 kl. 18:00

Discgolfbanan i Mönsterås

Anmäl dig här under Event på hemsidan:
www.foretagarna.se/foreningar/monsteras-alem/



MÖNSTERÅS BIO

Spider-Man: Across the Spider-Verse

Söndag 4/6, kl 15:00 & kl 19:00

100 kr, 2 tim 16 min

Action, Äventyr, Fantasy



Transformers: Rise of the Beasts

Fredag 9/6, kl 19:00

100 kr, 1 tim 57min

Action, Äventyr, Sci-Fi



Tandfen i trubbel

Söndag 11/6, kl 15:00

Barnfyllan, 100 kr, 1 tim 19 min

Äventyr, Familj, Fantasy



Asteroid City

Söndag 11/6, kl 19:00

Från 7 år, 100 kr, 1 tim 45 min

Romantik, Komedi, Sci-Fi



The Flash

Onsdag 14/6, kl 19:00

Från 7 år, 100 kr, 2 tim 24 min

Action, Sci-Fi



Ge bort en upplevelse

Presentkort kan köpas i kassan under öppettider.
Ett presentkort kostar 100 kr (biljettpriset) och det finns även möjlighet att lägga till kioskpengar.

www.monsterasbio.se

UTHYRES i Blomstermåla

2 rum & kök | öppen planlösning
nyrenoverad | stort förråd på gården

Ring Christer 070-593 32 78

P.R. Alltjänst

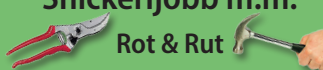
- hjälper dig med allt mellan himmel och jord...nästan!

Ring Pär: 070 600 77 05

Trädgårdsarbete

Snickerijobb m.m.

Rot & Rut



Alltid på köksbordet!
kommunkollen

Telefon: 073-526 12 18

E-post: info@kommkollen.se

Webb: kommollen.se

Tryck: Grafiskt Tryck AB, Oskarshamn

Upplaga: 10 500 ex

Ansvarig utgivare: Göran Rönnerholm,
070-56 209 55, goran@grafiskttryck.se

Utgivningsdag: Mån/Tis, jämn vecka

Distribuition: Distribueras till samtliga
hushåll i Mönsterås, Blomstermåla,

Fliseryd, Timmernabben, Ålem,

Påskallavik och Ruda.

Copyright: Materialet omfattas av
copyright och får inte användas i andra
sammanhang utan vårt tillstånd.

Manusstopp: Lämna senast kl. 13,
tisdag veckan innan utgivning.

Vi köper ditt gamla guld!

– men även silver och tandguld

ankarstens eftr.

UR OPTIK & GULD AB

Storgatan 21
383 30 Mönsterås
0499-100 77

Klipp ut och spara!

Skrot & metall – vi köper allt!



Såväl stora som små partier från företag & privatpersoner. Vi hämtar även skrotbilar, tar emot bilbatterier och ordnar transporter! Lastbil, kranbil.

KRS Skrot & Metall AB

Johan 072 – 946 04 80

Innehar F-skattsedel



Sun Off Mönsterås
- Din lokala solskyddsbutik

KAMPANJERBJUDANDE SVERIGEMARKISEN (17/4-30/6)

Sverigemarkisen är en tålig terrassmarkis i stilrent mörkgrå väv. Radiomotor och handsändare ingår.

Markiser • Gardiner • Zip-screens • Persienner • Pergolas m.m

Kontakta oss för rådgivning och ett smidigt, kostnadsfritt hembesök för att hitta en anpassad lösning till ditt hem.

Sun Off Mönsterås, Sandgatan 9, 383 33 Mönsterås
0499-75 30 30, 070-600 77 05, par.ragnarsson@sunoff.se
www.sunoff.se



Pär Ragnarsson

SHOWROOM på Sandgatan 9 i Mönsterås
Öppet tors 16-18, lörd 10-14 eller efter ök.

Sun off.

TRYCKSAKER

Kärnan i vårt erbjudande är trycktjänster. Små eller stora upplagor. Färg eller inte. Små eller stora format. Starkast i detalj. När trycket är färdigt lägger vi på slutfinish. Stansar, perforerar, numrerar, falsar, wire-o och häftar.

GIVEAWAYS

Vi levererar även alla möjliga produkter vad gäller giveaways. Från pennor och muggar till magnetskyltar och reflexvästar tryckt med Er logotype eller kanske ett unikt budskap.

ORIGINAL OCH LAYOUT

För att underlätta ditt tryckjobb kan vi ge kompetent rådgivning och erbjuda tjänster för original och layout.

Grafiskt Tryck AB

Tel. 0491-894 00 • Mail: info@grafiskttryck.se • Webb: www.grafiskttryck.se

Dags för kollenkryss, nr 10

Ynnest var ordet vi sökte i förra krysset. Nu gäller som vanligt samma sak. Klura ut vilka bokstäver som ska in på rutorna markerade med siffrorna 1 till 6. Skicka in rätt svar till korsord@kommunkollen.se eller sms:a till 073-526 12 18. Glöm inte att skicka med namn och adress. **Rätt svar vill vi ha senast söndag 4/6.** Tre vinnare får tre trisslotter var!

Förra numrets vinnare och krysslösning finns på sidan 10.



										→		EN LADA PÅ HJUL	ÄNNU VASSARE	GESTALT HOS C.J LOVE ALMQVIST	HUVUDSTAD MED ABEBA	SANDDELEN	NYA ORDET MED SAMMA BOKSTÄVER
												LIKNA EN OCH ANNAN					
												KAMPSPORTEN					
												IMMIGRERA					
															3		
												RACING FÖR MINDRE FORDON					
												FRANZ, TONSÄTTARE		INTAR MODELLERNA			
VRIDS PÅ FÖRTEMPERERAT BAD		FÖR HÖGRE STUDIER	STRÖKS UT	PARTI ÅT HÖGER	LUFFAR RUNT RIKET	TÄRDE PÅ TAFFEL	GÖR DET SOM BITER	NATURLIGA LOGARITMEN			FÖRE TOLV					NALLA	
											PARTI ÅT HÖGER						
FARA																ANDRA KLASSENS MÄNNISKOR	
FÖR DJURHÅLLNINGAR		1		GARDNER PÅ FILM				ÄRA								ÄLDRE MÅTT, 157 LITER	
				DINKA				SJUNKA								NÄPEN	
GETT UT												VÄTSKE-RIKTARE	GRYBE-FIGUR START OCH SLUT				
AVKASTAR						6	HAR GOD KÖLL PÅ LÅGET			AREAL				SLÄKTE DET HÖRS FRÅN SVÄRM	2		
RÖD TRÅD				LITEN VÄN TILL PUH		VASS PÅ TASS					VOTERA						DROPPE FÖR EN MOSTER
				BOR		HARRYS HUSTRU					ÄTER EU-KALYP-TUS						
				FÖRSE MED NY FÄRG									VÄNDER SIG EXTROVERT				
													DANSK-Å				
SPE				FAR TILL SEM OCH HAM				ETT VISST TROLL, DET FULA BELÄTET, TAR SIN ROLL OCH GÖR DETTA PÅ NÄTET								OKOKT	
KAN SKRIKAS FÖR FULL		FYRAR														ÖBO	KAN FÖREGÅ MAT OCH KRAT
		LEKS MED BITVIS															
				4	BRETT UT SIG		BLOTT-LÄGGA FRUKT					SKAPAD TVILLING	KODORD				KNIPA
						KAPA NER						HON I STIAN					
PREFIX FÖR ÅTER			PARIS-RESENÄR LANDAR VÅL HÄR					LÄMNAR MAN SKÄGG-LÖS									
TILL EXEMPEL PÅ ETT VIS			EN OVE I POLITIKEN									LYNX PÅ LATIN	5		TIDENS TÅR		
															HENRY		
RÖRT SIG KRING AXEL								Kom-Kollen 2023									

KATTER SOM SÖKER SINA FÖR ALLTID-HEM



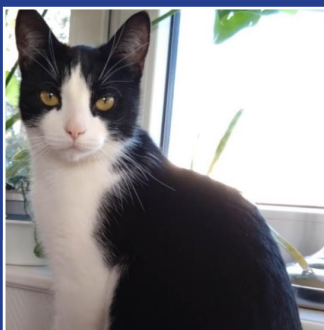
Nedan ser du katter som i dagsläget har jourhemsplatser genom föreningen Djurens Vänner Mönsterås men som ivrigt väntar på sina nya för-alltid-hem. Vill du adoptera en katt? Maila monsteras@djurensvanner.se.

Hittills i år har föreningen adopterat ut sex katter till nya hem.



NELLY 2 år

Nelly skulle trivas bäst som ensam katt med möjlighet att få gå ut. En härlig, lekfull och gosig tjej som gillar att ansiktspussas.



BELLA 1,5 år

Bella kan bo med andra katter med möjlighet att få gå ut. Älskar kel och gos. Hon är nyfiken och full av upptåg och bus. Bär gärna omkring på leksaker och dina strumpor.



UFFE & UBBE

födda september 2021

Uffe (längst fram på bilden) och Ubbe är syskon som älskar varandra och vill flytta tillsammans och ha möjlighet till voljär eller utomhusvistelse. Syskonen är sociala och gosiga, vana vid andra katter, hundar och lite äldre barn.

Utgivningsplan 2023

kommunkollen

alltid på köksbordet

2023	NUMMER	MATERIAL	UTGIVNING
Juni	11	5/6	v.24 13/6
	12	20/6	v.26 27/6
Juli	13	4/7	v.28 11/7
Augusti	14	8/8	v.33 15/8
	15	22/8	v.35 29/8
September	16	5/9	v.37 12/9
	17	19/9	v.39 26/9
Oktober	18	3/10	v.41 10/10
	19	17/10	v.43 24/10
November	20	31/10	v.45 7/11
	21	14/11	v.47 21/11
December	22	28/11	v.49 2/12
	23	12/12	v.51 19/12

Annonsörer!

Nästa vecka firar vi Sveriges nationaldag på tisdagen vilket gör att vi gärna ser att ni skickar in materialet en dag tidigare (mandag 5/6).

Glad nationaldag!

Sommartider = Körkortstider!

Sommarpaket med 15 körlektioner

+ Riskutbildning **10.990 kr**

Kan köpas 1/6-31/8 gäller ett år. Betalas i förskott. Inskrivningsavgiften ingår.



Redan inskriven?

Köp 10 körlektioner för 5.600 kr
och spara 30 kr per lektion!

Kan köpas 1/6-31/8, gäller ett år.

Nya datum för kurser:

Handledarkurs:

28/6, 3/8

kl 16.30–20.10

Pris: 570 kr/deltagare

Riskutbildning 1:

2/6, 4/8

kl 09.00–12.30

Pris: 900 kr

OBS: Föranmälan krävs till samtliga kurser!

Mönsterås Trafikskola

Ring 0702-83 85 81 vid kursanmälan eller frågor. www.monsterastrafikskola.se

INFORMATION MÖNSTERÅS KOMMUN

Vill du läsa på komvux i höst?

Här finns kurser på SFI, grundläggande och gymnasial nivå och kurser inom särskild utbildning för vuxna.

Vi erbjuder också en yrkesutbildning för dig som vill studera en introduktionsutbildning inom försäljning och service.

Se hela vårt kursutbud och gör din ansökan på monsteras.se/komvux senast den 9 juni.

För mer information och planering av dina studier kontakta studievägledare på telefon 0499-175 73 eller e-post komvux@monsteras.se.

Våra samverkanskommuner Högsby och Oskarshamn erbjuder yrkesutbildningar till undersköterska, svetsare och kock.

Sophämtning och öppettider vid nationaldagen

Kommunens växel och reception har öppet som vanligt den 5 juni och stängt på nationaldagen.

Vi hämtar dina sopor enligt ordinarie schema både på måndagen och tisdagen.

Mörkeskog har stängt röda dagar.

sommar

KULTURSKOLA

2023

**Ta chansen
OCH VAR MED**
tre dagar i juni
19 • 20 • 21

**FILM MED STOP MOTION**

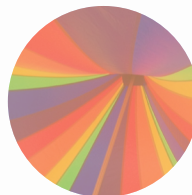
Alla dagar, klockan 9-12
Plats: Play i Mönsterås
För dig mellan 10-15 år

**SKRIVA OCH FÖRFATTARBESÖK**

Alla dagar, klockan 9-12.
Författarbesök 20 juni
Plats: Biblioteket i Mönsterås
För dig mellan 9-15 år

**DANSA I MÄNGDER**

Alla dagar, klockan 9-12
Plats: Play i Mönsterås
För dig mellan 9-12 år

**KREATIV NYCIRKUS**

20 juni, klockan 10-11.30
Plats: Sporthallen i Blomstermåla
För dig mellan 9-15 år

**BÖRJA SPELA I BAND**

Alla dagar, klockan 9-12
Plats: Play i Mönsterås
För dig mellan 11-13 år

Psst! Den 27-30 juni, klockan 10-16, är det **Konstkollo** på hembygdsgården i Mönsterås. För dig mellan 10-15 år.

BRA ATT VETA!

- Det är gratis att vara med och åka buss.
- Du behöver anmäla dig i förväg, senast den 9 juni.
- Det är begränsat antal platser på aktiviteterna.
- Det går bussar till och från aktiviteterna från flera platser i kommunen.

Läs mer om aktiviteterna och hur du anmäler dig på monsteras.se/sommarkulturskola

I samarbete med Mönsterås bostäder, Stranda hembygdsförening, Kalmar Konstmuseum

monsteras.se



ETT LEKFULLT SÄTT ATT JOBBA MED SVÅRA ÄMNEN

Livsviktiga snack i skolan

Att sätta ord på alla känslorna som bubblar och pyser i kroppen är inte helt lätt. Nu är flera skolor i Mönsterås kommun med i ett pilotprojekt som ska ge barn i skolan en möjlighet att träna på att prata om känslor.

Sedan våren 2023 jobbar elever på Tillingeskolan, Alsteråskolan och Fliseryds skola med projektet Livsviktiga snack i skolan. Projektet ger barn i skolan möjlighet att träna på att prata om känslor, uttrycka hur de mår, hantera knepiga situationer och be om hjälp när det behövs.

– Det är ett lekfullt sätt att jobbat med tunga och svåra ämnen. De får märka att det inte behöver vara så farligt att prata om sådana saker, säger Friida Thapper, kurator för Mönsteråsgymnasiet och Tillingeskolan.

Livsviktiga snack är sedan 2019 en del av den ideella organisationen Suicide Zeros arbete för att förebygga självmord.

Fram tills nu har materialet riktat sig främst till föräldrar med barn mellan 9 och 12 år. Tack vare ytterligare stöd från Arvsfonden kommer det nu att utvecklas och användas ute i skolorna.

Intresserade skolor får ta

del av material som de sedan kopplar till olika ämnens kursmål. I svenskan kan det handla om att eleverna jobbar med en text, i kemin kan man titta på andra saker.

Bland annat har eleverna jobbat med en pappersloppa där varje flik har haft frågor eller uppmaningar i stil med "Hur känns det att vara arg?" eller "Hur mår du?".

Vad tycker eleverna?

– Jag upplever att eleverna är intresserade, att de anstränger sig och kommer med synpunkter om sådant som skulle kunna bli bättre, säger Jennifer Idberg, kurator för Skytteanska skolan, Alsteråskolan och Fliseryds skola.

Eftersom det är ett pilotprojekt har eleverna själva en viktig roll i att tycka till om upplägget.

Hur upplever ni att barn – generellt – mår idag?

– Det är annorlunda idag. Det finns två världar och vi vuxna missar det. En stor del av vardagen tillbringas online. Det behöver vi ta in, ställa frågor om och intressera oss för, säger Jennifer Idberg.

Hon jämför med hur vi tar hand om barnen i den verkliga världen. Skjutsar hit och dit och är med barnen.

– Sen ger vi dem en skärm



På bilderna ses elever från årskurs 5 på Tillingeskolan testa brädspelet Känslökartan. FOTO: MÖNSTERÅS KOMMUN

och släpper in hela världen till dem.

Utöver det finns också stor press på barnen när de kommer upp i lite högre åldrar.

– Om vi ser till gymnasiet så finns det mycket mer val idag. De upplever att de tidigt måste veta vem man ska bli. Det finns en prestationshets. Man ska vara "någon", säger Friida Thapper.

Hur kan vi hjälpa barn och ungdomar runt oss?

– Prata med barnen och ungdomarna runt dig. Fråga dem hur de mår. Fråga vilka de har

haft kontakt med. Ha öppna samtal, säger Jennifer Idberg.

– Visa att du är intresserad. Känn inte att du behöver ha koll på allt, till exempel tekniken. Visa i stället intresse, var nyfiken. Låt dem visa, kanske även lära ut. Låt dem vara bättre än dig, låt dem vara experterna, säger Friida Thapper.

Livsviktiga snack i skolan är ett treårigt projekt och kommer att tas fram och drivas i samarbete med lärare, kuratorer, psykologer, psykiatriker och forskare. Projektets syfte är att minska depression och självmord längre fram i livet.

HIT KAN DU VÄNDA DIG OM DU MÅR DÅLIGT

SOS-Alarm 112 Vid akuta lägen eller vid tankar på självmord, ring alltid 112.

Mind Självmordslinjen 90101 Stödlinje för personer med tankar på självmord. Öppen dygnet runt varje dag. Tel: 90101. chatt: chat.mind.se. Mej: mejlsvar@mind.se.

Vårdguiden 1177 Sjukvårdsrådgivning samt uppgifter

om närmsta psykiatriska akutmottagning. Tel: 1177. 1177.se.

Jourhavande präst Tel: 112, alla dagar klockan 21–06. Svenska kyrkan.se/jourhavandeprest.

Jourhavande kompis Tar emot samtal från barn och unga upp till 25 år. Chattjour vardagar klockan 18–22,

helger klockan 14–18. jourhavandekompis.se.

Jourhavande medmänniska: Tel: 08-702 16 80, alla dagar 21–06.

Bris, Barnens rätt i samhället

Telefonnummer: 116 111, alla dagar, dygnet runt. Vuxentelefon: 0771-50 50 50, vardagar klockan 9–12.

Chatt: Alla dagar, dygnet runt. www.bris.se/for-barn-och-unga/prata-med-oss/

Spes – suicidprevention och efterlevandes stöd.

Tel: 020-18 18 00, telefonjour varje dag 19-22-. Webb: spes.se.

Suicide zero Fakta och råd om självmord. www.suicide-zero.se/fakta-och-rad.

BOKTIPSET

Kul läsning för språknördar

En rolig djupdykning i
översättningssvenskan.

Det är något som inte riktigt stämmer här... Den känslan dyker ibland upp när man läser, även om boken är bra och intressant. Det är svårt att sätta fingret på vad det är som skaver, men något är det. Om man får tro Alexander Katourgi, så är orsaken antagligen "översättningssvenska". Och visst är det något lite märkligt med en karaktär som säger "Hallå, mitt namn är John"?

"Svenskan går bananer" innehåller en mängd exempel på dessa synliga spår av översättarens arbete, och förklaringar till varför de skaver så i våra läsarögon. Vi får också möjlighet att fördjupa oss i nödrim, tjugofyratimmarsklockor, undertexter och mycket annat. Riktigt rolig läsning för alla oss språknördar!

Katourgi är språkvetare och översättare, och driver ett Twitterkonto på temat översättningssvenska.



Svenskan går bananer
– En bok om översättningar som syns
Alexander Katourgi



Låna och läs!
hälsar Elizabeth
Carlson,
bibliotekarie,
Mönsterås bibliotek



Rönnerholms kök har en unik design. Det platsbyggda utseendet bygger på panelbrädor, pärlspont, fasspont eller plank. Alla skåp har en delning på 60,6 mm, dvs bredden på en panelbräda. Det gör att inga skarvar syns mellan skåpen, ett helt platsbyggt utseende.

Vi levererar kök och badrumsinredning som inte bara ser "traditionella" ut på utsidan utan de ska även på insidan ha en design och funktion som är tidstypisk, t.ex. **sinkade björklådor med björkskenor** eller **luckor med panelspår och stavar på baksidan**, det är vi ensamma om att göra.

Vi använder inget annat än trä i våra kök. Vi finns i Falun men gör kundbesök och levererar kök i hela Sverige (och Norge).

Björn Rönnerholm, Formgivare



RÖNNERHOLMS

Inredning helt i trä

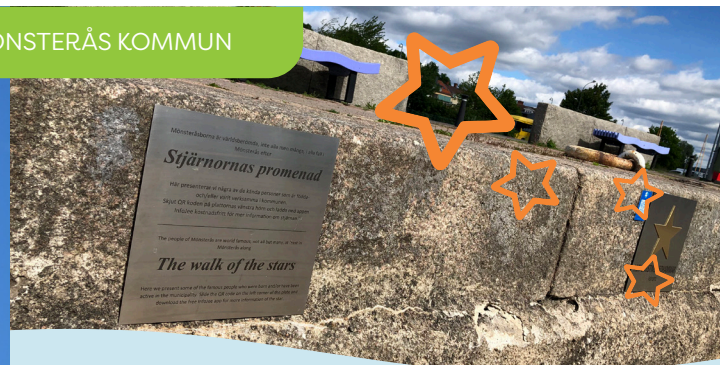
Gruvgatan 42C 791 61 Falun www.ronnerholms.se
bjorn@ronnerholms.se 070-383 12 31

Salong Hamid's
KLIPP IN

Drop in
Vardagar
9.30-17.30
Lunch kl. 13-14

Storg. 17 Mönsterås 073-086 44 93

INFORMATION MÖNSTERÅS KOMMUN



Välkommen på årets Walk of Fame-ceremoni

FREDAG DEN 2 JUNI KLOCKAN 15
I HAMNEN I MÖNSTERÅS

Det blir en festlig tillställning med tal om och med våra nyinvalda stjärnor som får sin platta på Walk of Fame.



Nya vattentornet!

Nu är det dags att inviga det renoverade vattentornet i Blomtermåla med tal och fika.

Tid: torsdag 8 juni klockan 16.30–20

Plats: vid vattentornet i Blomstermåla

Invigningsceremoni med fika

Invigningstal med kommunalråd Anders Johansson och lättare fika.

Gå upp i vattentornet

Under invigningen kan du gå upp i vatten-tornet och kolla in Blomstermåla från ovan. Tänk på att det bara finns trappor, ingen hiss.



Välkommen på nationaldagsfirande den 6 juni!

FESTTÅGET MED FANOR AVGÅR FRÅN TORGET I MÖNSTERÅS KLOCKAN 13 TILL HEMBYGDSPARKEN.

I hembygdsparken fortsätter det högtidliga firandet med välkomsthälsning, flagghissning, högtidstal, flaggutdelning och utdelning av priser. Därefter underhållning och andra familjeaktiviteter fram till cirka klockan 16.

Några av kommunens kultur- och idrottsföreningar kommer vara på plats och visa upp sina verksamheter. Kaffeservering i samarbete med Ålems sparbank.



MOBILFRIA DAGEN. Sedan 2002 firas dagen den 1 juni på initiativ av Mossenmarkska ljudfonden. Alla mobiltelefonägare uppmanas att stänga av sina telefoner för att låta tystnaden råda. Mobilfria dagen hoppas på att bidra till en ökad ljudmedvetenhet och aktsamhet om den gemensamma ljudmiljön och erbjuda en dag till ljudvila för såväl användare som ofrivilliga lyssnare. Så lägg undan luren och njut av fågelkvitter!

KRÖNIKA

Dopp i småländska skogen

När jag går mina hundpromenader väljer jag mellan att gå ”byn” eller skogen. För att vara så effektiv som möjligt brukar jag numera kombinera hämtning och lämnning på förskola med hundpromenad. Det har gjort att jag allt oftare lämnar skogen bakom mig och traskar i väg längs asfalten. Senaste dagarna har jag dock inte haft något val. Hunden är både halt och frestad av löptikar och hur tidigt jag än lyckas få i väg sonen till förskolan så vet man aldrig hur bråttom det kommer att bli. Eftersom jag inte kan slänga upp 55 kilos-Grim i famnen så får han vänta på en haltanpassad tur i skogen.

Sonen är oftast med på promenaderna. När han får välja blir det gärna ”byn” där han får cykla. Det var lite protester men jag tror inte att han ångrar kvällens skogspromenad där vi hann med att smaka på granskott, klappa en kopparorm (inte jag), göra väg åt en större skalbagge och lyssna på göken. Det är lite skillnad mot när jag gormar ”DET KOMMER EN BIL” stup i kvarten och får hjärtsnörp när han susar ner för backarna i allt högre fart. Skillnad för både honom och mig.

Visst, det dyker upp ett antal ”jag orkar inte gååååå” men de flesta kan lätt trollas bort om jag hjälper honom att rikta fokus mot en sten, myrstack eller potentiella troll bakom bergen.

Jag har alltid älskat naturen och förstärkt magin med den. Men det är hunden och sonen som motiverar mig ut i den igen. Naturen är kravlös. Full av liv. Den är lekfull och överraskande och samtidigt är den trygghet och vila. Den ger, ger och ger utan att kräva något tillbaka.

Det är skillnad på att vara i skogen och att V A R A i skogen. Ordet skogsbad kommer av den japanska termen Shinrin-Yoku som betyder ”ta in skogsatmosfären med alla sinnen”. På 80-talet ökade den stressrelaterade ohälsan drastiskt hos den japanska befolkningen och det japanska departementet för jordbruk, skogsvård och fiske ordnade skogsparker för naturbaserad återhämtning.

2017 kom ordet skogsbad in på den svenska nyordlistan och intresset har fortsatt att öka. Numera finns det certifierade skogsbadsguider och särskilda platser öronmärkta för aktiviteter. Att skogsbada innebär att vandra långsamt i skogen och öppna våra sinnen för naturen. Vi ska känna, dofta, lukta och smaka. Vi ska lyssna. Vi ska också lämna telefonen hemma.

Maken kör i gång en av sonens slitna Emil-filmer. På TV-skärmen ses Emil hoppa fram på en skogsstig och snart hörs Astrid Lindgrens välbekanta röst: ”Om du någon gång har varit i en skog i Småland en tidig söndagsmorgon i juni då minns du genast hur det är. Du hör göken gala och koltrastarna flöjta. Du känner hur len den barriga stigen är under dina bara fötter och hur skönt solen värmer i nacken.”

Jag tror att Emil skogsbadar. På den tiden kallades det nog bara vardag.

Varför – per automatik – är det effektivitet jag jagar i vardagen? Finns det inte bättre saker? Studier visar att skogsbad (läs att V A R A i skogen) bland annat kan sänka blodtrycket, reducera halten stresshormon och aktivera celler i immunförsvaret.

DET är saker värda att eftersträva.

Annsophie Carlson



Grattis!

Vinnare kollenkryss, nr 9

Stort grattis till vinsten i förra kollenkrysset! Här är vinnarna som får tre trisslotter på posten.

Håkan Nilsson, Fliseryd
Gunilla Carlsson, Ålem
Göthe Emriksson, Mönsterås



Vad kallas denna skulptur och var hittar man den någonstans?

DEN ÄR EN PLATS FÖR DE SLAPP-ANDRE TYPERNA	SOM MÅLAD HET	BRÖTTAREN SOM GILLAR STEAPATSER	MÅSTE BARN FÅ	HABBE PÅ TV	E	EN GREEKIS KRISS-GUD	S	GUJDES I DEN TRÄSK	P	DÄR GUDET PÅ BRÅSET	FOKALT FOTIN-FLÖSE	STRÄVAN OCH FLIT	FYE: FOTTA FART-FANTOM	STANNAR HELST INTROVERT	I	
HYTTES EN FÖR TITANES SIBBY	R	E	L	A	X	A	V	D	E	L	N	I	N	G	E	N
ÄR VÄL RÅDE FÄRDET OCH GENE-RALEK	D	E	K	O	R	E	R	A	D	E	M	U	R	A	R	
SAMLA	E	N	A	PASSE-RAK UTAN ÅNGER	E	S	S	ÅTRÄD	A	B	A	R	D	D	O	K
SOM SKÄNT FRÅN OVAN	T	DET KAN JAGA KÄNDIS	M	FINNS	YNGEL KNALLAR OCH KÄRSENER	G	L	I	N	P	E	N	N	O	R	
REMAR	M	U	A	R	TESTAR JORDS BÄGS MED ÅG	P	R	A	O	P	A	S	E	J		
BLEV ALDRIG VISS SÅDAN KAN VIBSA PÅ LILLA TAND	B	I	V	E	R	K	A	N	S	T	S	O	L	O		
KOPPAR VISS TENNIS-DOMARE	B	E	T	E	BLANDAR EN VISS SHAKE	T	A	R	O	T	K	O	R	T	L	E
	N	E	T	JORD-PLÄTT-ARNIA	A	R	E	N	EN TRAKE MED RUTER I	A	L	L	A	V	I	K

Konstruktion och foto: Toni Jonsson

MORGONBÖN

Mån – Fre Morgonbön i församlingshem och på Zoom kl. 08:30
Lör & Sön Morgonbön på Zoom kl. 08:30.

Använd gärna QR-koden. Länk
 finns även på vår hemsida.

**Mönsterås församling**

Ti 30/5	18.00	Veckomässa, församlingshemmet. Kaffe.
	18.45	Öppen Kvällsbibelskola. Tema: Själavård och relationer, församlingshemmet.
To 1/6	9.30	Kyrkis. Öppen verksamhet för dig som är hemma med barn, församlingshemmet.
Lö 3/6	11.00	Dopgudstjänst, kyrkan.
Sö 4/6		Heliga Trefaldighets Dag
	10.00	Söndagsmässa. Söndagsskola, kyrkan. Kyrkkaffe.
Ti 6/6	18.00	Veckomässa, församlingshemmet. Kaffe.
To 8/6	9.30	Kyrkis. Öppen verksamhet för dig som är hemma med barn, församlingshemmet.
Lö 10/6	13.00	Dopgudstjänst, kyrkan.
Sö 11/6		Första söndagen efter Trefaldighet
	10.00	Söndagsmässa. Vox Nova medverkar. Söndagsskola, kyrkan. Kyrkkaffe. Efter mässan inbjuds till lunchföredrag med representant från Open Doors, församlingshemmet.
Ti 13/6	18.00	Veckomässa, församlingshemmet. Kaffe

Fliseryds församling

Sö 4/6		Heliga Trefaldighets Dag
	16.00	Söndagsmässa. Fliseryds kyrkokör medverkar, kyrkan. Kyrkkaffe.
To 8/6	15.00	Andakt, Ekåsa.
Fr 9/6	8.30	Mat och prat, kyrkan (Byter namn till Frukost snack(s)).
Sö 11/6		Första söndagen efter Trefaldighet
	15-17	Kyrkstökssöndag.
	15.00	Aktiviteter för alla åldrar
	16.00	Minimässa. Mingelmat.



SOMMARKOLLO

Dagläger för barn 6-12 år

Fliseryds församlingshem: 19-22 juni
Mönsterås församlingshem: 26-29 juni
 Kl. 10.00 – 15.00 och vi bjuder på lunch.

Lekar, bibelberättelser, pyssel, utflykter.

Anmäl till anita.liffner@svenskakyrkan.se.
 Vi behöver namn, ålder och allergier och målsmans telefonnummer. Senast 9 juni vill vi ha din anmälan.



PRAKTIKANT PÅ PLATS Hej! Jag heter Amelia och pluggar till präst i Lund. De kommande fyra veckorna ska jag ha min andra praktikperiod i Mönsterås-Fliseryds pastorat, ska bli superkul! När jag inte pluggar så brukar jag umgås med vänner, gymma eller spela padel. Jag ser fram emot att möta många nya ansikten i församlingen dessa veckor! Hoppas vi ses!
 Hälsningar Amelia

Samtal och Stöd

Som vanligt finns det möjlighet till samtal och stöd.
 Pastorsexpeditionen: 0499-491 90. Pastoratets mail-adress: monsteras-fliseryds.pastorat@svenskakyrkan.se
 Våra telefontider är mån-fre

kl. 10.00-12.00. *För att vi ska kunna hjälpa dig på bästa sätt, boka ditt besök!*

Mönsterås kyrka är låst. Det finns möjlighet till bön och ljusständning i Mönsterås församlingshem mån-tor 8-16,

fre 8-14. Fliseryds kyrka är öppen mån-fre 8-15.

Behöver du skjuts till kyrkan på söndag?

Ring till expeditionen 0499-491 90, mellan kl. 10.00-12.00 senast torsdag. Behöver

du skjuts som kan ta rullstol så kontaktar du färdtjänst som sedan debiterar kyrkan.

Håll koll på församlingens hemsida och sociala medier www.svenskakyrkan.se/monsteras-fliseryd



HÖGMÄSSA varje söndag 10.00 i Ålems kyrka med kyrkfika efteråt!

- 4/6 Heliga trefaldighets dag. Körgrupp
 11/6 1 sön. efter tref. Avtackning av Madeleine Sköld.
 I kyrkan på vardagar: Morgonbön – Tis, Ons, Fre 08.15
 Lovångsmässa – Tis 18.00
 Morgonmässa – Tor 08.15
 To 8/6 12.00 Födelsedagskalas. Årets 80- och 85-åringar.
 Lö 10/6 07.30 Församlingsresa. Gränna/Visingsö.
 Obs! Fullbokat!
 Må 12/6 10.00 Utflykt. Krusenstiernska trädgården, Kalmar.
 Obs! Fullbokat!
 Ti 13/6 9.30- Prästostförsäljning. På Ica Ålem till förmån
 för Act Svenska kyrkan med anledning av Ica's
 5-årsjubileum.
 12.00 Födelsedagskalas. Årets 90-åringar och äldre.
 14.30- Prästostförsäljning. På Ica Ålem (se ovan).
 18.00 Lovsångsmässa. Obs! Sista för terminen!

www.svenskakyrkan.se/alem • www.facebook.com/alemsforsamling



Följ med på en utflykt med Shalombåten!

Lördagen den 1 juli bjuder vi in till två härliga turer med gemenskap, aktivitet och fika ombord.

TUR 1

Kl. 10 - cirka 12.30 välkomnas barnfamiljer (barn tillsammans med vuxen, medtag gärna egen flytväst)

Anmälan senast 26 juni med namn på alla som ska med, telefonnummer till ansvarig vuxen, ev. allergi samt om man behöver låna flytväst (ange vikt) till martina.augstrand@svenskakyrkan.se eller på Shalom secondhand i Mönsterås.

TUR 2

Kl. 14 - cirka 17 välkomnas den som vill!
 Ingen anmälan – först till kvarn gäller.

Hoppas vi ses ombord!



Strandakyrkan

Du hittar oss på Kuggåsvägen 1, Facebook, Instagram och www.strandakyrkan.se

Tis 30/5	10.00 Bön för Mönsterås
Sön 4/6	10.00 Gudstjänst, Elisabeth Svahn, PMU, Tanja Jansson
Tis 6/6	10.00 Bön för Mönsterås
Sön 11/6	10.00 Gudstjänst med nattvard, Josué Leones

Välkommen!



Missionskyrkan Blomstermåla
 Sö 4/6 10.00 Gudstjänst
 Per-Erik Bernspång
 Servering VÄLKOMNA



Strandakyrkan

Svenska kyrkan
 MÖNSTERÅS-FLISERYDS PASTORAT



Vill du synas här?

Boka din annons på telefon 073-526 12 18 eller mejla info@kommunkollen.se

Alltid på köksbordet!
kommunkollen