VÄRMDÖ magasin

DÄR NJUTNINGEN BÖRJAR ❁ SOMMAR 06

MUSIKERN TINA AHLIN:
Värmdö inspirerar

VÄRMDÖ BIKERS
Att köra hoj är en livsstil

SPARA TIDNINGEN SOM RÄCKER HELA SOMMAREN
Stor aktivitetsguide!

5 personer som valt ö-livet

74 RESTAURANGER OCH KAFÉER

NY TIDNING! BAD ❁ UTFLYKTER ❁ GÄSTHAMNAR ❁ BOENDE ❁ AKTIVITETER ❁ KARTA

Har du valt rätt bank?

Vi på Handelsbanken Värmdö värnar om:

- ✔ Närheten
- ✔ Personlig service
- ✔ Kompetenta rådgivare
- ✔ Konkurrenskraftiga priser

Välkommen att kontakta oss och boka tid!

Telefon 08-574 103 00. E-post varmdo@handelsbanken.se

Handelsbanken

DIN BANK I SKÄRGÅRDEN

Redaktionens bästa sommarminnen från Värmdö:

FOTO: STEFAN DENELL

Carin Carlsdotter Denell
chefredaktör och ansvarig utgivare
carin@varmdomagasin.se

»Ett kul minne är när jag förra sommaren själv fick ratta ett sportplan över vår tomt för att sedan fortsätta ut över havet mot horisonten. Det var mäktigt. «

FOTO: DAG BJERKE

Helena Nimbratt
redaktör, helena@varmdomagasin.se

»När vi stannade ute med båten längre än planerat för att bada och sola bara för att barnen var så glada och vattnet så varmt. Avkopplingen var så total att vi inte brydde oss om att vi varken hade med oss ordentligt med mat eller badkläder.«

FOTO: VICTOR BROTT

Marie Blomström
AD och grafisk formgivare, marie@varmdomagasin.se

»Värmdö förknippar jag alltid med båtar och vatten. Det är där man vill vara.«

FOTO: HELENA NIMBRATT

Danielle Söderström
annonser, danielle@varmdomagasin.se

» Bäst är det när jag med min man och två barn går ner till vår strand tidigt på morgonen med frukost picknick och "strandpackning". Allt är alldeles tyst och stilla och man riktigt känner hur solen sakta börjar värma.«

Drömmar är till för att uppfyllas...

För elva år sedan blev jag familj med hundvalpen Champa. Bilen byttes mot gammal jeep och vi vandrade i alla skogar vi kom åt. En livsdröm var uppfylld och nu ville jag införliva fler. Snälla människor satte upp lappar med texten "hus önskas hyra" på närbelägna öar. Så hamnade vi i det gula gamla trähuset. Inga bilar på ön. Jag kunde se och höra vågskvalpet från verandan.

Jag träffade min blivande man två veckor innan flytten. Jag har inte vågat fråga om det här var hans livs dröm. Men i rask takt hade han bytt ut våning i stån med sjöutsikt mot icke vinterbonad sportstuga, flickvän, hund och roddbåt.

Så tog jag steget och startade eget företag. Nu fick jag både leva och arbeta ute på ön. Kreativiteten blommade. Tog dykarcertifikat och köpte praktisk båt som tål att ligga i sjön året om. Sedan var det bara på med storoverallen och köra ut i såväl regn som snö.

Den lilla stugan och ön blev till slut för trång och vi hittade vårt alldeles egna ställe på ett berg ute på Värmdö. Inte samma sorts öliv men väl naturliv!! Att möta älg i skogen regelbundet är en stor känsla och närheten till egna öar en stekhet sommardag är unik. Så unik att jag nu vill berätta om det för fler. Så unik att jag nu förverkligar ytterligare en livsdröm. Att göra en tidning om det som givit mitt liv så mycket mening och innehåll.

Carin

Carin Carlsdotter Denell, *chefredaktör och ansvarig utgivare*
carin@varmdomagasin.se

Vi som gör tidningen arbetar och lever på Värmdö. I samarbete med Värmdö Kommun vill vi marknadsföra Värmdö som ett attraktivt turistmål. Magasinet får du gratis i brevlådan om du bor här annars via turistbyråer, restauranger och bensinmackar. Det vore toppen att få höra vad du tycker om vårt första nummer. Eller har du förverkligat en livsdröm du vill berätta om? Gå in på www.varmdomagasin.se. Mycket nöje önskar hela redaktionen på Värmdö Magasin!

Welcome to Värmdö Magasin. Värmdö Magasin is produced in association with Värmdö District Council to market Värmdö as an attractive place for tourists to visit. All of us who put together the magazine live and work on Värmdö and feel a strong affection for our archipelago home. Värmdö Magasin is delivered free to residents and is available in tourist offices, restaurants and petrol stations. We at Värmdö Magasin wish you happy reading!

12 **Ljuva skärgårdstoner**
Nyinflyttad och fylld av förväntan. Tina Ahlin har hittat sitt drömhus och flyttat till Värmdö. I sommar släpper hon sin skiva – Sommarkort.

17 **Tidlöst marint**
Förläng sommaren och njut av hav och skärgården hela vintern. Inredare Thomas Lindell har valt ut sina marina favoriter ur Värmdös butiker.

18 **Luffa från ö till ö**
Har du aldrig gjort det tidigare är det dags i sommar. Ö-luffa och utforska Värmdös vackra pärlor.

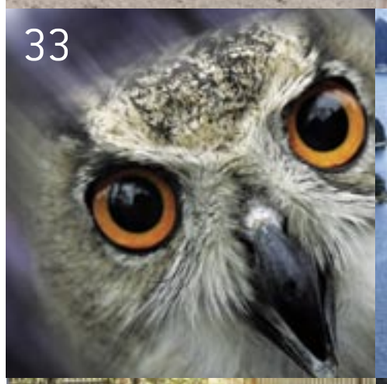
20 **Annorlunda utflyktstips**
Överraska dig själv, din familj eller någon du tycker riktigt mycket om. Boka in en oväntad week-end: flyg, fläta eller fiska med proffs.

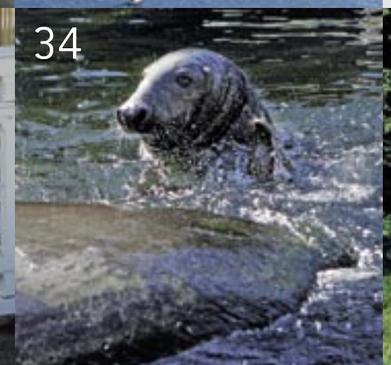
25 **Skönaste vägen går i en kurva**
För Wermdo Bikers är farten inte det viktigaste. De väljer småvägar för att njuta av frihet och den starka sammanhållningen.

30 **Hela sommaren dag för dag**
Countryfest, utställningar, marknad. Sommaren är fullspäckad av evenemang. Värmdö Magasin har listat allt som händer på Värmdö.

33 **Mayday, mayday – här kallar berguven**
Europas största uggla är hotad. Skärgårdsstiftelsen uppmanar allmänheten att spana efter berguv i sommar.

34 **Skåda säl**
Chansen att se säl i stockholmsskärgård är stor. Lär dig var du ska titta och hur man upptäcker ett guppande sälhuvud – mitt i en fjärd.





36 **Reserverat**
Natur reserverat för framtiden finns det gott om på Värmdö. Packa ryggsäcken, välj en favorit och njut.

40 **Bo på ö**
Det var länge sedan den typiska skärgårdsbon bar sydväst och puttrade fram i en snipa. Möt fem Värmdöbor som valt var sitt ö-liv.

42 **Aktiv sommar**
Våga testa något nytt eller gör det du gillar bäst. I sommar behöver ingen gå sysslolös. Aktiviteter finns det gott om.

48 **Monica och Monica tipsar**
Lev inte på gamla meriter, välj träning och ett piggare liv – nu! Läs träningsexperternas krönika.

50 **Pyssel för alla**
På stranden, i båten på en solvarm klipphäll. Lös Värmdö magasins korsord eller sysselsätt barnen med knep och knåp.

52 **Älskad ö med nya ögon**
Har du inte sett dem förut så är det på tiden att du tar en titta nu. Sandhamns grindar är värda en utflykt - bara för sin egen skull.

55 **Mönster som går igen**
Porslinsarbetardotter med öga för trend. Christina har sett till att Stig Lindbergs mönster Ribb, Berså och Adam har fått revansch.

58 **Pensionatlyx**
Tre rätter hemlagat med nybakt bröd. En middag på Svartsö Herrgårdspensionat är en njutning i hemtrevnad och skärgårdssmak.

62 **Ät gott på Värmdö**
Värmdös alla restauranger samlade i en enda guide.

66 **Karta och Värmdö i korthet**

VÄRMDÖ magasin

CHEFREDAKTÖR OCH ANSVARIG UTGIVARE
Carin Carlsdotter Denell, carin@varmdomagasin.se
tfn 0707-333 144

REDAKTÖR
Helena Nimbratt, helena@varmdomagasin.se
tfn 0706-515 010

ART DIRECTOR
Marie Blomström, marie@varmdomagasin.se
tfn 0708-18 22 22

ANNONSER
Danielle Söderström, danielle@varmdomagasin.se
tfn 0707-655 043

FORMGIVNING & ILLUSTRATION
Johnny Westerback, johnny@varmdomagasin.se
tfn 0702-89 37 85

MEDARBETARE I DETTA NUMMER
Magnus Fond, fotograf (omslag)
Magnus Skoglöf, fotograf
Åsa Levén, fotograf
Carin Green, skribent
Dag Bjerke, fotograf
Pernilla Sjöholm, skribent & fotograf
Monica Elsinga, krönikör
Monica Ryberg, krönikör
Anders Levén, krönikör
Thomas Lindell, stylist

REDAKTIONSHUND
Champa, champa@varmdomagasin.se

REPRO
Meze Design AB

TRYCK
Sörmlands Grafiska Quebecor AB, Katrineholm

DISTRIBUTION
S-post, Bromma, tfn 08-634 05 25
Posten Sverige AB

HEMSIDA
www.varmdomagasin.se

ADRESS
Värmdö Magasin, Box 36, 134 06 Ingarö,
e-post info@varmdomagasin.se
Utges av Aktiv Media Stockholm, tfn 08-655 8072,
fax 08-655 8074, www.aktivmedia.se

Ev vinstskatt i tävlingar betalas av vinnaren själv. All redaktionell text i Värmdö Magasin lagras elektroniskt. Redaktionen ansvarar ej för inskickat ej beställt material. Eftertryck medges endast med utgivarens tillstånd och då med källansvisning. Vi reserverar oss för eventuella felaktigheter i det tryckta materialet.

Det vore toppen att få höra vad du tycker om vårt första nummer. Maila till oss på info@varmdomagasin.se.

Skärgårdssemester där allt ingår!

Njut av allt som annars bara våra konferensgäster kan ta del av. Bada från klippor, vid sandstrand eller i 25-meters pool. Paddla, spela tennis, fiska och bada vedeldad bryggbastu. Dignande frukost- och lunchbuffé och läckra middagar varje dag.

Helpension från 540:-/person
Halvpension från 440:-/person

DJURÖNÄSET
130 40 Djurhamn • 08-57149000
info@djuronaset.com • www.djuronaset.com

Djurönäset på Värmdö – en upplevelse i Stockholms skärgård

VI HAR SÅLT FÄRG I ÖVER 30 ÅR

Värmdö FÄRGBOD

VÄRMDÖ KÖPCENTRUM
FENIX VÄG 16 • 134 43 GUSTAVSBERG
08-570 333 30
VARDAGAR 9–19 • HELGER 10–16

FÄRG • TAPETER • KAKEL • FÄRGSÄTTNING • FASADBESIKTNING

Synsam i Värmdö Köpcentrum tillhör Synsamkedjan, vilket ger våra kunder en mängd fördelar.
Hos oss finns fyra leg. optiker med kontaktlinsbehörighet samt fyra utbildade optikerassistenter.
Vi har tre fullt utrustade provrum och egen inslipningsverkstad – allt med modernaste utrustning.
Självklart finns här ett stort sortiment av märkesbågar, solglasögon, vanliga glasögon samt barnglasögon.

● Garanti på glasögon och linser. ● Bonussystem. Räntefri delbetalning.
● Certifierade i Optikerförbundets kvalitetsnorm.

Telefon: 08-570 345 50 **Telefax:** 08-570 319 32 **e-post:** gustavsberg@synsam.se
Öppettider: måndag-fredag 9.30-18 • lördag 10-15 • söndag stängt

SYNSAM
www.synsam.com

FOTO: CHRISTER LUNDIN

En bastu öppen för alla

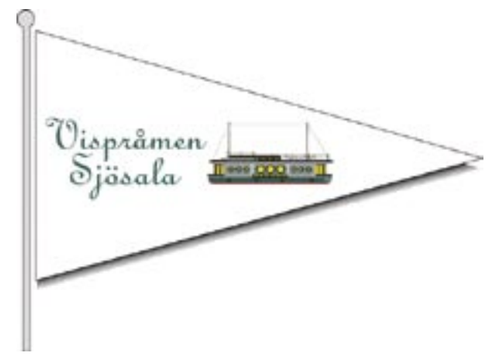
Visste du att Skärgårdsstiftelsen har 11 bastur som är öppna för allmänheten. De går att finna på Arholma, Träskö-Storö där det finns två stycken, Nämdö, Ostholmen och Bullerö, men man får vara beredd på att hugga sin egen ved innan man kryper in i värmen.

Flytande Taubecentrum i Gustavsberg

Värmdö ska bli en ny central punkt för den svenska visan tack vare ett flytande Taube-centrum som ska ha sin bas i Gustavsbergs hamn. Taubesällskapet har långt framskridna planer att bygga en vispråm, i samarbete med Värmdö kommun. Den är tänkt att stå färdig redan sommaren 2007. Tanken är att pråmen ska bli ett centrum för allt det som låg Evert Taube varmt om hjärtat – konst, musik och litteratur.

Med konsertsal i botten, restaurang och stor utomhusscen kommer Vispråmen Sjösala rymma alltifrån trubadurer till små jazzband och en hel symfoniorkester samt en virtuell utställning om Evert Taubes konst, musik och biografi.

– Huvudinriktningen kommer att vara visor men vi är öppna för allt och kan mycket väl tänka oss rockkonserter och konserter framförda av Värmdö Musikskola. Det är extra roligt om ungdomarna i kommunen kan dra nytta av satsningen, säger projektledare och Taube-sällskapets vice ordförande Tomas Edström.



Idén om pråmen föddes för ett år sedan.

– Vi saknade en bra representation för Taube i Stockholm och det enda naturliga var att satsningen skulle göras på Värmdö eftersom Sjösala var familjen Taubes mest älskade tillflyktsort.

Taubesällskapet bildades 2002, har cirka 1700 medlemmar, och verkar för att lyfta fram Evert Taubes gärningar.

Nominera årets turistföretag i Värmdö 2006

Vem tycker du har gjort en viktig insats för turismen i Värmdö i år? Motivera med högst fyra meningar varför du tycker att ditt förslag borde vinna. Juryn består av representanter från den svenska turistnäringen, Värmdö Kommun och Värmdö Magasin. Vinnaren presenteras i nästa års utgåva av Värmdö Magasin och på www.varmdomagasin.se. Posta in ditt förslag till Värmdö Magasin, Box 36, 134 06 Ingarö eller maila oss på info@varmdomagasin.se.

Tvålen för friluftsälskare

Sjö&Hav är en saltsjötvål i flytande form speciellt anpassad för dig som njuter av ett aktivt friluftsliv. Tvålen är av hög kvalitet och framtagen för att passa i svenska vatten. Den innehåller ämnen som gör att den löddrar rikligt i både salt- och sötvatten.

Allsång på Siggesta Gård

Nu kan du sjunga allsång på Siggesta Gård under ledning av körsångledaren Gabriel Forss varje måndag – under hela juli. Han kommer till Värmdö med sin egen kör One Voice, lokala körer samt gästartister såsom Papa Dee och Jessica Folker och ska tillsammans med publiken sjunga en blandning av modernt och gammalt. Siggesta Gård är ett populärt besöksmål som riktar sig till hela familjen.

– Vi vill vara en modern folkets park med målsättning att kunna erbjuda något nytt varje år, säger ägare och initiativtagare Olof Stenhammar som själv är gammal bondson.

Förutom att sjunga allsång finns det möjlighet att träffa både får och hästar på gården. I den 100 år gamla logen serveras mat från ett förstklassigt kök. Gården har även konstnärsateljé, shopping, café, barnteater, designutställning, en tre kilometer lång vandringsled och äventyrsminigolf samt artistuppträdanden. I sommar kommer Björn Skifs och Louise Hoffsten med Stockholm sinfonietta att gästa gården. Nytt för i år är bakluckeloppis om söndagarna.

Nya naturreservat

Under våren 2006 pågår arbetet att inrätta Värmdös första kommunala naturreservat vid sjön Ösbyträsk, strax öster om Gustavsberg. Länsstyrelsen arbetar även med bildandet av Långvikträsk naturreservat på Ingarö samt en utökning av Saltarö-Skärmarö naturreservat.

FOTO: BJÖRN HELANDER

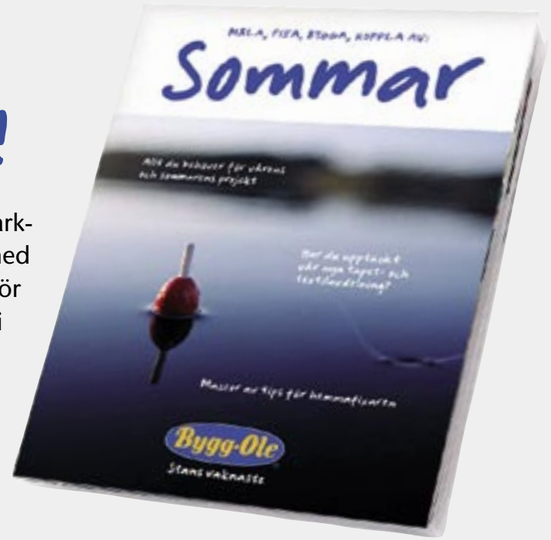
FOTO: DANIEL FÖRSTER/KSSS

Gotland Runt uppdateras

I år kan alla följa Gotland Runt. 2006 års upplaga av Gotland Runt utlovas bli mer tillgänglig för både seglare och åskådare. Fler banor, lättare inmätning, bättre anmälan för nya kappseglare, webb-tv och tidning är några av de övriga nyheterna. Gotland runt är en kappseglingsklassiker med allt från familjeseglare till världselit, från ett dussintal länder. I år startar cirka 300 båtar från Sandhamn.

Har du ett hemmaprojekt har vi grejorna!

Bygga trädäck? Måla fasaden? Lägga marksten? Vår sommarkatalog är fullmatad med tips, idéer och ett stort antal produkter för dig som har planer på att inte bara slöa i hängmattan i sommar. Välkommen.



Bygg·Ole®
Stans vaknaste
www.byggole.se

Bevara hårets skönhet hela sommaren

FRISYR MAKARNA

Välkommen att boka tid hos våra duktiga frisörer. Telefon **08-570 222 15.** Öppet vardagar 10–19, lördagar 10–16.

WELLA TIGI kms MATRIX L'ORÉAL PROFESSIONNEL SEBASTIAN PROFESSIONAL d:fi KÉRASTASE PARIS

MEDICINSK FOTVÅRD

Nonne Eriksson
Dipl. Med. Fotvårdsspec. & Massageterapeut

ALLT INOM PROFESSIONELL FOTVÅRD
MASSAGETERAPEUTISK BEHANDLING
VAXNING
SPA-BEHANDLING

Nonne's
massagepraktik & medicinsk fotvård

Ring **070-853 83 04**. Fenix väg 12
Värmdö Köpcenter Hälsoskutan

reastart
20-50%
på allt i butiken

Total utförsäljning!
Alla täcken och sovkuddar från Nordic Dream, pga förpackningsbyte 50%

Gäller på ordinarie priser, kan ej kombineras med andra erbjudanden, gäller ej vid köp av presentkort och beställningsvaror. Erbjudandet gäller så långt lagret räcker dock längst t.o.m. 23/7. **www.hemtex.com**

Hemtex
TID FÖR NÅGOT NYTT

Värmdö Köpcentrum
Vard 10-19
Lörd 10-16 Sönd 11-16

Välj 3 par betala för 2
det billigaste paret gratis
Gäller vi medtagande av annons
Erbjudandet gäller hela sortimentet t o m söndag 2/7
Värmdö KÖPCENTRUM
andiamo
Skor för alla, mode och funktion.
Värmdö Köpcentrum, Torget 08-710 31 70

Värmdös bästa hyr- och köpfilmsbutik
Vi har störst utbud på både köpfilm och hyrfilm
3 filmer 3 dagar 99 kr
Din videobutik på Värmdö
filmkedjan.com
Tel. 08 - 570 363 50 Öppet alla dagar 10 - 22 Värmdö Köpcentrum / Mölnvik

DIN DELIKATESSBUTIK PÅ VÄRMDÖ – FÖR VARDAG OCH FEST!
Ostar som smakar, doftande vinäger och lyxig olivolja.
Ät en vällagad lunch eller beställ catering för sommarfesten. *Välkommen in! hälsar Eva och Monica*
BLÅ DELI OCH CATERING
FENIX VÄG 8, TORGET, VÄRMDÖ KÖPCENTRUM. Tel 08 570 360 90, www.bladeli.se
Vard 8.30-19 Lörd 10-16 Sön 11-16

FOTO: MÅRTEN LEVIN

McDonalds designtävling avgjord

Tre vinnare utsågs i mars i år i Svenska McDonald's stora kaffedesigntävling. De vinnande motiven kommer att pryda två och en halv miljoner kaffebägare i sommar. Tävlingens vinnande motiv är Pelargon designad av Anna Broström från Stockholm, ett mönster som också kommer att ges ut som en kollektion porslinsmuggar av Gustavsberg. De andra vinnande bidragen blev Mormors guld designad av Elisabeth Månsson från Malmö och Fikaställe designad av Dan Berglund från Skultuna. Vinnarna får även ett stipendium på 20 000 kronor vardera. Tävlingen arrangerades av McDonald's och Svensk Form i samarbete med Gustavsberg.

3 heta boknyheter från Värmdöförfattare

Min första blombok
Anja Baklien
B. Wahlströms

Min första blombok är en samlarbok där den unga entusiasten kan pricka för alla blommor han eller hon hittar. Många vackra fotografier och lagom mycket fakta gör det lätt att känna igen Sveriges vanligaste vilda blommor.

Anja Baklien är kanslichef i Värmdökommun. Starkt fotointresse och minnen från barndomens turer resulterade i blomboken för barn. Hon har redan börjat fundera på en uppföljare som ska handla om småkryp. I sommar ska hon bege sig ut och plåta sniglar, maskar och annat smaskigt.

Svinalängorna
Susanna Alakoski
Albert Bonniers förlag

Kritikerrosad och uppmärksammad. Svinalängorna är en av årets svenska succeromaner som är en stark och mörk skildring av en familjs sönderfall. Men också om kärlek och framtidstro och om det storartade i konsten att städa.

Nästan alla män i boken super och alla kvinnor besatta av att hålla rent i sina hem. Titeln är hämtad från bostadsområdet i Ystad, där Susann Alakoski växte upp. Romanen är både hennes genombrott och hennes första. Nyligen lämnade hon in manuset till nästa roman till förlaget.

Värsta pappan
Ronny Olovsson
Albert Bonniers förlag

Själv har författaren Ronny Olovsson som själv är tvåbarnspappa, sportchef och pappakrönikör på Aftonbladet, inte varit föräldraledig. Men det har inte hindrat honom från att skriva en bok och propagera för det. Tvärtom. Värsta pappan är en bok för pappor om att vara pappa. Även mammor kan ha glädje av att läsa den. Det blir som att tjuvkika en smula in i männens hjärnor, och se problemställningarna från ett annat håll. Boken ger en hel del råd, på ett lättsamt sätt.

Vackra Värmdö har blivit ännu skönare. Musikern Tina Ahlin har flyttat hit.

Så ska det vara!

Vackra Värmdö bara växer och växer. Ett av kommunens nytillskott är musikern och tv-aktuella Tina Ahlin. I våras lämnade hon storstan i jakten på fågelkvitter, havsluft och en egen prunkande kryddträdgård.

Text: **Helena Nimbratt** Foto: **Manus Fond**

Barndomens somrar på Värmdö med bad, sol och långa grillkvällar har satt ljuva spår i Tina Ahlins hjärta.

– Jag har alltid känt en speciell kärlek till Värmdö. Här känner jag mig hemma, säger Tina när hon kommer gående längs grusvägen som leder upp till familjens nya hus. I händerna håller hon sonen Albin, 2 och kopplet med schabradoren Lester. Kinderna blossar. Ögonen glittrar. Tina Ahlin har en lyskraft av sällan skådat slag. Det måste sägas.

– Det är en speciell känsla att bo nära havet som jag tycker om, en slags romantik. Det är nog den känslan som gör att många musiker och artister flyttar hit. Det är kanske här inspirationen finns som alla söker, säger hon fundersamt och njuter en stund av solen.

Lite senare, i köket, när barn och hundar fått mat och rykande hett kaffe ställts fram på bordet säger hon att hon har längtat sig alldeles pirrig efter att byta Stockholmslivet mot en tillvaro i skärgården. Men har man en väldigt bestämd uppfattning om vad man vill ha och hur man vill bo – och huspriserna rusar iväg, då är det ingen lätt match att hitta ett hus, pustar hon. För hennes del krävdes det fyra års slit med visningar och budgivningar innan hon och hennes familj fann just den här lilla kåken.

– Vi har varit överallt och tittat. På Ingarö, Djurö, i Ängsvik och Fagerdala och varit med i ett oräkneligt antal budgivningar. För mig är det viktigt att jag bor i ett hus som har en själ och en historia. Kreativiteten ska sitta i väggarna.

Det tog plågsamt lång tid men till slut dök det upp, det lilla sekelskifteshuset som ägde den rätta känslan och som hade den där trädgården med uppvuxna fruktträd och bärbuskar, som står högt i kurs bland husköpare.

– Jag har längtat efter att få en egen trädgård där jag kan gräva i jorden, njuta av fågelkvitter och slippa stadens alla ljud. Men om jag verkligen är en potentiell skärgårdsbo, det får tiden utvisa.

Tina Ahlin har alltid trivts med många järn i elden vilket medför att det inte är så lätt att beskriva hennes musikaliska insatser. Förutom att spela piano och sjunga spelar hon dragspel och munspel. Förutom att skriva och framföra egen musik arrangerar hon för storband och körer och gör musik för teaterscener.

Hon har under 90-talet turnerat med många av landets bästa soul- och popartister: *Lisa Nilsson, Orup, Titiyo* och *Tomas Di Leva*. Hon har showat med *Anneli Rydé,* arbetat med *Thåström* i musikalen Råttfångaren på Dramaten, med P*eter Dalle* och *Hasse Alfredson* i Prins korv under taket, och medverkat i Lorry på Oscarsteatern i Stockholm. Skivdebut gjorde hon när hon var 34 år gammal och släppte skivan ”Det går bra ändå” med texter skrivna av *Hasse Alfredsson.*

– Jag blir lätt rastlös, är hennes egen förklaring till femton års splittrat musicerande.

Trots den imponerade biografin har Tina länge varit en doldis. Men våren 2004 trädde hon fram i det allmänna rampljuset när hon tog *Robert Wells* plats på pianopallen i tv-programmet ”Så ska det låta”. Inför tre miljoner tittare.

I år syns hon i rutan igen, varje onsdag, som programledare för Go’kvälls Musikmöte där hon intervjuar och ackompanjerar musiker, politiker, författare och artister från sin plats bakom flygeln.

– De flesta har en relation till musiken. Ingen är likgiltig. Därför är det lika spännande att bjuda in en politiker som en stor musiker, säger hon.

Hennes drömgäst är *Benny Andersson*.

– Det skulle vara jätteroligt om han kunde komma med dragspelet.

Uppdraget för svt är ett utvecklande jobb med trampolinkänsla, det vill säga rejäl pirrfaktor, enligt Tina själv, trots att hon behärskar samtalsämnet, musik, på alla plan.

– Att intervjua människor i tv är en helt ny utmaning för mig. Men jag använder mig av mina egna erfarenheter. Jag strävar efter att inte utsätta folk för obekväma situationer som jag själv har hamnat i under sändning.

Förutom i tv är hon även aktuell med en ny skiva: – Sommarkort som är producerad i samarbete med kompositören *Lotta Ahlin* – Tinas lillasyster.

– Vi jobbar gärna ihop men får sällan tillfälle att göra det. Lotta får förfrågningar från mängder av artister och jag har på senare år blivit fast i längre produktioner. Verkligheten kommer emellan, helt enkelt. Man måste försörja sig, men jag tycker om att arbeta med Lotta, berättar Tina.

Sommarkort är den första skivan i en tänkt serie. Urvalet spänner mellan *Astrid Lindgrens* sommarvisor till *Taube* och psalmer och är Tinas egna absoluta favoriter när det kommer till sommarmusik. Tina spelar kromatiskt munspel och flygel och har bjudit in gästsolister.

Som barn och under tonåren fick jag ofta följa med mina kompisar ut till deras sommarställen på Ingarö och i Boda. Vi hade underbara grillkvällar tillsammans. De minnena har bidragit till att jag känner mig väldigt hemma på Värmdö.

– Jag har improviserat fram annorlunda versioner av välkänd musik, förklarar hon.

– Jag har saknat en riktig sommarskiva på marknaden. Det ges ut mängder av julmusik men sällan sommarmusik. Det är en av anledningarna till att jag gjorde den här skivan. Den är tänkt att vara stämningsfull utan att vara inställsam.

Inspiration har hon hämtat bland annat från *Jan Johanssons* skiva ”Folkvisor – Jazz på svenska”. Medverkar gör bland andra *Freddie Wadling*.

Systrarna tycker inte bara om att arbeta ihop. Så ofta de kan ser de till att träffas för att bara umgås, med barn och hundar. Lotta bor i ett hus i Nacka. Dit har Tina åkt många helger under sina år som storstadsbo, för att jobba eller bara pusta ut.

– Vi står varandra väldigt nära Lotta och jag. Vi har samma humor och skrattar mycket ihop. Vi är bra på att stötta varandra och glädjas åt varandras framgångar, säger Tina.

– Nu när jag har flyttat från stan kan vi hjälpas åt lite oftare att passa barnen och hundarna.

I Go’kväll kommer publiken att få se Tina Ahlin tillsammans med bland andra *Hans Alfredson, Loa Falkman* och *Robert Broberg.* I Sommar kommer Tina också att medverka på en Östersjöturne på skeppet Lady Ellen. Till hösten väntar konserter med *Malmö Symfoni Orkester,* kanske blir det mer TV, och så blir det julshow och mycket mer.

– Det ska bli skönt att hinna med lite semester i sommar också. Jag har jobbat mycket under hela våren, tillägger hon.

FAKTA OM TINA

Namn: Tina Ahlin

Ålder: 37

Familj: Maken Morgan Ågren och sonen Alvin, 2 år, schabradoren Lester, 10 år.

Yrke: Musiker/artist.

Bor: I sitt drömhus på Värmdö.

Aktuell: Som programledare i svt:s Go’kvälls musikmöte som sänts under våren, en del konserter samt en egen skiva; *Sommarkort* där Tina samlat sina bästa sommarlåtar.

Fakta » Värmdö är den svenska kommun som har växt snabbast de senaste tio åren. Befolkningen har ökat med 25 procent. Förklaring: närheten till såväl Stockholms arbetsmarknad som lantlig idyll.

Tina vill odla massor av kryddor och göra läckra marinader till sommarens grillkvällar.

Flytten till Värmdö har hittills varit omvälvande. Nu börjar en ny epok i Tinas liv och hon har stora förväntningar och mängder av förhoppningar inför framtiden. Bland annat nämner hon cykelturer och långfärdsskridskor med något drömmande tonfall. Samtidigt är hon lite nervös, erkänner hon.

– Jag har ju bott i stan under hela mitt vuxna liv. Jag är medveten om att det kommer bli en stor omställning att bo här men jag har alltid tyckt om att vara ute i naturen. Plocka svamp är ett av mina fritidsintressen och mitt bästa svampställe finns i skogen vid Hemmesta. Varje höst går jag dit och plockar svart trumpetsvamp med min kompis *Helena*. Men exakt var vi går, det tänker jag inte avslöja, säger hon och ler finurligt.

Havet har också haft en stark dragningskraft och bidragit till att hon tills slut hamnade ute i skärgården.

– Men jag kan inte segla, även om jag en gång ägde en egen liten folkbåt som jag med stor envishet slipade på under tonåren. Alla trodde att jag hade blivit galen men jag var fast besluten att sjösätta den och jobbade stenhårt för att få den klar. Till och med när jag föll av båten, som stod uppallad på bockar, bröt armen och var tvungen att fortsätta måla med vänster arm. Den sommaren seglade jag till Boda.

Det blev bara en tur med träsegelbåten. Sedan dess har Tina mest varit passagerare, på bland annat sin mammas segelbåt. Varje sommar har de varit ute tillsammans och njutit av hela Stockholms skärgård.

– Sandhamn, Blidö, Nämdö, säger Tina längtansfullt. Jag älskar att vara längst ut vid havsbandet. Det är så vackert och orört.

Kanske, så småningom kan Tina tänka sig att bli båtägare själv. Men helt självklart är det inte. Båtar tar tid.

Det är inte bara Värmdö och skärgården i sig som erbjuder nya möjligheter för Tina. När det gäller huset har hon också stora förväntningar. Bland annat står det fem gamla bodar på tomten som Tina har en del planer för. Två av dem ska till exempel byggas om och inredas till musikrum. En till henne själv och en till hennes man *Morgan Ågren*, som också är musiker.

– Bodarna är gamla och charmiga bykbodar. Vi behöver lägga nytt golv, sätta in nya fönster innan vi kan börja jobba i dem. Så småningom kanske vi kan inreda en tredje till en bastu.

Trädgården som är fylld av björnbärsbuskar, hallonsnår, äppelträd och rabatter vars innehåll kommer bjuda på spännande överraskningar under hela sommaren vill Tina komplettera med en egen kryddträdgård.

– Jag älskar att laga mat och vill odla massor av kryddor så jag kan göra läckra marinader och grilla på sommarkvällarna.

Grilla med nära vänner tillhör sommaren, tycker Tina. Det är sånt man längtar efter under de mörkaste vintermånaderna.

– Som barn och under tonåren fick jag ofta följa med mina kompisar ut till deras sommarställen på Ingarö och i Boda. Vi hade underbara grillkvällar tillsammans. De minnena har bidragit till att jag känner mig väldigt hemma på Värmdö – och väldigt trygg.

Det är en speciell känsla att bo nära havet som jag tycker om, en slags romantik. Det är nog den känslan som gör att många musiker och artister flyttar hit.

Dubbelchans! Vinn Tina Ahlins skiva "Sommarkort". Delta på vår hemsida www.varmdomagasin.se, eller posta ett vykort till adressen Värmdö Magasin, Box 36, 134 06 Ingarö. Dragning sker den 30 juni och 31 juli. Vinnarna publiceras på vår hemsida.

TINAS EGNA PÄRLOR

Siggesta – Hela det området är otroligt fint, mysigt att åka till med barnen. Skulle gärna göra någon konsert där!

Saltarö – Hyrde en gullig röd stuga på Björnholmen i tre månader, bara jag och min hund när jag behövde en timeout i livet. Väldigt vackert och rofullt.

Farleden utanför Vindöström – Underbart en stekhet dag i en segelbåt. Tänker alltid på Carl-Anton när jag passerar Vindö strömma.

Runmarö krog – Är god vän med deras förra krögare Kulan, där spelade vi i höstas på deras "Höstglöd", det var magiskt med eldarna vid bryggan!

Fagerdalabrygga – Bara jättevackert med de gamla husen.

Tinas schabrador Lester älskar att leka i havet.

När det händer i sommar, händer det på Siggesta Gård!

DET HÄNDER I MAJ:

7, 14, 21	Bakluckeloppis kl. 11-15
26	Lovkurs, workshop, dagtid
27	Antikmarknad, 50-60-talstema; "Från raggare till veteranbilar"
27	Konsert: Lennie & The Boppers kl. 19.30
28	Bakluckeloppis, kl. 11-15

DET HÄNDER I JUNI:

4	Bakluckeloppis, kl. 11-15
6	Sveriges nationaldag, hela gården öppen!
11, 18	Bakluckeloppis, kl. 11-15
19-21	Lovkurser, dagläger

DET HÄNDER I JULI:

1-7	VM-VECKA PÅ GÅRDEN
2	Bakluckeloppis, kl. 11-15
2	Konsert; Barbro "Lillbabs" Svensson, Ulf Johansson, Sverre med Claes Crona trio kl. 19.30
3	Hela logen sjunger! Allsång med gästartist
6	Dans i logen, Zlips, kl. 20-24
9	Bakluckeloppis, kl. 11-15
10	Hela logen sjunger! Allsång med gästartist
16	Bakluckeloppis, kl. 11-15
17	Hela logen sjunger! Allsång med gästartist
19	Dans i logen, Wahlströms, kl. 20-24
23	Konsert; Lill Lindfors, Hector Bingert, Claes Crona trio kl. 19.30
24	Hela logen sjunger! Allsång med gästartist
30	Bakluckeloppis, kl. 11-15
31	Hela logen sjunger! Allsång med gästartist

DET HÄNDER I AUGUSTI:

4	Konsert: Svante Thuresson, Viktoria Tolstoy & Claes Crona trio kl. 19.30
6	Bakluckeloppis, kl. 11-15
9-13	Siggesta musikdagar med musik och kulturskolan Värmdö. Prova på att spela, dirigera etc. Musik & teater!
13	13 augusti Konsert Björn Skifs och Louise Hoffsten -sommarfinal!
13	Bakluckeloppis, kl. 11-15
19	Countryfest/marknad
20, 27	Bakluckeloppis, kl. 11-15

DET HÄNDER I SEPTEMBER:

	Peter Lundblad med gäst
9-10	Skördemarknad, floristkurs, veteranmaskiner, musik etc.
3, 10	Bakluckeloppis, kl. 11-15
16	Siggestafestivalen; Kulturdag, av och med unga!

DET HÄNDER I HÖST OCH I JUL:

Oktoberfest!
Halloween SPÖKFEST med Gregoriansk musik
Miss Lycka - work shop, seminarie, föreläsning
Unga teaterelever bjuder på föreställning
Julshow i logen
Julmarknad
Och mycket, mycket annat!

På vår webbsida, www.siggestagard.se, kan ni alltid hitta vårt aktuella program!

Äventyrsgolfen "Värmdö Runt" har fått konstgräs! Varje dag kl 11-21.
Bakluckeloppis - köp och sälj, söndagar, kl 11-15
Vår nya Vandringsled (3 km) är invigd!
Siggesta Hundhage - för alla hundar, mattar & hussar
Butiker, Galleri, Ponnyridning, Gårdsdjur mm

siggesta gård
VÄRMDÖ

För mer info, tel: 08 574 407 50 | www.siggestagard.se

Välj och vraka bland skärgårdens pärlor

Har du aldrig utforskat Värmdös öar, kobbar och skär är det kanske dags i sommar. Åk från ö till ö med färja eller egen båt, bo på vandrarhem eller tälta och njut av sköna bad, god mat och vacker natur.

Text: **Helena Nimbratt**

En rymlig ryggsäck packad med bad- och regnkläder, myggmedel, solskyddskräm, en fästingborttagare och mobiltelefon. Det är så gott som allt du behöver för att ö-luffa i skärgården och så såklart båtluffarkortet, om du inte tänker besöka öarna med egen båt.

Med båtluffarkortet får du under fem dagar åka hur mycket du vill med Waxholmsbolaget för bara 300 kronor. För att göra det enklare att resa runt har färjebolaget stakat ut turförslag: norra, mellersta och södra båtluffarleden. I mellersta skärgården kring Värmdö är kommunikationerna med skärgårdsfärjorna goda och här finns mer än 10 000 öar, kobbar och skär att besöka.

Längs mellersta båtluffarleden finns roddbåtar utplacerade vid några sund. Båtarna är till för att de som luffar ska kunna ro över till ön mittemot och där byta till en ny båtlinje. Har man båtluffarkort är det fritt fram att låna roddbåt om man bogserar tillbaka den båt som ligger på motsatt strand så att ingen sida blir utan båt.

På vissa öar som till exempel Möja, Svartsö, Finnhamn och Ingmarsö finns det stigar och mindre vägar som binder ihop lederna. På en del håll har stigarna markerats med särskilda skyltar annars går det nästan alltid att få tag på kartor.

På flera av öarna är cykeln det bästa sättet att ta sig fram längs dammiga grusvägar, genom skogar och förbi ängar och hagar. Cykel finns att hyra lite här och var. Man kan också ta med sin egen cykel på färjan, mot en avgift.

TÄNK PÅ» Att boka rum innan du ger dig ut på en båtluff i skärgården. Vandrarhemmen blir ofta fullbelagda under sommaren.

Glöm inte att **fälla upp semaforen** i upprätt läge när du väntar på båten. Det är en signal till kaptenen att någon vill stiga på.

För tips, tidtabeller och mer information om båtluffarkortet på **www.waxholmsbolaget.se**

The best way to see the archipelago is of course by boat. Turn to the tourist office for further information or call the ferry companies directly.

Grinda» A nature reserve with a beautiful landscape. Summer store, camping and an inn where you can have a good meal and stay overnight. There is also a camping site.

Möja» A traditional archipelago island with fishing village, museum, handicraft, but also regular services like grocery store, post, church, school etc.

Nämdö» A living agricultural landscape with farms, a folklore museum and handicraft store. Rent a cottage and a bike and explore the island.

Sandhamn» The sailors paradise and one of the most frequented places in the Stockholm archipelago. Sandhamn has shops, restaurants, museum, hotels, boats to rent, etc. Famous for the start of the regatta "Gotland runt".

Svartsö» A larger island with hiking and biking paths through the agricultural landscape. A popular restaurant is Svartsö Krog where you can stay over night, rent a cottage or bed & breakfast.

Runmarö» You find an inn, café and bakery, and a diving center. There are many hiking paths and a farm Solberga with farm store.

Boat hiking pass» With this pass you can travel with all Waxholm boats around the archipelago as much as you would like. You buy the card at the tourist office in Stockholm or Gustavsberg or at the ferry line terminals.

Phone numbers to boats/ferries»
Waxholmsbolaget +46 (0)8 679 58 30.
Strömma Kanalbolaget, Cinderellaboats +46 (0)8 587 140 00.
Stavsnäs boat taxi +46 (0)8 571 501 00. Sandhamn boat taxi +46 (0)8 571 535 50. Svartsö boat taxi +46 8 542 478 00.

FOTO: FINNHAMN

FOTO: MATS LINDFORS/WEBBKUSTEN

För mer information om boende på öarna se Värmdö magasins boende guide sidan 49.

GRINDA
Cirka en timme från Stockholm, strax söder om Ljusterö, ligger populära Grinda. På ön finns två båtbryggor, norra och södra Grinda. Hela ön är ett friluftsområde. Här kan man bada från såväl klippor som barnvänliga sandstränder, hyra kajak eller testa på bergsklättring och pilbågsskytte. På Grinda finns restaurang och pub i Grinda Wärdshus. Under sommaren finns även ett kafé och en lanthandel på ön.
Boende: På ön finns vandrarhem och campingplats med gott om tältplatser. Grinda Wärdshus har ett tiotal rum och är inrymt i en sommarvilla från 1906 samt hotelllängor. Det finns omkring 30 stugor att hyra. På ön finns också gästhamn med cirka 60 platser. I sundet mellan Grinda och Hästholmen finns en naturhamn.
Så tar du dig hit: Till Grinda tar du dig med Waxholmsbolagets båtar eller med Cinderellabåtarna. Från Värmdö åker du från Lillsved eller Boda.

BULLERÖ
Den två kilometer långa ön Bullerö ligger i ytterskärgården utanför Nämdö i Värmdö kommun. Ön har 900 holmar och skär och beboddes förr i tiden av stora konstnärer och författare sommartid – bland annat Anders Zorn och Albert Engström. Bullerö är ett naturreservat och delvis fågelskyddsområde. Du kan bland annat besöka Bruno Liljefors jaktstuga, som i dag är ett museum.
Boende: Bullerö Gästhem i självhushåll med enkel standard. Bokas genom tillsynsmannen, telefon 08-571 590 92.
För dig som kommer med egen båt finns gott om naturhamnar och tillgång till skärgårdsmajor. Det finns också en enkel tältplats på Bullerön. Vid raststugan finns begränsat med färskvatten. Det finns ingen affär på ön.
Så tar du dig hit: Om du inte har egen båt kan du sommartid ta dig till Bullerön med passbåt från Stavsnäs eller Björkvik på Ingarö. Turupplysning tillsyningsmannen (se ovan). Taxibåt, Stavsnäs Båttaxi.

MÖJA
Ön Möja, cirka sex kilometer lång, bjuder på äkta skärgårdsmiljö. Huvudöarna Möja och Södermöja har närmare 300 bofasta, men på sommaren bor här betydligt fler. Möja har vacker natur och här finns många bra promenad- och cykelvägar. Bada ska du inte räkna med att göra på Möja, stränderna är inte så lätta att nå. Men du kan hyra cyklar, titta på de så kallade ryssugnarna, som ryssarna bakade rågbröd i på 1700-talet, hembygdsmuseet, båtsmanstorpet från 1700-talet och besöka Möja kyrka. Här finns flera krogar, mataffärer, bageri, läkarmottagning och bibliotek.
Boende: Gästhamnar finns i Långvik, Löka och Kyrkviken som har flest platser. Det finns ett enklare gästhem på Möja med 18 sängplatser och flera öbor hyr ut stugor och erbjuder bed & breakfast.
Så tar du dig hit: Båt med Waxholmsbolaget från Stockholm eller Sollenkroka brygga på Värmdö. Du kan också åka med Cinderellabåtarna eller båttaxi.

NÄMDÖ
Nämdö är en avlång huvudö i södra delen av Värmdö. På Nämdö och de 18 öarna runtomkring bor det omkring 100 bofasta. Orrö, Mörtö, Ekholmen, och Uvö är ett par av öarna runtomkring.
Nämdö har många småvägar i en fin natur och passar utmärkt för en dagsutflykt, gärna på cykel. Cykeluthyrning finns. Här finns också bar och kafé. Östanviks gård är centrum för lantbruket på ön. Här finns en sommaröppen gårdsbutik och en konstnärsateljé och en väldigt vacker kyrka.
Boende: På Nämdö finns bed & breakfast och möjlighet att hyra stugor, dock i begränsad omfattning. Tälta gör man med fördel enligt allemansrätten. Bästa naturhamnen är den stora viken in mot Långvik på norra ön.
Så tar du dig hit: Färja från Stavsnäs och Saltsjöbaden med Waxholmsbolaget.

FINNHAMN
Tre öar – Stora Jolpan, Lilla Jolpan och Idholmen räknas till Finnhamn. Alla öarna ligger i norra ytterskärgården, precis på gränsen till det öppna havet. Hit åker man för att bada från klipporna eller de små sandstränderna. Vid tältplatsen finns en långgrund liten strand perfekt för småbarnsfamiljer. Man kan hyra en roddbåt och ro ut till någon av alla öarna runt omkring eller hyra bastu för ett par timmar. Vill man besöka Ingmarsö som ligger bredvid Finnhamn går det bra att låna roddbåtar gratis. Man kan också vandra, exempelvis på Finnhamnsstigen. På ön finns en krog och livsmedelsaffär.
Boende: På Finnhamn ligger STF:s vandrarhem Utsikten. Stugor går att hyra och det finns också 50 bäddar i sommargården som passar till större sällskap. Du kan även tälta på södra delen av Jolpan.
Så tar du dig hit: Finnhamn når man med Waxholmsbolaget eller med Cinderellabåtarna från Stockholm och Boda eller Lillsved.

SANDHAMN
Sandhamn ligger längst ut i mellersta skärgården och är en vacker ö som består av sand, vilket har gjort den känd som badort. Här finns flera barnvänliga sandstränder, den populäraste är Trouville. Sandhamn är också internationellt känd för sina seglartävlingar, bland annat Gotland runt.
Byn i sig är en sevärdhet men man kan också besöka Tullhuset, Sandhamns museum, Lotsbryggan, kapellet, Lotsutkiken och havsfruns grotta som skapades av inlandsisens smältvattenälv. Bara att titta på den oändliga mängden båtar som kommer till hamnen är underhållande i sig.
Boende: Bo kan man göra på Sandhamn Hotell & Konferens eller Sandhamns Värdshus. Det finns inga tältplatser eller vandrarhem. Ön har fyra gästhamnar.
Så tar du dig hit: Med båt från Stockholm eller Stavsnäs med Waxholmsbolaget, Cinderella båtarna, GS Rederi, Strömma Kanalbolag.

Se skärgården från ovan med egen pilot i eget plan.
Lev pensionatsliv på Villa Lökasundet på Möja.

Boka in något oväntat i sommar

Se skärgården från ovan, fånga fisk med ett riktigt proffs eller lär dig konsten att fläta med pil. Ska du semestra på Värmdö kan du få så mycket mer än sol, vind och hav. Vi ger dig sex annorlunda tips.

Text: **Helena Nimbratt**

Himmelskt

Upplev skärgården se alla öar, kobbar och skär från ovan med egen pilot i eget plan. Från Bromma kan man flyga med amfibieplan ut över skärgården. Antingen skräddarsyr man sin egen utflykt, plockar upp en picknickkorg från en av skärgårdsrestaurangerna och väljer en egen ö för lunch och bad, eller så bokar man en sightseeing tur med flygning över Möja skärgård. Vid lunch landar planet på vattnet, utanför restaurangen som serverar en tvårätters måltid, vid till exempel Sandhamn eller Husarö.

Planet rymmer nio personer. Barn får inte vara yngre än fem år och turerna finns att boka varje lördag från maj till september. Vill man göra sitt eget program är möjligheterna oändliga.

Ett underbart sätt att njuta av Stockholms skärgård och man bör absolut inte glömma varken kamera eller solglasögon.

Prisexempel: 4 700 kr för två, inklusive lunch. Utflykten tar cirka tre timmar.

Live it Experiences AB, Viamare sjöflyg erbjuder färdigpackade utflykter.

För mer information:
www.liveit.se
Tfn + 46 (0)8 556 98 667
www.viamaresjoflyg.se
Tfn + 46 (0)8 298 398

Koppla av på pensionat

Upplev lugn, ro och hur det är att på ett gammeldags pensionat, i modern skärgårdstappning. Villa Lökasundet är ett nyöppnat pensionat på Möja som erbjuder rum i tre olika prisklasser och har dessutom en pool, ett par roddbåtar, kajaker och metspön, fritt att använda för alla gäster.

För regniga dagar finns det gott om sällskapsspel och inte minst en vacker utsikt att njuta av.

Prisexempel: Villa Lökasundet från 350 kr/natt.

För mer information: www.villalokasundet.se
Tfn +46 (0)70-750 10 10

FOTO: MAX BROUWERS

Långsunda Gård har kurser hela sommaren, Fågelbro Hus erbjuder golf och spa i ett paket.

Gå en kurs

Fläta pil – korgar, spaljéer, koner och annan vacker trädgårdskonst, utveckla ditt bildspråk under en kortare eller längre kurs eller delta i en ogräsvandring.

Långsunda Gård som ligger strax före Norra Lagnö erbjuder under hela våren, sommaren och hösten inspirerande kurser och inspirationsdagar, alla med syfte att verka avslappnande för oss stressade människor i dagens elektroniska samhälle. Hit kan man också komma bara för att njuta av den vackra trädgården och miljön.

För mer information: www.ewaromare.se
Tfn + 46 (0)8 570 360 06

Fiska med proffs

Det finns en hel del fiskeguider i Stockholmsskärgård och på Värmdö. En av dem är Djurö Båt & Fiskecharter som utgår från Djurö och tillhandahåller all nödvändig utrustning samt sitt kunnande och näsa för var det nappar.

Åk i grupp, övernatta på en vacker ö och njut av nyfångad fisk.

Prisexempel: 3 800 kr per båt, halvdag. Max fem personer.

För mer information: www.seamotion.se
Tfn +46 (0)70-592 68 64 eller +46 (0)8 571 540 04

Tjejgolf

Res hemifrån över helgen och kombinera golf med spa och god mat. Kan det bli bättre? FågelbroHus har packat ihop ett golfpaket för tjejer där det ingår såväl en dags greenfee som fördrink och trerättersmiddag och tillgång till tennisbana, bastu och ett litet spa-kit för eget bruk. Samt frukostbuffé såklart.

Den som vill lyxa till det ännu lite mer kan boka in massage eller ansiktsbehandling efter spelet.

Pris: 1 350 kr per person och natt i delat dubbelrum (uppge kod "Värmdö").

För mer information: www.fagelbrohus.se/fagelbro.html, Tfn +46 (0)8 571 419 19

Chartra segelbåt

Ta med familjen, släkt eller vänner och passa på att njuta av vattnet, solen och lugnet.

MalmaKvarn har en fantastisk Benéteau Océanis Clipper 393, årsmodell 2003 med plats för åtta personer. Båten är utrustad med två toaletter, dusch, stort bekvämt pentry och allt man behöver när man är ute till sjöss. Båten går att chartra enstaka dagar, helger eller veckor med eller utan skeppare.

Det går dessutom att få den färdigprovianterad med ett startpaket.

För mer information: www.malmakvarn.se.

Flanera, shoppa och ät i hamnen

Gustavsbergs hamn är ett andningshål, en mötesplats och ett rum för både kropp och själ som saknas i det moderna, teknologiska samhället. En plats för levande verksamhet, konst, kultur och skärgård. Under de närmaste åren kommer en rad olika projekt att tillsammans skapa en helt unik miljö – 18 minuter från storstaden.

ANTIKHUSET
www.ahg.se
Porslin och keramik från Gustavsberg
Chamottev. 13
Gustavsberg
tel 08-57030577

Isis Inredning
Möbler i teak och sjögräs direkt från Indonesien – Hantverk i keramik, sten, korg och träsniderier
Nyhet!* Skulpturer i sten för innemiljö och trädgård (*juli)
Odelbergs väg 13c Tel 570 368 10
www.isistrade.se
Öppet mån-fre 11-18, lör-sön 11-15

Fynda i vår fabriksbod!
Minst 25% rabatt på 2:a sortering och utgående dekorer. (gäller porslin, glas, bestick och tillbehör)
Chamottev. 17
Gustavsbergs hamn
Tel 08 57039474
www.villeroy-boch.com
Villeroy & Boch 1748

HAMNENS KAFFESERVERING SKAFFERI DELIKATESSER
Hamnens Skafferi | Odelbergsvägen 11
08-570 300 50 | www.hamnensskafferi.com

Fabriksbutiken
Tillitala Rörstrand BodaNova HACKMAN
Vi säljer andrasortering **10–40%** under förstasorteringspris.
ÖPPET Mån–Fre 10–18 Lör 11–16 Sön 11–16
Tyra Lundgrens väg 23, Gustavsberg.
Telefon 08-570 356 55
2:a SORTERING

ALLA RUM INTERIÖR
STORT URVAL INREDNINGSTYGER
MÖBELOMKLÄDSEL SÖMNAD
DESIGNERS GUILD SANDERSSON MORRIS
JANE CHURCHILL SANDBERG MAIRO
BORÅS LINUM HIMLA SPIRA M.FL.
TEL 08 57031308

IL PORTO
Hamnens Kök & Bar

Skona Ting
Inredning Trädgård Barn
08-570 324 40 www.skona-ting.se

Möblerna du drömt om, till priser du aldrig kunnat drömma om.
BQ of sweden
Tyra Lundgrens väg 4, Gustavsbergs Hamn
Tel: 08 570 311 90 www.bqofsweden.com.
Öppet ti-fre: 11-19, lö-sö: 11-16

Här får du de tips du behöver för att kunna uppleva det bästa av Värmdö.
Gå med i öppna visningar av hamnen onsd-lörd, kl 12.00 (1 juli-19 aug, min: 10 pers.) eller boka guidning för grupper (året runt).
Värmdö Turistbyrå, Gustavsbergs hamn
guidningar, skärgårdssouvenirer & böcker, hantverk
mån-fred kl 10-17, lörd-sönd 10-17 | Tel 08 570 345 67 | www.gustavsbergshamn.se

Aktuella program och tider
www.gustavsbergshamn.se
Värmdö turistbyrå 08-570 345 67

Gustavsbergs Hamn
Stockholms nya mötesplats för människor och kultur

STORM SKÄRGÅRDSHANTVERK
23 hantverkare i Skärgårdsmak möts i en gemensam utställning där skaparkraften är som vinden och stormen – uppfriskande, ursinnig och nydanande.
Utställning 27 maj - 3 september
Gula Byggningen, Gustavsbergs hamn
konsthall, konsthantverk
mån-fred kl 10-17, lörd-sönd 11-16 | Tel 08 570 132 11 | www.gustavsbergshamn.se

Som hemma fast på resande fot
HOTELL Blå Blom
fr. 490 kr/person med härlig frukostbuffé

Skärgårdsmak

Factory Outlet i Gustavsberg
PARADIS FÖR GLASÄLSKARE
...ständigt nya erbjudanden till fyndpriser!
På Factory Outlet i Gustavsberg säljer Orrefors Kosta Boda 2:a sortering, 30–40% under fackhandelns ordinarie pris.
KOSTA BODA Factory Outlet GUSTAVSBERG Orrefors
Vard. 10–18, Lörd. 11–16, Sönd. 11–16
Tyra Lundgrens väg 15–17, 134 40 Gustavsberg
Tel 08-570 108 70, Fax 08-570 108 71

HusmanHagberg
Nattvandrare i Sverige
Riksnätverket
= SANT

STIG LINDBERG i GUSTAVSBERG
ARTISTEN OCH MÄNNISKAN
GUSTAVSBERGS PORSLINSMUSEUM
13 MAJ 2006 –14 JANUARI 2007
MÅND – FRED 10 – 17; LÖRD – SÖND 11 – 16
WWW.PORSLINSMUSEUM.VARMDO.SE

Skärgårdsutflykter 2006 med M/s Singö
Ombord finns färska morgontidningar, kritor och spel till barnen, cafeteria med lättare mat. Vi har också fullständiga rättigheter.

UTFLYKTER – minimiantal 10 personer /OBS FÖRBOKNING/

SANDHAMN, via **Saltsjöbaden** – Varje torsdag 29/6–17/8 kommer vi att avgå kl. 10.00 från Gustavsberg. På Sandhamn finns bl.a. badmöjligheter, minigolf, butiker och restauranger. Möjlighet till guidade turer (bokas i förväg).
Pris: Inkl båtresa t/r, lunch, guidning, kaffe och petit four – 350 kr, barn 3–12 år 100 kr rabatt. (Pris exkl lunch 260:-)

BULLERÖ, via **Saltsjöbaden** och **Nämdö** - Varje onsdag 28/6–16/8 kommer vi att avgå kl 10.00 från Gustavsberg. På Bullerö finns möjlighet till museibesök, bad vid sandstrand, kanotuthyrning, gå naturstig och att hyra bastu. Möjlighet till guidade turer (bokas i förväg).
Pris: Inkl båtresa t/r, museibesök, lunch, kaffe och petit four – 350 kr, barn 3–12 år 100 kr rabatt. (Pris exkl lunch 260:-)

Bokningar: Tel 0707–33 05 31, 08-571 44 733 eller på vår hemsida **www.singo.nu**

Rederi KOBBÅR & SKÄR

Bistro Gustavsberg
Catering Take Away

Vi har byggt en stor, fin restaurang i Gustavsbergs hamns bästa läge. Med underbar sjöutsikt, generös uteservering, bar och med en äkta en Glashytta inne i restaurangen. Vi öppnar i slutet av juni.
Vi ses då! Kajsa med personal.

GLASHUSET
restaurang & glashytta
Glashuset i Gustavsbergs hamn, Tyra Lundgrens väg 2 (intill Vårdcentralen)
Tel: 08-570 104 05 I www.gustavsbergshamn.se

Fartfylld frihet

Text & foto: **Pernilla Sjöholm**

Som ett mullrande pärlband far de fram längs vägarna. För medlemmarna i Wermdö Bikers är det visserligen hojarna som står i centrum – men det är den starka sammanhållningen som värderas högst.

20 mil i 80 km i timmen, varje söndag. – Att köra fort är ingen upplevelse. Det är intrycken som är grejen.

Sedan i oktober förra året har de varit redo. De har putsat, mekat och längtat efter att vintern ska släppa sitt hårda grepp och tussilagon ta över i skärgårdens vägrenar. Wermdö Bikers har sedan starten för fem år sedan växt sig till 140 entusiastiska medlemmar som när våren kommer äntligen släpps ur sitt ide.

Matz *"Zäta"* Bjurström, ordföranden i klubben och Per-Erik Bergqvist, ansvarig för Nightbikers, möter upp på Café Nollan i Herrviksnäs där det vankas pubafton på onsdagskvällar.

– Åka hoj är en livsstil och jag har funnit några av mina närmaste vänner genom klubben, berättar Per-Erik.

Söndagen är den stora åkdagen och turerna har bland annat gått till Lasse Åbergsmuseet i Bålsta, Nynäshamn, Skokloster och Hallstahammar.

– Det brukar bli cirka 20 mil per söndagsåkning. Vi väljer de små vägarna och stannar så ofta som möjligt. Att köra snabbaste vägen från **a** till **b** är ingen hit. Skönaste vägen går i en kurva. Det är otroligt vad man hinner se och uppleva när man far fram i 80 kilometer i timmen. Till och med koskit luktar gott, berättar Matz.

Köra motorcykel i dag skiljer sig stort från hur Per-Erik minns det från ungdomsåren.

– När jag var yngre var det fortåkning som gällde och jag gjorde en hel del vansinniga åkningar. I dag har farten ingen större betydelse, det är intrycken som är grejen. Att köra fort är ingen upplevelse. Det ger bara adrenalin. Och förresten så åker man inte hoj, *man kör hoj*, förtydligar Per-Erik. Att stanna längs vägen, sätta sig ner på en gammal mjölkpall och filosofera över livet; – det är frihet, drömmer han.

Vi väljer de små vägarna och stannar så ofta som möjligt. Att köra snabbaste vägen från **a** till **b** är ingen 'hit'. Skönaste vägen går i en kurva.

Ett lite längre resmål som varit både populärt och återkommande är Tjudö vingård på norra Åland. Där vankas vinprovning, strutsfilé och Ålvadóz, det vill säga Calvadóz i Åländsk tappning.

– Vi har riktat in oss på mer än bara hojåka. Det ska vara kultur också och det är just dessa utflykter som många fastnar för, berättar Matz.

Majoriteten av hojåkarna är män i femtioårsåldern. Det har sin enkla förklaring. När barnen är små är det svårt att få tid för en egen hobby samtidigt som det är en väldigt dyr sysselsättning.

– Det är hojen som kostar men sedan behöver det inte bli så dyrt. Det beror på om man vill byta delar som till exempel fotpinnar och backspeglar. Jag själv vill inte ha så mycket gullgull, den är snygg i alla fall, säger Matz kärleksfullt om sin Kawasaki Mean Streek 1500, som räknas till kategorin glidare.

De senaste åren har antalet tjejer i klubben ökat och de tas emot med öppna armar.

– Det är kul med mycket tjejer. Många hittar oss via vår hemsida, andra har sett oss ute. Extra roligt är när de skaffar sig egna hojar och inte bara sitter bakpå. Min tjej kör själv, tillägger Matz stolt. I Sverige finns i dag cirka 260 000 registrerade motorcyklar. Ofta förknippas bågar med busar och kriminalitet, men det facket vill inte Wermdö Bikers förknippas med.

– Folk drar ofta alla motorcykelgäng över en kam. I själva verket är det en väldigt liten del av Sveriges motorcykelentusiaster som är busar. Det finns såklart dåliga äpplen i alla branscher men de är en väldigt liten del inom vår värld, säger Per-Erik.

Under året anordnas fester av olika slag.

– På midsommarafton träffas vi allihopa. Det är oftast väldigt lugnt och vi brukar ha en obligatorisk blåsning innan folk kör hem. Mätaren ska ner på nollan innan någon sätter sig på hojen, säger Per-Erik.

Men Wermdö Bikers har också mötts av positiva reaktioner. Många kommer fram bara för att prata.

Till och med äldre tanter.

– Det enda det gnälls på är att det låter för mycket, säger Per-Erik.

Några gånger under hojsäsongen kan Värmdöborna se gula västar fara fram längs vägar och stigar. Nightbikers har funnits sedan 2002 och fungerar ungefär

Wermdö Bikers är en klubb som har riktat in sig på mer än att bara köra motorcykel. De flesta uppskattar utflykter som ger lite kultur – inte bara fart.

som Nattvandrarna som finns ute på stan, sena kvällar och nätter. Den enda skillnaden att Nightbikers kan ta sig snabbare till svåråtkomliga platser.

– Vi kan lika gärna kombinera nytta med nöje. Meningen är att vi ska finnas till hands som hjälp och stöd och visa att vi bryr oss. Vår lön är ett tack från en glad mamma eller att ungarna frågar efter oss, säger Per-Erik som är ansvarig för projektet.

Nightbikers har ett bra samarbete med polis, kommun, vaktbolag, fritidsgårdar, SL och organisationer såsom Nattvandrarna och Föräldrar på stan.

– Vi planerar att lägga ut projektet på fler klubbar framöver. De som är intresserade måste uppfylla vissa krav och vi har namnskyddat Nightbikers så att ingen ska kunna svärta ner vårt rykte, berättar Matz.

Wermdö Bikers är den första civila motorcykelklubben som någonsin eskorterat en kung. Hedersuppdraget tilldelades dem sommaren 2005 när Kung Carl Gustaf var på besök på Värmdö.

– När jag fick höra om besöket brann det till i huvudet på mig och idén var ett faktum. Eftersom vi

Nightbikers finns ute på Värmdö sena kvällar och nätter. Meningen är att de ska finnas till hands som stöd. 'Lönen är en glad mamma.'

genom Nightbikers har ett bra samarbete med kommunen så nappade de direkt, säger Per-Erik.

I en kortege på 20 cyklar körde de med den svenska och den egna flaggan vajandes.

– Kungen har ju själv mekat med motorer när han var ung. Han var jätteintresserad. Hovmarskalken var alldeles lyrisk och om inte Säpo visat sitt missnöje hade han nog åkt med på hojen, säger Matz.

I mars åkte Matz, Per-Erik och deras respektive till Spanien, på rekognoseringsresa. Hojarna fick tålmodigt stå kvar i garagen medan de med hyrbil åkte kulle upp och kulle ner i jakten på den perfekta spanska gården som passar deras framtidsdrömmar; Bikers Heaven ett bed & breakfast för hojåkare.

– Det blir Malaga one-way. Vi vill starta om på nytt och leva i ett land där vi kan köra året om, berättar Matz. Planerna är många och berör så väl ljumma fartvindar som inredning.

Försäljning och montering av däck och fälg.
Ring 08-570 278 00.
Dannevall Lassila MOTOR & DÄCK

Nacka Värmdö Maskinförsäljning

Försäljning & uthyrning av
• Avant kompakt lastare
• Messersi minigrävare, självlastande minidumprar
• Lööve släpvagnar
NVM » Fenix väg 16 » 08-570 34701 » www.atmosvarmdo.se
MESSERSI LÖÖVE AVANT

Shell Ålstäket, Värmdö.
ALLTID ÖPPET!
Välkommen!
Telefon 08-570 204 80

mazda SUZUKI
BILFORUM
VÄRMDÖ MARKNAD
Bilförsäljning • Reservdelar • Verkstad
Leveransvägen 1-3 Gustavsberg • 08-574 104 50 • www.bilforumivarmdo.se

Strikt, country eller mycket av allt

Foto: **Helena Nimbratt** Styling: **Thomas Lindell**
Inköpsställen: **sid 64**

Den marina stilen kan skapas på olika sätt och ska växa fram långsamt. Den skönaste skärgårdskänslan får man bara genom att hålla ögonen öppna och söka på de mest oväntade ställena.

Inredare Thomas Lindell har i 20 år inrett och målat värmdöbornas hem och fasader och skapade sitt första marina rum som 19-åring, för bara några korvören, med hjälp av enkla accenter och fynd från båtvarv och marinor. Sedan dess har han fortsatt jakten efter detaljer med den rätta känslan.

Här är några av hans favoriter som du hittar i Värmdös butiker just nu!

Thomas

Det händer på Värmdö

Det händer massor av spännande aktiviteter på Värmdö i sommar. Spara tidningen så att du inte missar något av alla evenemang.

WHAT'S ON

JUNI/JUNE

14 kl 19.00–01.00 Skolavslutningsfest på Grisslinge Havsbad. Arrangör Värmdö Kommun.

14th, 7 pm–1 am School leavers' ball *at Grisslinge Havsbad. Arranged by Värmdö Council.*

17 kl 18.00–22.00 Grillkväll på Grisslinge havsbad med trubadur. Arrangör Värmdö kommun.

17th, 6 pm–10 pm Barbeque *at Grisslinge Havsbad with live music. Arranged by Värmdö Council.*

18 kl 11.00–15.00 Bakluckeloppis, Siggesta Gård.

18th, 11 am–3 pm Car-boot sale, *Siggesta Gård.*

18 kl 10.00 Naturvandring i Långvikträsk på Ingarö Samling vid pumpstationen i Kolbacksvägens sydvästra hörn, ca 500 m in på Kolbacksvägen. (Ta Björkviksvägen eller buss 429 och svänger höger strax innan (eller gå av vid) hållplats Fåruddsvägen.) Information: Anders Bergström, tfn 073-767 41 07. Arrangör Naturskyddsföreningen på Värmdö.

18th, 10 am Ramble along Långvikträsk *on Ingarö. Assemble at the pump house in the south-western corner of Kolbacksvägen (approx. 500 m). Take Björkviksvägen or the 429 bus and turn right (or alight) at Fåruddsvägen bus stop. Further details: Anders Bergström, tel +46 (0)73 767 41 07. Arranged by the Society for Nature Conservation (Värmdö).*

19–20 kl 10.00–16.00 Wermdö Mästerskapet (WM) i basket, Grisslinge havsbad. Arrangör Värmdö Kommun.

19th–20th, 10 am–4 pm The Wermdö Championships in basketball. *Grisslinge Havsbad. Arranged by Värmdö Council.*

19–21 juni kl 10.00–18.00 Lovkurser Dagläger för dig mellan 12–15 år, spela i band, killar, tjejer. Sång, Skapa, Dans Arrangör Siggesta Gård.

19th–21st, 10 am–6 pm Summer courses. *Day camps for 12 to 15 year-olds. Play in a band, sing, create, dance. Arranged by Siggesta Gård.*

24 kl 12.00–15.00 Skärgårdsmuséets nämdöutställning Skärgårdskonstnären Axel Sjöberg och andra utställare, konst- och hantverksförsäljning, trädgårdscafé. Nämdö gamla skola i Sand. Öppet dagligen. Arrangör Skärgårdsmuséet, tfn 08-571 590 47.

24th, 12 pm–3 pm Nämdö Exhibition *at the Archipelago Museum. Works by local island artist Axel Sjöberg and others. Art and handicraft shop, garden café. The old Nämdö school in Sand. Open daily. Arranged by the Archipelago Museum, tel +46 (0)8 517 590 47.*

25 kl 12.00–14.00 Värmdö Skeppslags museum, Värmdö Kyrka. Fotoutställning med vykort ur föreningens samlingar. Arrangör Värrmdö Skeppslags fornminnesförening.

25th, 12 pm–2 pm Värmdö Ship District Museum, *Värmdö church. Photo exhibition with postcards from the Association's collection. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

26–29 kl 10.00–16.00 WM i fotboll på Grisslinge havsbad, Arrangör Värmdö Kommun.

26th–29th, 10 am–4 pm The Wermdö Championships in football *at Grisslinge Havsbad. Arranged by Värmdö Council.*

30 kl 10.00–16.00 WM i inlinehockey på Grisslinge havsbad, Arrangör Värmdö Kommun

30th, 10 am–4 pm The Wermdö Championships in inline hockey *at Grisslinge Havsbad. Arranged by Värmdö Council.*

JULI/JULY

1 kl 10.00–16.00 WM i inlinehockey på Grisslinge havsbad, Arrangör Värmdö Kommun.

1st, 10 am–4 pm The Wermdö Championships in inline hockey *at Grisslinge Havsbad. Arranged by Värmdö Council.*

2 kl 12.00–14.00 Värmdö Skeppslags museum, Värmdö Kyrka. Fotoutställning med vykort ur föreningens samlingar. Arrangör Värrmdö Skeppslags fornminnesförening.

2nd, 12 pm–2 pm Värmdö Ship District Museum, *Värmdö church. Photo exhibition with postcards from the Association's collection. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

2 kl 11.00–15.00 Bakluckeloppis, Siggesta Gård.

2nd, 11 am–3 pm Car-boot sale, *Siggesta Gård.*

2 kl 19.30–22.00 Konsert, Barbro "Lillbabs" Svensson, Ulf Johansson, Sverre m. Claes Crona trio Arrangör Siggesta Gård.

2nd, 7.30 pm–10 pm Concert: *Barbro "Lillbabs" Svensson, Ulf Johansson, Sverre with the Claes Crona trio. Arranged by Siggesta Gård.*

3–6 kl 10.00–16.00 WM i innebandy på Grisslinge havsbad, Arrangör Värmdö Kommun

3rd–6th, 10 am–4 pm The Wermdö Championships in floorball *at Grisslinge Havsbad. Arranged by Värmdö Council.*

3, 10, 17, 24, 31 kl 19.30–22.00 Hela logen sjunger! Allsång med gästartist. Alla kan sjunga med hjälp av Gabriel Fors. Moderna sånger och stycken kommer att framföras med hjälp av publiken. Arrangör Siggesta Gård.

3rd, 10th, 17th, 24th, 31st, 7.30 pm–10 pm Raising the barn roof! *Sing-a-long with special guest artist. Everyone can sing with Gabriel Fors. Modern songs and pieces performed with the help of the audience. Arranged by Siggesta Gård.*

5 kl 19.00–20.30 Gustavsbergs norra bruksgator, vandring. Samling vid Gustavsbergs Porslinsmuseum, Odelbergs väg 5B, Gustavsberg. Ciceron Johan Aspfors, Värmdö kulturavdelning.

5th 7 pm–8.30 pm The northern streets of Gustavsberg's industrial past. *Walk. Assemble at the Gustavsberg Porcelain Museum, Odelbergs väg 5B. Guide Johan Aspfors, Värmdö Cultural Department.*

6 kl 20.00–24.00 Dans i logen med Zlipsm, Siggestå Gård Arrangör Siggesta Gård.

6th 8 pm–12 am Barn Dance *with Zlipsm, Siggesta Gård Arranged by Siggesta Gård.*

7–8 Cape North Archipelago Race. Två dagar fyllda med tävlingar, båtmässa och parad med mera.

7th–8th Cape North Archipelago Race. *Two days filled with race, fair and parade.*

8–9 Skärgårdsmarknad i Stavsnäs vinterhamn. Skärgårdsslöjd, marint hantverk, nyslungad Värmdö-honung, hemkokt sylt, kaffe, musik. Arrangör Wermdö hushållningsgille och SV Värmdö.

8th–9th Market *at Stavsnäs Vinterhamn. Traditional woodwork, marine handicrafts, fresh honey, homemade jams, coffee, music. Arranged by Wermdö Agricultural Guild and SV Värmdö.*

9 kl 12.00–14.00 Värmdö Skeppslags museum, Värmdö Kyrka. Fotoutställning med vykort ur föreningens samlingar. Arrangör Värmdö Skeppslags fornminnesförening.

9th, 12 pm–2 pm Värmdö Ship District Museum, *Värmdö church. Photo exhibition with postcards from the Association's collection. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

9 kl 11.00–15.00 Bakluckeloppis, Siggesta Gård.

9th, 11 am–3 pm Car-boot sale, *Siggesta Gård.*

12 kl 19.00–20.30 Lägret vid Djurhamn, promenad. Samling vid Djurö kyrka. Ciceron Katarina Schoerner, Värmdö kulturavdelning.

12th, 7 pm–8.30 pm The Djurhamn Camp. *Walk. Assemble at Djurö Church. Guide Katarina Schoerner, Värmdö Cultural Department.*

15–16 kl 10.00–16.00 WM i Volleyboll på Grisslinge havsbad, Arrangör Värmdö Kommun.

15th–16th, 10 am–4 pm The Wermdö Championships in Volleyball *at Grisslinge Havsbad. Arranged by Värmdö Council.*

16 kl 12.00–14.00 Värmdö Skeppslags museum, Värmdö Kyrka. Fotoutställning med vykort ur föreningens samlingar. Arrangör Värmdö Skeppslags fornminnesförening.

16th, 12 pm–2 pm Värmdö Ship District Museum, *Värmdö church. Photo exhibition with postcards from the Association's collection. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

16 kl 11.00–17.00 Heldag på Fredriksborgs fästning med visningar, picknick och musik. Tag med picknick-korgen och var med på en heldag på Fredriksborgs fästning. Samling vid fästningen. Arrangör Vaxholms Fästnings Museum, tfn 08-541 721 57, www.vaxholmsfastning.se.

16th, 11 am–5 pm Sunday at Fredriksborg Fortress *with guided tour, picnic and music. Bring your own picnic basket and join us for a Sunday at Fredriksborg Fortress. Assemble by the fortress entrance. Arranged by Vaxholm Fortress Museum, tel +46 (0)8 541 721 57, www.vaxholmsfastning.se.*

16 kl 11.00–15.00 Bakluckeloppis, Siggesta Gård.

16th, 11 am–3 pm Car-boot sale, *Siggesta Gård.*

19 kl 20.00–24.00 Dans i logen med Wahlströms, Siggesta Gård Arrangör Siggesta Gård.

19th, 8 pm–12 am Barn Dance *with Wahlströms, Siggesta Gård Arranged by Siggesta Gård.*

22 kl 09.30–ca 16.00 Strindberg på Runmarö Samling, Långviks brygga ca kl 09.30 när båt från Stavsnäs Vinterhamn anlänt (anslutningsbuss från Slussen, kontrollera tiderna). Medtag matsäck. Vandring i delvis svårframkomlig terräng. Info tfn 08-669 64 48. Ciceron Anita Persson.

22nd, 9.30 am–4 pm (approx) Strindberg on Runmarö. *Assemble on Runmarö's Långvik jetty at approx 9.30 after arrival of ferry from Stavsnäs Vinterhamn (connecting bus from Slussen, check times). Bring packed lunch. The ramble takes us through some difficult terrain. Info tel +46 (0)8 669 64 48. Guide Anita Persson.*

23 kl 12.00–14.00 Värmdö Skeppslags museum, Värmdö Kyrka. Fotoutställning med vykort ur föreningens samlingar. Arrangör Värrmdö Skeppslags fornminnesförening.

23rd, 12 pm–2 pm Värmdö Ship District Museum, *Värmdö church. Photo exhibition with postcards from the Association's collection. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

23 kl 19.30 Konsert; Lill Lindfors, Hector Bingert, Claes Crona trio En afton i jazzens anda. Arrangör Siggesta Gård.

23rd, 7.30 pm Concert: *Lill Lindfors, Hector Bingert, the Claes Crona trio. An evening of jazz. Arranged by Siggesta Gård.*

27 kl 18.00 Gudstjänst på kyrkbacken Värmdö kyrka. Föreningen bjuder på kvällskaffe. Arrangör Värrmdö Skeppslags fornminnesförening.

27th, 6 pm Outdoor service at Värmdö Church. *Free evening coffee provided. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

29 kl 11.00–16.00 Nämdödagen, Hembygdsgården i Sand. Skärgårdsmarknad, loppis, auktion, barnaktiviteter, lotteri, servering m m På kvällen dans till levande musik. Arrangör Nämdö Hembygdsförening, www.namdo.nu.

29th, 11 am–4 pm Närmdö Day, *Sand Community Centre. Market, jumble sale, auction, children's activities, lottery, refreshments etc. Dance and band in the evening. Arranged by Nämdö Local History Society, www.namdo.nu.*

30 kl 12.00–14.00 Värmdö Skeppslags museum, Värmdö Kyrka. Fotoutställning med vykort ur föreningens samlingar. Arrangör Värrmdö Skeppslags fornminnesförening.

30th, 12 pm–2 pm Värmdö Ship District Museum, *Värmdö church. Photo exhibition with postcards from the Association's collection. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

30 kl 10.00–16.00 Skärgårdsmarknad, Brunns Gård, Ingarö. Skärgårdsslöjd och hantverk, potatis från Säby Gård, nyslungad Värmdöhonung, blommor, ponnyridninge och lotteri, kaffeservering, musik- och dansunderhållning av Värmdö gammeldansare och Värmdö dragspelsgille. Arrangör Värmdö hushållningsgille och SV Värmdö.

30th, 10 am–4 pm Market, *Brunns Gård, Ingarö. Traditional woodwork and handicrafts, potatoes from Säby Gård, fresh honey, flowers, pony rides, lottery, and refreshments. Music and dance by the Värmdö folk dance troupe and Värmdö Accordion Players' Guild. Arranged by Wermdö Agricultural Guild and SV Värmdö.*

30 kl 11.00–15.00 Bakluckeloppis, Siggesta Gård.

30th, 11 am–3 pm Car-boot sale, *Siggesta Gård.*

Varje dag kl 12.00–15.00 Skärgårdsmuséets nämdöutställning. Skärgårdskonstnären Axel Sjöberg och andra utställare, konst- och hantverksförsäljning, trädgårdscafé. Nämdö gamla skola i Sand. Arrangör Skärgårdsmuséet, tfn 08-571 590 47.

Daily, 12 pm–3 pm Nämdö Exhibition at the Archipelago Museum. *Works by local island artist Axel Sjöberg and others. Art and handicraft shop, garden café. The old Nämdö school in Sand. Arranged by the Archipelago Museum, tel +46 (0)8 517 590 47.*

AUGUSTI/AUGUST

4 kl 19.30 Konsert med Svante Thuresson & Viktoria Tolstoy, Claes Crona trio, Siggesta Gård Arrangör Siggesta Gård.

4th, 7.30 pm Concert: *Svante Thuresson & Viktoria Tolstoy, the Claes Crona trio. Siggesta Gård. Arranged by Siggesta Gård.*

5–6 kl 10.00–18.00 Volleybollturnering, Grisslinge havsbad. Arrangör Värmdö Kommun.

5th–6th, 10 am–6 pm Volleyball tournament. *Grisslinge Havsbad. Arranged by Värmdö Council.*

6 kl 12.00–14.00 Värmdö Skeppslags museum, Värmdö Kyrka. Fotoutställning med vykort ur föreningens samlingar. Arrangör Värmdö Skeppslags fornminnesförening.

6th, 12 pm–2 pm Värmdö Ship District Museum, *Värmdö church. Photo exhibition with postcards from the Association's collection. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

6 kl 11.00–15.00 Bakluckeloppis, Siggesta Gård. Arrangör Siggesta Gård.

6th, 11 am–3 pm Car-boot sale, *Siggesta Gård. Arranged by Siggesta Gård.*

9 kl 18.30–ca 20.00 Järnålder vid Hemmesta, vandring. Samling vid Värmdö Bygdegård. Ciceron Lena Gullmert, kulturintendent Värmdö kulturavdelning.

9th, 6.30 pm–8 pm (approx) Iron Age Hemmesta. *Walk. Assemble at Värmdö Community Centre. Guide Lena Gullmert, head of culture at the Värmdö Cultural Department.*

FOTO: EMATELSTAR

Konsert 13 augusti med Louise Hoffsten, Björn Skifs och Anders Berglund på Siggesta Gård.

9 kl 18.00 Tema skärgårdsförfattare. Adjunkt Anita Ranebo berättar om Ulla Isaksson, Skärgårdsmuseet, Nämdö. Arrangör Djurö konst & kultur, Skärgårdsmuseet, SV Värmdö, Djurö, Möja och Närmdö församling.

9th, 6 pm Authors of the Archipelago. *Teacher Anita Ranebo talks about Ulla Isaksson. The Archipelago Museum, Nämdö. Arranged by Djurö Art & Culture, The Archipelago Museum, SV Värmdö, Djuro, Möja and Närmdö parishes.*

11 kl 19.00–01.00 Schools kick off Liveband, uppvisningsmatcher från sommarens WM. IT-caféet Highspeed kommer ha tävlingar. Ekvallen, Gustavsberg. Arrangör Värmdö Kommun.

11th, 7 pm–1 am School kick-off. *Live band, review of the summer's Wermdö Championships. Competitions arranged by Highspeed IT café. Ekvallen, Gustavsberg. Arranged by Värmdö Council.*

12 kl 13.00–23.00 Spelmansstämma på Värmdö bygdegård Gammal och modern dans till glada spelmäns musik. Kaffe, korv, nystekt strömming och hantverksmarknad. Arrangör Wermdö dragspelsgille och Wermdö gammaldansare, SV Värmdö.

12th, 1 pm–11 pm Folk music *at Värmdö Community Centre. Traditional and modern dancing to up-beat folk music. Coffee, hotdogs, fresh fried herring, and handicraft market. Arranged by the Värmdö Accordion Players' Guild and Värmdö folk dance troupe, SV Värmdö.*

13 kl 19.30 Konsert Björn Skifs, Louise Hoffsten och Anders Berglund med Stockholms sinfonietta. Sommarfinal! Arrangör Siggesta Gård.

13th, 7.30 pm Concert: *Björn Skifs, Louise Hoffsten and Anders Berglund with the Stockholm Sinfonietta. End of season! Arranged by Siggesta Gård.*

13 kl 12.00–14.00 Värmdö Skeppslags museum, Värmdö Kyrka. Fotoutställning med vykort ur föreningens samlingar. Arrangör Värmdö Skeppslags fornminnesförening.

13th, 12 pm–2 pm Värmdö Ship District Museum, *Värmdö church. Photo exhibition with postcards from the Association's collection. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

13 kl 11.00–15.00 Bakluckeloppis, Siggesta Gård.

13th, 11 am–3 pm Car-boot sale, *Siggesta Gård.*

14–17 kl 13.00–15.15 Intensivkurskurs i engelska för ungdom 14–16 år, Gustavsberg, Arrangör SV Värmdö, www.sv.se.

14th–17th, 1 pm–3.15 pm Intensive English course for 14–16 year-olds, *Gustavsberg. Arranged by SV Värmdö. www.sv.se.*

16 kl 18.30–ca 20.30 Fornlämningar kring Värmdö kyrka , vandring. Samling vid Värmdö kyrkas parkering. Ciceron Gabriele Prenzlau-Enander, Värmdö Skeppslags Fornminnesförening.

16th, 6.30 pm–8.30 pm An archaeological walk *around Värmdö Church. Assemble in the church car park. Guide Gabriele Prenzlau-Enander, Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

19 Countryfest/marknad, Siggesta Gård.

19th Country fete/market, *Siggesta Gård.*

20 kl 12.00–14.00 Värmdö Skeppslags museum, Värmdö Kyrka. Fotoutställning med vykort ur föreningens samlingar. Arrangör Värrmdö Skeppslags fornminnesförening.

20th, 12 pm–2 pm Värmdö Ship District Museum, *Värmdö church. Photo exhibition with postcards from the Association's collection. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

20 Gustavsbergs bio. Säsongen startar. Se lokal annonsering.

20th Gustavsberg cinema. *Start of season. See local adverts.*

20 kl 18.00–22.00 Grillkväll, Grisslinge havsbad, trubadur. Arrangör Värmdö Kommun.

20th, 6 pm– 10 pm Barbeque, *Grisslinge Havsbad, live music. Arranged by Värmdö Council.*

20 kl 11.00–15.00 Bakluckeloppis, Siggesta Gård.

20th, 11 am–3 pm Car-boot sale, *Siggesta Gård.*

23 kl 18.30–ca 21.00 Vandring utmed Gotthol-marundan, 2.4 km lång promenad i Gustavsbergs sydvästra delar. Ciceroner: Johan Aspfors, kommunantikvarie Värmdö kulturavdelning, och Anna Edström, ekolog Värmdö planavdelning.

23rd, 6.30 pm–9 pm (approx) Walk through Gottholm. *2.4 km walk through the south-western parts of Gustavsberg. Guides: Johan Aspfors, local historian at the Värmdö Cultural Department and ecologist Anna Edström from Värmdö's planning department.*

24 kl 18.30 Under ytan i Värmdös vatten. Vem bor där du badar och hur mår de? Följ med kommunekolog Ann Hagström på spaning!
Samling vid parkeringen vid Björnöreservatet på Ingarö. Info: Hans Eriksson, tfn 08-570 226 62, hans.eriksson@snf.se. Arrangör Naturskyddsföreningen på Värmdö.

24th, 6.30 pm Beneath Värmdö's waters. *Who lives in your favourite lake? And how healthy are they? Join council ecologist Ann Hagström as she goes to find out! Assemble in the Björnö Nature Reserve car park on Ingarö. Info: Hans Eriksson, tel +46 (0)8 570 226 62, hans.eriksson@snf.se. Arranged by the Society for Nature Conservation.*

26 kl 20.00 "Forneldars natt" på Kasberget vid Löknäs Musik, korvgrillning och samvaro vid elden. Skyltat från vägskälet Lillsved. Glöm inte ficklampa. Vid eldningsförbud inställs evenemanget! Arrangör Värmdö Skeppslags fornminnesförening.

26th, 8 pm "Norse Bonfire night" *at Kasberget by Löknäs. Music, hotdogs and company around the fire. Signposted from the Lillsved junction. Don't forget a torch. Subject to cancellation in the event of a bonfire ban. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

27 kl 11.00–16.00 Porslinets dag Visning av Gustavsbergs porslinsmueum, porslinstorg, Öppna ateljeer. **kl 12.00** Gustavsbergs Blåsorkester.

27th, 11 am–4 pm Porcelain Exhibition *at the Gustavsberg Porcelain Museum, Porslintorg. Studio open-day.*

27 kl 12.00–14.00 Värmdö Skeppslags museum, Värmdö Kyrka. Fotoutställning med vykort ur föreningens samlingar. Arrangör Värmdö Skeppslags fornminnesförening.

27th 6th, 12 pm–2 pm Värmdö Ship District Museum, *Värmdö church. Photo exhibition with postcards from the Association's collection. Arranged by Värmdö Ship District Antiquarian Association.*

27 kl 11.00–15.00 Bakluckeloppis, Siggesta Gård.

27th, 11 am–3 pm Car-boot sale, *Siggesta Gård.*

30 kl 19.00–ca 20.30 Gustavsbergs södra bruksgator och Hästhagen. Samling vid Gula Portens parkering vid Gustavsbergsvägen, infart från Idrottsvägen. Ciceron: Johan Aspfors, kommunantikvarie Värmdö kulturavdelning. Pris 20 kr, betalas på plats.

30th, 7 pm– 8.30 pm (approx) The southern streets of Gustavsberg's industrial past and Hästhagen. *Assemble at the Gula Porten car park on Gustavsbergsvägen, access from Idrottsvägen. Guide Johan Aspfors, local historian at the Värmdö Cultural Department. Price 20 kr, paid on arrival.*

Varje dag kl 12.00–15.00 (from 6/8 endast lö–sö) Skärgårdsmuséets Nämdöutställning. Skärgårdskonstnären Axel Sjöberg och andra utställare, konst- och hantverksförsäljning, trädgårdscafé. Nämdö gamla skola i Sand. Arrangör Skärgårdsmuséet, tfn 08-571 590 47.

Every day, 12 pm–3 pm (weekends only from 6 Aug) Nämdö Exhibition at the Archipelago Museum. *Works by local island artist Axel Sjöberg and others. Art and handicraft shop, garden café. The old Nämdö school in Sand. Arranged by the Archipelago Museum, +46 (0)8 571 590 47.*

Prova på biodling, 3x2 studietimmar, praktik och teori, Gustavsberg. Arrangör SV Värmdö, datum meddelas på www.sv.se.

Bee-keeping for beginners, 3 x 2 academic hours, *practice and theory. Gustavsberg. Arranged by SV Värmdö. Date to be announced on www.sv.se.*

V 32 Prova på yoga, 3x2 studietimmar. Gustavsberg. Arrangör SV Värmdö, www.sv.se

Week 32 (starting 7/8) Yoga for beginners, 3x2 academic hours. *Gustavsberg. Arranged by SV Värmdö, www.sv.se.*

V 33 kl 15.00–16.30 Prova på yoga ungdom. Energiladda inför skolstarten, 3x2 studietimmar 395 kr. Plats: Gustavsberg. Anmälan och info tfn 08-570 308 70. Arrangör SV Värmdö.

Week 33, 3 pm–4.30 pm Yoga for young beginners *Recharge your batteries ahead of the new term. 3x2 academic hours, 395 kr. Venue: Gustavsberg. Call tel +46 (0)8 570 308 70 for registration and info. Arranged SV Värmdö.*

Håll ögonen öppna efter berguv i sommar

FOTO: SKÄRGÅRDSSTIFTELSEN/GÖRAN NYRÉN

Skärgårdsstiftelsen har i tjugo år presenterat rapporter om tillståndet för djur och växter i skärgården. 2006 års rapport – *Levande Skärgårdsnatur* – handlar inte bara om gråsälens återhämtning. Havsörnsstammen har också vuxit sig starkare och berguvarna ökar igen efter flera svåra år. Men Skärgårdsstiftelsen behöver hjälp.

– Vi ber allmänheten om hjälp att hålla utkik efter berguv och rapportera in till oss. Ju fler rapporter vi får desto större chans för Europas största uggla att överleva, säger Karin Fagergren, miljöhandläggare på Skärgårdsstiftelsen.

Redan i början av 1960-talet kom de första larmrapporterna om att något var på tok med havsörnarna i Stockholms skärgård. De flesta av bona stod tomma på försommaren trots att örnparen varit där och påbörjat sina häckningsförsök som vanligt. När Naturskyddsföreningen startade sina havsörnsinventeringar 1964 var läget katastrofalt. Mellan 1964 och 1970 hittades totalt 24 ungar i området kring Stockholm.

Skydd av boplatser och hjälp med giftfri mat vintertid har hjälpt stammen så att havsörnar numera är en ganska vanlig syn i hela skärgården. Förra året gav 33 lyckade häckningar 59 ungar. På 80-talet lyckades i genomsnitt två häckningar per år.

Berguven var betydligt vanligare än havsörnen för tjugo år sedan. Nu är situationen den omvända och under senare år har läget förvärrats. 1999 ringmärktes 12 ungar, sedan sjönk antalet drastiskt. Under förra året märktes 17 ungar.

Sammanlagt finns cirka 25 aktiva berguvspar i skärgården. Skärgårdsstiftelsen hoppas på att hitta fler och prioriterar nu berguven inom projektet.

»Har du observerat berguv?
Rapportera till Anett Persson tfn + 46 (0)8 44 56 15, eller skicka e-post till anett.persson@skärgårdsstiftelsen.se

Sälskyddsområden

När djur eller växter behöver särskilt skydd får länsstyrelsen eller kommunen inskränka rätten till jakt och fiske samt allmänhetens eller markägarens rätt att besöka området. Det innebär att man varken får lägga till eller gå i land vid en ö eller en kobbe inom ett djurskyddsområde.

Det finns tre sälskyddsområden i Stockholms län, Själberget, Svenska Stenarna och Svenska Björn och ett femtiotal fågelskyddsområden.

Fågel- och sälskyddsområden har tillträdesförbud under en del av året och syftar till att skydda fåglars häckningsområden under häckningstid och sälars uppehållsplatser. Mer information kan du få av Länsstyrelsen i Stockholm eller på **www.ab.lst.se**

The right of public access

In Sweden, everyone has the right to be out in the countryside – visitors from abroad as well as Swedish citizens. We call this "the right of public access". It is a benefit not found in a great many other countries. One may also look upon the right of public access as a great freedom. But our freedom in the countryside must not infringe upon the freedom of others.

The right of public access requires consideration, responsibility and good judgement. We must not damage the landscape or animal life, and we must show consideration for both landowners and for others who are out in the countryside.

The essence of the right of public access is concisely expressed by the phrase, "Do not disturb, do not destroy".

Med kikare får kobbarna liv

Är man ovan sälskådare gäller det att veta vad man ska titta efter för att upptäcka säl. En kikare kan lätt avslöja om en kobbe är full med säl eller ej.

Mörka ögon som tittar nyfiket. Blått hav som gungar och huvuden som guppar som bojar. Att sitta still och betrakta och bli betraktad av säl är en känsla större än mycket annat.

Text **Helena Nimbratt** Foto: **Pernilla Sjöholm**

Chansen att se säl i Stockholms skärgård är stor. På senare år har sälstammen i Sverige växt sig starkare och är inte längre akut hotad som för 20–30 år sedan.

– Det finns betydligt mer säl i Östersjön i dag än vad det funnits på mycket länge. I princip kan man stöta på lika många sälar i dag som man gjorde på 1940-talet när säl var en vanlig syn. Det säger Olle Karlsson filosofie doktor i zoologisk ekologi och intendent vid Naturhistoriska riksmuseet.

Hans jobb är att forska på gråsäl, göra populationsstudier, genomföra fotoidentifikation av säl och dietstudier. Med andra ord så är han ofta ute vid havsbandet, på sälarnas hemma plan.

– Det är fascinerande, säger han – rakt ur hjärtat.

– Sälar är de största marina däggdjuren i Sverige som andas med lungor och tillbringar 85–95 procent av sitt liv under vattenytan. När de ligger på hällarna är de bara på besök i vår värld.

Det är när sälarna tar sig upp på de flata kobbarna som vi har störst chans att se dem. Det gör de som mest vid två tillfällen per år – när de ska föda ungar i feb-ruari och ömsa skinn under försommaren. Det är också då, när de byter päls och ligger uppe på de solvarma skären som sälarna räknas i Sverige, Finland, Ryssland och Estland. Aldrig är de så synliga som just då, under cirka två veckor.

I Svenska Björns sälskyddsområde i Stockholms norra ytterskärgård, finns det flest sälar i hela Östersjön. Här får de ligga ifred eftersom det råder tillträdesförbud från februari till augusti.

– Stora delar av ytterskärgården är skyddad under hela sommaren. Men med kikare och kunskap går det att se sälar i alla fall. Dessutom är sälar nyfikna djur. Kommer de självmant fram till båten finns det ingen anledning att backa, säger Olle.

När man kommer i närheten av sälar händer det att de uppträder som om de vore skärgårdens egna välkomstkommittéer. I synnerhet ungdjuren som nyfiket hoppar i vattnet när båtar och människor närmar sig medan de vuxna hellre ligger kvar om de inte känner sig störda eller hotade.

Är man ovan sälskådare gäller det att veta vad man ska titta efter för att upptäcka sälarna.

– Har man aldrig plockat till exempel kantareller, då ser man dem inte. Samma sak är det med säl. Det kan vara svårt att upptäcka ett huvud i en fjärd. För att få syn på dem gäller det vara vaksam och inte ta för givet att allt som sticker upp ur vattnet är stenar och skär.

På avstånd är en kobbe fullpackad med säl ingen uppseendeväckande syn. Allt ser ut som vanligt eftersom djuren smälter ihop med omgivningen. Men en kikare kan lätt avslöja hundratals sälar, som ligger tätt, tätt tillsammans och vilar. ❊

Sälsafari» ***Expedition Skärgård*** www.expeditionskargard.se. Tfn +46 (0)73 708 11 05.

GRÅSÄL

Längd: 2,5–3,3 meter.

Vikt: 200–300 kilo.

Ålder: 25–35 år.

Äter: strömming, skarpsill, sik, men även tånglake, mört, abborre och laxfiskar finns på menyn.

Förekomst: Östersjön ända upp till Haparanda. Flest finns i Stockholmsskärgård och området kring Åland medan säl fortfarande är sällsynt i de södra delarna av Östersjön.

Fortplantning: De blir könsmogna vid fem års ålder. Föder en kut per år. Kutarna diar i 18 dagar och är sedan färdiga att klara sig själva.

Antal: Cirka 25 000 år 2005. Sedan mitten av 1990-talet har bestånd-det ökat med sju procent per år.

BRA ATT VETA INNAN DU GER DIG UT PÅ SÄLSAFARI

- Sälarna syns mest längst ute vid kustbandet.
- På Värmdö har du störst chans att se säl vid Biskopsskär och Huvudskär. Faktum är att chanserna att se säl är stora i hela ytterskärgården om man har ögonen med sig.
- Bäst tid för sälskådning, med hänsyn till sälarna, är i slutet av sommaren. Då har sälarna ätit upp sig och ligger uppe på hällarna lite oftare än under slutet av juni och juli.
- Skaffa dig kunskap om hur sälar fungerar innan du ger dig ut på sälskådning. Det vinner både du och sälarna på.
- Stör inte sälar som ligger på kobbar och skär. Har de kutar bli de extra stressade.
- En ensam kut är förmodligen inte övergiven. Så fort du har försvunnit ur sikte kommer föräldrarna tillbaka.
- Sälskyddsområden ska respekteras även när man färdas med kajak.
- En säl i vattnet känner sig tryggare än på land. Vattnet är deras rätta element.

FAKTA» För 100 år sedan var säl en vanlig syn i Sverige, trots att man sköt väldigt stora mängder. I början av 1900-talet fanns det omkring 100 000 individer i hela Östersjön. I dag finns 25 000 djur till skillnad från när det var som mest hotade, då fanns bara 5 000.

I Sverige finns tre arter; vikare, knubbsäl och gråsäl som är vanligast.

På 70– och 80-talet drabbades många sälar av allvarliga skador som kunde kopplas till utsläpp av PCB. Många honor var sterila och många sälar drabbades av skador på binjurar, klor och skelett. I dag är situationen bättre men tyvärr har forskarna vid Naturhistoriska riksmuseet upptäckt att cirka 43 procent av dem bär på tarmskador. Det är allvarligt.

Tarmsåren har inte noterats på sälar någon annanstans i världen. Värst är det kring Gävlebukten. Där är 70 procent sjuka.

År 2001 återinfördes säljakten. År 2005 fick cirka 170 djur skjutas i svenska vatten.

Så hjälper naturen människan

Ökar välbefinnandet

Höjer koncentrationsförmågan

Minskar stress

Mitt i naturen

Värmdö är nerlusat av naturskatter. Här finns 42 reservat som totalt skyddar 30 937 hektar land och vatten. Vi bjuder på fem förslag på sköna naturupplevelser.

Text: **Helena Nimbratt** Foto: **Mats Lindfors/Webbkusten**

BRAKA SKÄRGÅRD

Ormskär, Brunskär och Jungfruskär – hit tar man sig bara med egen båt och ett pålitligt sjökort. Vattnen är svårforserade och det är mycket, mycket grunt.

Braka skärgård ligger som ett pärlband av öar, mellan Nämdö och Runmarö, alldeles utanför Pilkobbsfjärden. Här får man uppleva känslan av att vara längst ute vid kustbandet utan att behöva åka så där fasligt långt ut. Här finns horisontutsikt, gott om vikar att lägga till i och otroligt fina obebodda öar. På våren hörs göken och senare på året finns gott om hjortron.

Strindberg har skrivit om det här öbandet där Jungfruskär är den största ön.

På Jungfruskär finns en utmärkt naturstig så man kan ta sig runt ön. Vid södra delen av ön finns en stor naturhamn. Ön i övrigt är lummig och omges av fladområden.

MUNKÖ

Munkö är rik på orkidéer. Inte mindre än 13 arter växer här och ön anses vara ett mindre paradis för botanister. Men även *”vanligt”* folk har lätt för att uppskatta Munkö for sin vilda skönhets skull. Här kan man njuta av blomsterrika kalkhällmarkerna, gammelskogen med sina guckuskobestånd och de märkliga geologiska formationerna på ön Kalkkobben.

På våren exploderar kalkhällarna av de känsliga Adam och Eva. Under högsommaren får man uppleva en mångfald färgsprakande arter som solvända, gräslök, brudsporre, axveronika, strandveronika och blodnäva.

Idegran finns också på Munkö. Går man på upptäcksfärd in i den täta och frodiga skogen får man snart syn på granen som är betydligt mindre och känsligare är våra vanliga sorter.

LÅNGVIKSTRÄSK

Våtmarkerna vid Långviksträsk och Stormossen på Ingarö består av helt orörd myr fylld av unika myrväxter och stillhet som bidrar till en stark känsla av att befinna sig i Norrland i stället för i skärgården. Än så länge är Långviksträsk och Stormossen inte skyddade områden men intresse finns hos både Länsstyrelsen och kommunen att göra området till naturreservat.

Här finns blommande Skvattram, silvertallar, gott om fiskljuse och rävgryt. I kanten av myren finns natur- och urskogsrester och öster om sjön finns ett parti ädellövsskog.

För att skona allt det vilda så mycket som möjligt har Naturskyddsföreningen i Värmdö märkt upp en två kilometer lång stig som börjar vid Kolbacksvägen 27 i bostadsområdet Långvik och slutar vid träsket.

GÄLLNÖ

Genuin skärgårdsmiljö – åkrar, betes- och hagmarker och bebyggelse som har bevarats väl. Det erbjuder Gällnö sina besökare. Jordbruket har i alla tider varit av stor betydelse för den här delen av skärgården och än i dag bedrivs här aktivt jordbruk. Tack vare kor och får går det fortfarande att njuta av blomsterrika beteshagar, havsstrandängar och gläntor fyllda av örter.

Stränderna består mest av klippor, omväxlande branta och flata. På Brännholmen vid Torsviken finns sandstränder.

Med lite tur kan man få syn på en havsörn som dyker mot ytan och hugger en fisk med klorna.

RÖGRUND

Från utkikstornet på Rögrund, mellan Jungfrufjärden och Nämdöfjärden, är utsikten storslagen. Härifrån ser man Dalarö riktigt klara dagar.

Grundet har skärgårdens alla karaktärer från urskog till flata klipphällar som är perfekta för ett dopp i det blå.

I skogen finns gott om blåbär, hjotron och nattviolen blommar ofta rikligt.

Det tar en ungefär en timme att promenera runt den lilla ön, längs med klipporna. ❊

TIPS!» Skärgårdsstiftelsen har en rad kunniga guider. Du hittar namn och telefonnummer på www.skargardsstiftelsen.se, tfn + 46 (0)8 440 56 00.

Kika in på www.utinaturen.nu. Det är en Utflyktsguide som innehåller över 100 besöksvärda naturområden som Naturskyddsföreningen i Stockholm län gjort tillgängliga på Internet.

FAKTA» I Stockholms län finns drygt 214 naturreservat, 42 av dem finns i Värmdö kommun. Tillsammans med länets två nationalparker har reservaten en landarea av cirka 35 000 hektar, vilket är drygt fem procent av länets totala landarea.

Naturreservat kan bildas i syfte att bevara biologisk mångfald, vårda och bevara värdefulla naturmiljöer eller tillgodose behov av områden för friluftslivet.

Marken i ett reservat kan ägas av staten eller annan ägare.

Länsstyrelsen eller kommunen kan bilda naturreservat. Till varje reservat finns föreskrifter och en skötselplan.

FOTO: SKÄRGÅRDSSTIFTELSEN/GÖRAN NYREN

Friluftsbad

Samtliga bad nedan kan nås med bil eller buss. Baden i Sandhamn nås endast med båt. För allmänna kommunikationer se SL: s reseplanerare: www.sl.se.

INGARÖ

Björkviks havsbad
Bad med klippor och sandstrand vid Nämdöfjärden på södra Ingarö. Gästbrygga, kiosk, torrtoalett, P-platser.

Björkvik, Stora Sand
Badplatser med klippor och långa sandstränder på södra Ingarö. Parkering mot avgift. Torrtoalett finns på parkeringsplatsen. Förvaltas av Skärgårdsstiftelsen.

Torpesands strandbad
Bad på södra Ingarö, i Björnöområdet. Sandstrand, två torrklosetter finns.

Torpesands klippbad
I anslutning till strandbadet finns ett handikappanpassat klippbad, i Björnöområdet. Vid parkeringen alldeles innanför reservatsgränsen finns toalett och telefon tillgängliga för rörelsehindrade. Här finns även omklädningshytter samt bänkar och bord. En hårdgjord väg leder fram till bryggan, som har en badtrappa med ledstång. Både Torpesands strand – och klippbad förvaltas av Skärgårdsstiftelsen.

Ingarö havscamping/Södersvedsbadet
Bad med sandstrand och brygganläggning mellan Kolströmskanalen och Grisslingefjärden (vid Grisslingefjärdens södra sida). Badet har en avgränsning för mindre barn och hopptorn vid djupare vatten. Café, kiosk, minigolf, lekplats, toaletter.

GRISSLINGE

Grills badplats
Havsbad med sandstrand vid Grisslingefjärden intill Ålstäket. Torrtoalett, soptunnor och livboj.

Grisslinge havsbad
Havsbad med sandstrand beläget vid Grisslingefjärden nära Ålstäket. Gästbrygga, kiosk, restaurang, konditori, omklädningsrum, utedusch, toaletter.

DJURÖ/STAVSNÄS

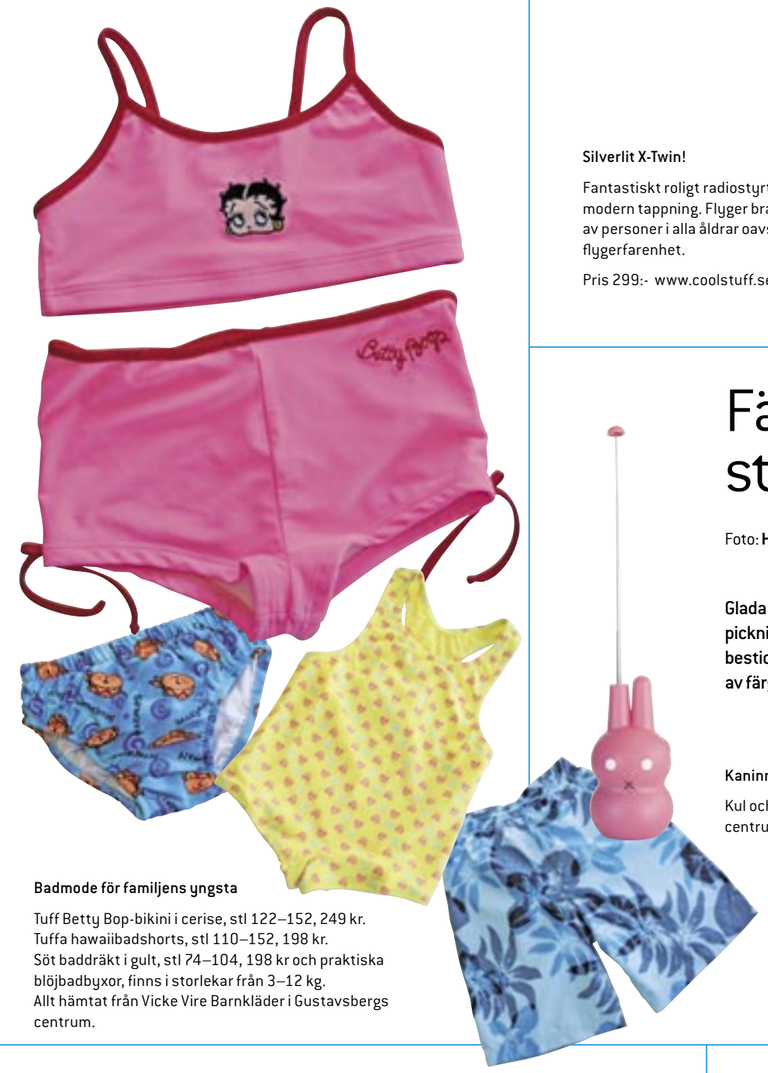
Djurhamn (Vita grindarna)
Bad med sandstrand och gräsytor vid Bruksfladen i Djurhamn på Djurö. Restaurang och café, minigolf, gästbrygga, P-platser.

Östersjöviken, Stavsnäs
Havsbad med sandstrand i Stavsnäs by på nordöstra Fågelbrolandet. Inga parkeringsmöjligheter vid badet.

SANDHAMN

Trouville
Den långsträckta stranden i Trouville, med sin vita sand, ligger på öns södra sida. Trouville ligger omkring 20 minuters promenad från hamnen, följ skyltarna. Vägen är lätt att gå, både för dig som är äldre och dig med barnvagn.

Fläskberget
Fläskberget är ett fint badberg alldeles vid Sandhamns by. Det kallas så för att en skuta lastad med fläsk gick på grund och sjönk där för länge sedan.



Badmode för familjens yngsta

Tuff Betty Bop-bikini i cerise, stl 122–152, 249 kr.
Tuffa hawaiibadshorts, stl 110–152, 198 kr.
Söt baddräkt i gult, stl 74–104, 198 kr och praktiska blöjbadbyxor, finns i storlekar från 3–12 kg.
Allt hämtat från Vicke Vire Barnkläder i Gustavsbergs centrum.

Silverlit X-Twin!

Fantastiskt roligt radiostyrt flygplan i modern tappning. Flyger bra på stranden av personer i alla åldrar oavsett tidigare flygerfarenhet.

Pris 299:- www.coolstuff.se

Färgstarkt på stranden

Foto: **Helena Nimbratt**

Glada badkläder till barnen, en formsäker termos till picknickkorgen och fiffiga salladsskålar med lock, bestick och kylklamp i botten. Just nu är butikerna fyllda av färgglada och roliga sommarprylar.

Kaninradio

Kul och söt radio från Lilla Guls Barnsligheter i Gustavsbergs centrum. Ger extra stämning på stranden. Pris 79 kr.

Snygg i picknick-korgen

Klassisk och exklusiv termos från Alfi finns hos Kök & Rum i Värmdö Köpcentrum i färgerna rött, gult och orange. Gör picknicken lite skönare. Pris 1 295 kr.

Kylig skål

Supersmart salladsskål med lock, salladsbetsik och kylande funktion i botten. Skruva av underdelen, lägg i frysen så håller sig salladen fräsch längre under heta sommardagar. Finns i fyra härliga färger på Plantagen. Pris 49 kr.

Waboba Ball

Waboba Ball är en helt ny typ av magisk boll. Det magiska är att den studsar, men inte på vilket underlag som helst, utan på vatten!

Pris 59:- www.coolstuff.se

FOTO: FOTOBIRÅT BILD

Thomas Carlsson och Anna Horngren är Vånös enda invånare. Här bor de och odlar och förädlar regnbågslax.

FOTO: HELENA NIMBRATT

Caroline Södergren.

FOTO: EVA BJERKE

Marie Bermar.

FOTO: EVA BJERKE

John Ericsson.

Ö-liv

För konstens skull, för känslan att bo nära havet och lugnet efter sommaren eller bara för att det är så förbaskat underbart. Det finns lika många skäl att bo och verka på Värmdö som det finns invånare. Möt fem personer som alla har valt att leva ö-liv.

Text: **Helena Nimbratt**

Hantverkare till sjöss

Vånö – sydost om Nämdö. Liten och vacker med endast två invånare: – fiskodlarparet Anna Horngren och Thomas Carlsson. Anna är född på grannön och är fiskardotter. Thomas kom hit – tack vare Anna som vid ett tillfälle försökte sig på livet på land och bli röntgenassistent. Tillsammans byggde de sitt hem och sin verksamhet på den obebodda ön.

– Jag längtade tillbaka ut till havet – till min bakgata, säger Anna.

Odla och förädla regnbågslax är en livsstil.

– Vi arbetar både som bönder till sjöss och hantverkare, förklarar Anna och Thomas.

De levererar för det mesta direkt till restaurangernas kök och har under årens lopp lärt känna kundern väl. De vet precis hur köksmästarna vill ha sin fisk. Rökt, i bitar, stora eller små. Allt görs för hand.

Konstnär bygger i glas

I Lisa Larssons gamla ateljé – i den nerlagda porslinsfabriken, har Caroline Södergren byggt vackra dekorationer av glas i 12 år. På en av hennes hyllor bland ett gäng vaser står en plansch föreställande just Lisa Larsson. Planschen har hon hittat när hon röjde bland fabrikens bråte.

– Fabriken är en häftig miljö och det är roligt att de har fått leva kvar på det här sättet. I dag är vi 70 konstnärer som arbetar här, berättar hon.

Caroline bygger till exempel nät av koppar dekorerade med glas, som påminner om mosaik. Tekniken kallas fusing och går ut på att man jobbar med färgade glasskivor som staplas på varandra och smälts samman. Några av hennes verk finns på Restaurang Sturehov i Stockholm. Ett nät och en ljuskrona finns på Danderyds sjukhus.

SM-mästare i radioflyg

Riktiga piloter säger att det är svårare att köra radiostyrd helikopter än fullskalig. Hur det än ligger till så krävs det djup koncentration och god koordinationsförmåga. John Ericson var intresserad av modellflyg redan som 10-årig grabb. 1996 fick intresset tillräckligt med näring för att ta fart på nytt. Nu slukar det all fritid – och lite till.

John är SM-mästare och medlem i svenska landslaget och Wermdö Modell och helikopterklubb. Han deltar i cirka fem tävlingar per år och det brukar gå bra.

Fascinationen ligger i tekniken, att meka, att prova ut och förbättra.

– Modellflyg har den optimala blandningen av teknik och adrenalinkickar.

En tävlingshelikopter i modellformat kostar mellan 35 000 och 50 000 kronor. Den som tävlar äger minst två, tre stycken.

Bermar förverkligade dröm

Bygga en ridanläggning utformad för hästens bästa, lika mycket som ryttaren, modern, bekväm med mängder av möjligheter. Det har varit Marie Bermars dröm under alla år med hårt arbete i regn och kyla i sitt lilla stall med uteboxar – i engelsk stil. För tre år sedan gjorde hon, tillsammans med sin syster Cecilia, slag i saken. De körde spaden i marken och förverkligade sina visioner.

Det blev ett stall med 27 boxar, ett ridhus, 13 kursboxar, en veterinärklinik och en hel del annat. I synnerhet ajöss med all fritid.

– Jag njuter varje dag när jag går till jobbet och är glad att jag vågade satsa.

Att få arbeta med hästar på Värmdö och rida på ängarna och i skogarna där jag är uppväxt är ett stort privilegium.

Utmana dig själv

Stall Beatelund ligger på Ingarö och har fyra islandshästar för turridning.

Gäddan nappar hela sommaren.

Sommaren är till för vila och återhämtning men ibland vill man skippa solstolen och öka tempot. På Värmdö finns det gått om aktiviteter att välja mellan. Cykla, rid, klättra eller njut av havet från sittbrunnen i en kajak.

Text: **Helena Nimbratt** Foto: **Helena Nimbratt och Max Brouwers**

Rid Islandshäst

RIDLUST

Dagskurs, tredagars kurs eller helgkurs. Företaget Ridlust på Värmdö har fem islandshästar som gärna står till tjänst för både ovana och vana ryttare eller varför inte hela familjen. De heter Feykir, Grasi, Jonas, Isabell och Baldur. Endagskursen börjar med genomgång av sits och balans, hästens olika gångarter följt av förtäring av medhavd matsäck och toppas med ridning i skog och mark.

Samtliga kurser leds av diplomerad B-instruktör för Islandshäst.

Prisexempel: En dags kurs med cirka tre timmars ridning, teori och fika: 1.200 kr.

För mer information: www.ridlust.se
tfn +46 (0)70 607 61 81

ÄPPLARÖ GÅRD

Äpplarö gård har 13 islandshästar och erbjuder allt från en timmes turer till lägerverksamhet. Rid runt ön, längs ängar, stränder, uppför ekbackar och genom skogen. Gården kan för den som vill erbjuda övernattning i en stuga med åtta bäddar. Lunch och fika går att ordna och turerna anpassas efter deltagarnas kunskapsnivå.

Hit tar du dig med Waxholmsbolaget och Äpplarö finner du strax norr om Ingmarsö.

Prisexempel: En timmes ridtur: 225 kr per person. Två timmar med fikakorg 525 kr.

För mer information: tfn +46 (0)8 542 465 51 eller +46 (0)708 250 258

BEATELUND

Stall Beatelund, alldeles innan Ingaröbron, fixar gärna turer efter önskemål. Grupper, familjer, par. Alla är välkomna. Fika ingår alltid. Vid längre turer packas ryggsäcken med matiga mackor.

Prisexempel: Ridtur i skog och mark, en och en halv timme med fikakorg: 400 kr per person. Två och en halv timme, kaffe och smörgås 550 kr.

För mer information: tfn +46 (0)8 571 651 33

Cykla

CYKELSLINGA RUNT FARSTALANDET

Med cykel hinner man både se mer av öarna och uppleva naturen på nära håll och cykel finns att hyra på många av öarna för bara en spottstyver. Runt Farstalandet finns det en cykelslinga som är utmärkt med informationsskyltar, träskyltar samt blåmarkerade stolpar. Totalt är slingan 16 kilometer lång. Kartfolder över sträckningen finns på biblioteket i Runda huset i Gustavsberg och på turistbyrån i Gustavsbergs hamn.

HÄR KAN DU HYRA CYKEL:

MÖJA» Bjurmans hyr ut barn och vuxencyklar och även tandem: www.bjurmans.se
tfn +46 (0)8 571 648 74

Gästhemmet Långvik: tfn +46 (0)8 571 641 07

Möja Grill, Berg. tfn +46 (0)8 571 64 185

NÄMNDÖ» Guns Livs: www.gunslivs.se
tfn +46 (0)8 571 560 17

RUNMARÖ» Runamrö Krog: www.ronmarokrog.se
tfn +46 0(0)8 571 528 70

SVARTSÖ» Svarstö lanthandel:
tfn +46 (0)8 542 473 25

Spela Golf

Sänk ditt handikapp eller ta grönt kort om du är nybörjare. Värmdö är känt för sina vackra golfbanor. Förutom de traditionella park-, äng- och skogsbanorna finns även en äventyrsbana mitt ute på Värmdölandet. På Siggesta minigolf tas du med på en rundvandring genom flera av Värmdös kulturhistoriska byggnader och sevärdheter – i miniatyr. Barnen kommer garanterat älska det och du själv kan, med hjälp av kortare presentationer, passa på att lära dig mer om varje plats och byggnad.

Har du inte hunnit ta grönt kort eller bara vill ta en provrunda är du välkommen till Norråva golfgård. Norrova erbjuder konceptet *"folkgolf"*. Grundtanken är att alla ska ha möjlighet att spela, utan att behöva köpa medlemskap i en golfklubb eller ha grönt kort.

HÄR FINNS GOLFBANORNA:

Bangolf

Siggesta Gård»
www.siggesta.se
tfn +46 (0)8 574 407 50

Golf

Fågelbro Golf & Country Club
Bankaraktär: Parkbana
Antal hål: 18 + 9 hålsbana.
www.fagelbrogolf.se
tfn +46 (0)8 571 418 0

Ingarö Golfklubb
Bankaraktär: Äng och skog
Antal hål: 36
www.igk.se
tfn +46 (0)8 546 50 200

13:de hålet på Fågelbro Golf & Country Club.

Wermdö Golf & Country
Bankaraktär: Park- och skogsbana
Antal hål: 18
www.wgcc.se, tfn +46 (0)8 574 607 20

Norråva golfgård
Bankaraktär: "folkgolf"
Antal hål: 18
www.norravagolf.se, tfn +46 (0)8 570 249 92

Fiska

Gädda och gös runt grynnor i innerskärgården. Flundror från sand- och klipbottnar. Storlax vid Landsort och Huvudskär. Skärgården kring Värmdö bjuder på spännande fiske. Prova själv eller kosta på en guidning av riktiga proffs med nappgaranti.

Med handredskap som metspö och spinnspö får man fiska helt fritt, förutom i insjöar. Där krävs det alltid fiskekort.

Tänk på att visa områden är fågelskyddsområden och att man aldrig får fiska närmre än 100 meter från yrkesmässiga redskap och fiskeodlingar.

På till exempel Finnhamn, Ingmarsö och Grinda, kan man hyra roddbåt.

Fiskekort:

På OK/Q8 i Gustavsberg finns fiskekort att köpa till Kvarnsjön, och Mellansjön vid Malma där det planteras ut fångstfärdig lax ut två gånger per månad. I Kvarnsjön är endast flugfiske tillåtet.

Hyr båt:

Picnicbåtar i Skärgården: www.picnicbatar.se
tfn +46 (0)8 571 414 98

Prisexempel: Aluminiumbåtar i olika storlekar av typ Master, per timme 250 kr.

Eller hyr Rawhide med skeppare utrustad för spinn, jerk- och trollingfiske.

Fiskeguider:

Skärgårdsguiderna, www.skargardsguiderna.se
tfn +46 (0)70 512 04 05.

Skärgårdsfiske Stockholm, www.skargardsfiske.se
tfn +46 (0)70 652 52 80

Du kan också dyka och klättra på Värmdö. Från klipporna vid Björkviksbrygga är det många som dyker. De som gillar att klättra gör det vid Skevik, Ekoberget och Strömma klippa, en sjöklippa som ligger på höger sida nere vid båthamnen.

FOTO: MASKOT/BILDBYRÅ

Klättra

De som gillar att klättra gör det vid Skevik i Gustavsberg, Klippan i Beatelund på Ingarö, Finnsvedsbergen på Lillängdalsvägen i Ingarö, Ekoberget och Strömma klippa, en sjöklippa som ligger på höger sida nere vid båthamnen samt Talludden på Mariedalsvägen (väg 222 mot Gustavsberg, tag av omedelbart efter skurubron).

Dyk

Bästa dykplatsen på Värmdö är kanske från klipporna vid Björkviksbrygga. Där är det många som dyker.

RE/MAX
Världens största bostadsförmedlare
Vi utför värderingar och försäljningar på fastlandet och på öarna. Välkommen.
RE/MAX Värmdö / Skärgården
Fenix väg 16
Värmdö köpcentrum
Tel 08-58 887 700
remax-varmdo@comhem.se
www.remax-sverige.com

DATACENTER
Din närmaste databutik.
5% RABATT PÅ DATORER
t.o.m 31 augusti 2006
10% RABATT PÅ ÖVRIGT
t.o.m 31 augusti 2006
OBS! Rabatt gäller EJ på redan nedsatta varor!
datacenter.se

BULLANDÖ MARINA
..Ostkustens mesta Marina!
1400 båtplatser året runt • Gästhamn • Båtservice • Bränsle
Krog • Kapellmakeri • Båtuthyrning • Båttillbehör • Båtique
Båtförsäljning • Livsmedel • Seglarkurser • Segelservice

I Hjärtat av Stockholms Skärgård på Värmdö!
9 sjömil från Sandhamn • 40 km från Stockholm!
Tel 08-571 452 10 • www.bullandomarina.se

Sitter du på någons sommardröm?

FUNDERAR DU PÅ att sälja ditt fritidshus finns inget bättre tillfälle än nu. Om några veckor kommer varenda grusväg vara fylld med köpare som har sol, bad och blåklocksdoftande ängar i blicken.

Välkommen in till oss så berättar vi mer.

SVENSK FASTIGHETS FÖRMEDLING

WWW.VARMDÖ.SVENSKFAST.SE
TEL 08-570 365 00

Ett skönt helgäventyr

Ludde + Axel bestämmer takten. Längst bak sitter mamma, Carin Green och myser.

Sandön har vit sand och långgrunda stränder, perfekt för barn.

Bara några paddeltag från Norråva, längst ut på Värmdölandet, ligger Stora Sandön. Ett lagom avstånd för barn med mycket spring i benen. Följ med havspaddlingsinstruktör Carin Green och hennes två söner när de omvandlade en liten tur till ett skönt helgäventyr.

Text **Carin Green** Foto: **Helena Nimbratt & Lars Jäderström**

Alla förberedelser var gjorda. Fikakorgen var fullproppad med smarriga mackor, goa bullar, saft och chokladkaka. Badkläder, handdukar och spännande böcker fyllde de vattentäta påsarna. Den gula kajaken låg i strandbrynet med fören lite kaxigt åt nordväst och väntade på att få klyva den glittrande vattenytan.

Kapellen och flytvästarna åkte på och Ludde, 12, tog plats i den förliga sittbrunnen medan Axel, 8, klättrade ner mittenbrunnen. Jag assisterade med att få fast kapellen och gled ner i bakre sittbrunnen och fattade paddeln.

Vi satte kurs mot dagens utflyktsmål – Sandön. Ludde bestämde takten, Axel hejade på och tjöt till när vattnet från paddeln stänkte ner honom, och en stolt och glad mamma satt bak och myste. Att få glida fram med två nyfikna och energiska ungar mot några timmars sol och bad bara en kort resa från Norra Värmdö kändes som ett stort privilegium. Så nära, men ändå så exotiskt.

Sandön välkomnade oss med sina långgrunda sandstränder och klucket kring stenarna inbjöd omedelbums till bad. Åtminstone för de under 13 år.

Med åldern som ursäkt valde jag att vända några blad i en deckare istället för en simtur medan jag lyssnade på de där typiska badljuden. Tjut, skratt, och förtjusta skrik blandades med ljuden från de båtar som passerade på avstånd.

PACKA RÄTT

Behoven är alltid olika när det är dags att packa inför paddelturen. Vilken årstid, hur länge, eller hur mycket man paddlar spelar stor roll. Det här är ett förslag på packlista att utgå från när man ger sig ut på tur.

– Kom ihåg! Den här listan är inte facit utan bara en hjälp på vägen, poängterar Carin Green.

Paddla:
Kajak
Paddel
Kapell
Flytväst
Reservpaddel
Flottör
Pump
Reparationskit
Bogsersystem
Karta
Kompass

Klädsel:
Paddeljacka
Shorts
Sandaler
Funktionsunderställ
Underkläder
Tunnfleecetröja
Tjock fleecetröja
Funktions t-shirt
Strumpor
Badkläder
Friluftsbyxor
Keps
Regnkläder
Vantar
Mössa
Paddelhandskar
Skor för land

Äta:
Vatten
Vattenflaska
Friluftskök
Kåsa + tallrik
Bestick
Tändstickor
Mat

Bo och sova:
Tält
Sovsäck
Liggunderlag

Dessutom:
Multiverktyg
Myggmedel
Handduk
Solglasögon
Solskydskräm
Toapapper
Toalettkitt
Förstahjälpenkitt
Pannlampa

På sjön blir man hungrig. Fort. Och matsäck smakar aldrig så gott som när man gjort sig förtjänt av den. Maten vi packat ner slank ner i rekordfart och chokladkakan hittade magens extra godisfack som tur var. Vi lät oss överväldigas av den stora *vållingsvimman – eller paltkoman* som man säger i Norrland när man har blivit riktigt mätt och riktigt dåsig. Men bara en stund.

Ganska snart började vi få myror i brallorna och när vi väl plockat ihop våra pinaler gled vi ner i kajaken. Eftersom vinden var svag och solen fortfarande stod högt på himlen bestämde vi oss för en tur runt Viggsö innan vi styrde kosan mot Norråva igen.

När kajaken gled in mot land var barnen lagom trötta, näsorna hade blivit något mer fräkniga och vi började redan planera nästa tur. Men då får tältet, friluftsköket, sovsäcken och spökhistorierna följa med.

HÄR KAN DU HYRA KAJAK PÅ VÄRMDÖ

Horisont kajak
Hyr ut och säljer kajaker av olika modeller. Erbjuder även guidade turer och kurser med licensierade instruktörer.
Prisexempel: Hyra tvåmanna, ett dygn, helg: 700 kr. Heldag paddling i tempo anpassat för deltargarna. Kajak, paddel, flytväst och kapell: 950 kr per person.
För mer information: www.horisontkajak.se, tfn + 46 (0)76 808 88 25

Kajakeriet Björkvikstorp
Stor kanotcentral. Hyr ut både kajaker och canadensare. Erbjuder kurser, färder och arrangemang.
Prisexempel: Hyra tvåmanna, en dag: 400 kr, helt veckoslut: 850 kr.
För mer information: www.kajakeriet.se, tfn: + 46 (0)70 865 08

Möja Havskajaker
Hyr ut kajaker med paddel, flytväst och karta. Utlovar även turförslag och goda råd.
Prisexempel: en dag tvåmanns kajak: 500 kr. Hyr endast ut dagvis under högsäsong.
För mer information: www.moja.nu/havskajaker, tfn: + 46 (0)70 340 36 38

Stavsudda Kajakdepå
Hyr ut kajaker, arrangerar ledarledda paddlingsturer och konferenser.
Prisexempel: Veckoslut tvåmanna: 900 kr. Storhelger som midsommar + 200 kr.
För mer information: www.stavsudda-handel.se, tfn: + 46 (0)8-571 650 78

Carin Green är mamma till Ludvig och Axel och driver tillsammans med Lars Jäderström Horisont Kajak vid Norråva på Värmdö. Båda två är licensierade instruktörer enligt "Nordisk Instruktörslicens för Havspaddling" och vet att det går alldeles utmärkt att paddla kajak med barn. Oavsett ålder. Här får du Carins fem bästa tips när du paddlar med barn.

1. Nöj dig med korta pass i kajaken. Ett litet äventyr kan bli stort nog. Det är alltid barnet som måste få bestämma hur fort och hur länge.
2. Satsa på funktionella kläder. Varma och goa barn har roligare. Lämna bomullskläderna hemma och ta med regnstället och en extra fleecetröja. I fall att.
3. Paddla tvåmanskajak. Då paddlar barnet bara så mycket hon vill eller orkar och mamma eller pappa får anpassa sig.
4. Satsa på säkra kort när det gäller mat. Mätta barn har roligare än hungriga. Vuxna har roligare med mätta barn.
5. Paddla bara i lugna, snälla förhållanden. Kolla väderutsikterna och undvik busväder i så stor utsträckning det är möjligt. Låt ditt barn få en fin start i sitt fortsatta liv med friluftsaktiviteter.

»Joggingskorna som jag fick i julklapp är fortfarande oanvända«

Namn: Monica Elsinga och Monica Ryberg.

Bor: I var sitt hus på Värmdö.

Ålder: 41 och 45.

Tränar: Bland annat spinning, body balance och body pump. Allt från 0–4 gånger i veckan.

Aktuell: Krönikörer i Värmdö Magasin. Inspirerar värmdöborna att träna mer. Driver tillsammans Body Joy.

Här ligger jag i min hängmatta och lyssnar på fågelkvitter och hummelhum. Nu är semestern här och man kan ju undra vart året tog vägen. Äntligen kan jag ta vara på tiden och ge mig ut i skog och mark när jag önskar. Joggingskorna som jag fick i julklapp är visst fortfarande oanvända. Ooops!

Eller kanske gå iväg på den där yogaklassen jag drömt om. Den här semestern ska minsann bli aktivare än tidigare år.

5 veckor har jag att fylla med en behaglig blandning av träning och välmående.

2 veckor senare: Här ligger jag i hängmattan och njuter av träningsvärken. Kroppen känns nöjd och glad och problemen som hängt över mig känns inte längre så allvarliga. Det är nog det här dem menar med att träning i alla former visst ska vara bra för både kropp och själ.

3 veckor senare: Nu har jag även lyckats få på maken joggingskorna. Utmaningen blir att han ska röra sig framåt också.

4 veckor senare: Upptäckten var smärtsam för honom; kondition och styrka var visst en färskvara. Man kan inte leva på gamla meriter.

5 veckor senare: Yogaklassen vi var på upplevde vi olika. Det som var en behaglig stretch för mig var en anatomisk omöjlighet för maken. Då läraren sa att nu ska ni sträva efter att lägga handflatan i golvet och han inte ens nådde till sina knän lämnade han lokalen. *(Det straffar sig att strunta i stretchen efter fotbollsträningen.)*

Tips för nybörjare

Lägg inte ribban för högt.
En gång är bättre än ingen gång.

Med promenader kommer man långt. Och med stretching blir du både längre och mer skadefri.

Tänk ut en aktivitet som du får energi utav för då kommer du att vilja fortsätta.

Tänk långsiktigt inte kortsiktigt.
Du tränar ju för att bli äldre inte för att bli yngre.

Börja redan idag. Res dig från hängmattan.

Tips för den som redan ha kommit igång

Kör inte fast i gamla hjulspår. Gör något du inte annars gör. Den bästa träningseffekten får du genom att du varierar din träning. Lägger du mycket tid på till exempel innebandy? Då är det på tiden att du ser dig om efter något alternativ.

Tänk på att alltid stretcha – mera!

Sätt nya mål. Fundera över vad du vill uppnå med din träning.

Träna kontinuerligt, för livet, varierat, långsiktigt och med glädje!

Tillbaka till vardagen: Det lyckades! Vi har nått vårt första delmål: att 1–2 gånger i veckan komma iväg på någon form av fysisk aktivitet som ger oss kraft och energi för att må bra i vardagen.

En tid som är helig för oss är yogaklassen som vi går på tillsammans. Och du – nu når han ner till golvet!

Monica & Monica

Gästhamnar och logi

Ett av de bättre sätten att uppleva Värmdö på är via sjövägen. Båtar i olika former finns att hyra på flera platser på Värmdö såsom Bullandö, Sandhamn, Grinda, Björkvik-Ingarö, Norra Stavsudda, Runmarö.

BOATS AND ISLANDS

The best way to see the archipelago is of course by boat. You can rent sailing boats, motor boats, rowing boats or canoes, in many places, for example at Bullandö, Sandhamn, Grinda, Björkvik-Ingarö, Norra Stavsudda, Runmarö.

GÄSTHAMNAR/GUEST HARBOURS

Bullandö marina, Position: 59°17,9 N 18°39,0 E, djup/depth: 2 – 5 m, tfn +46 (0)8 571 452 10, +46 (0)8 571 455 28

Grinda, Position: 59°24,9 N 18°33,5 E, djup/depth: 2 – 6 m, tfn +46 (0)8 542 494 91

Gustavsberg, Position: 59°19,5 N 18°23,1 E, djup/depth: 2,5 – 10 m, tfn +46 (0)8 570 345 67

Lökholmen (vid Sandhamn), Position: 59°17,5 N 18°55,7 E, djup/depth: 1,8 – 2 m, tfn +46 (0)8 571 531 03, +46 (0)70 213 20 68

Malma kvarn, Position: 59°15,4 N 18°36,9 E, djup/depth: 1,5 – 3 m, tfn +46 (0)8 571 430 74

Möja – Kyrkviken, Position: 59°24,4 N 18°53,2 E, djup/depth: 1,8 – 2,5 m, tfn +46 (0)702 113 117

Möja – Löka, Position: 59°24,7 N 18°53,8 E, djup/depth: 2 m, tfn +46 (0)702 113 117

Sandhamn, Position: 59°17,3 N 18°55,3 E, djup/depth: 2,5 m, tfn +46 (0)8 571 532 85, +46 (0)70 213 20 68

Möja – Långvik, Position: 59°26,5 N 18°55,4 E, djup/depth: 2 – 3 m, tfn +46 (0)8 571 640 13

SKÄRGÅRDSBÅTAR/BOATS AND FERRIES

Waxholmsbolaget, tfn +46 (0)8 679 58 30

Strömma Kanalbolaget, Cinderellaboats , tfn +46 (0)8 587 140 00

Stavsnäs boat taxi, tfn +46 (0)8 571 501 00

Sandhamn boat taxi, tfn +46 (0)8 571 535 50

Svartsö boat taxi, tfn +46 (0)8 542 478 00

LOGI

Vill du övernatta i Värmdö kommun finns många alternativ. Du kan till exempel boka en helg på något hotell eller vandrarhem – och kom ihåg att skärgården är öppen även under höst, vinter och vår! Här får du hjälp att hitta det du söker.

STAY

If you want to spend the night, Värmdö has many alternatives. You can stay at hotels, youth hostels, inns, bed & breakfast, rent a cottage or go camping. In some places you make your own breakfast and in other places you bring your own bed linen. But everywhere you will find the same warm welcome.

CAMPING

Bolvik camping, Bolvik Brygga, Värmdö, tfn +46 (0)8 570 250 25

Ingarö havscamping/Södersved, Lemshaga säteri, Ingarö, tfn +46 (0)8 570 270 79

HOTELL OCH KONFERENS/HOTfnS AND CONFERENCES

Djurönäsets kursgård, Djurö, tfn +46 (0)8 571 490 00

Ekvik konferens, Ekviksgårdsväg 60, Värmdö, tfn +46 (0)8 570 199 80

Fågelbrohus, Fågelbro Säteri, Värmdö, tfn +46 (0)8 571 419 00

Fäfrubackens pensionat, Berg, Möja, tfn +46 (0)70 750 1010

Grinda wärdshus, Södra bryggan, Grinda, tfn +46 (0)8 542 494 91

Hotell Blå Blom, Odelbergs väg 5A, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 574 112 60

Idöborg, Idöborg, tfn +46 (0)8 571 590 66

Sandhamn hotell & konferens, Sandhamn, tfn +46 (0)8 574 504 00

Sandhamns värdshus, Sandhamn, tfn +46 (0)8 571 530 51

Sands hotell, Sandhamn, tfn +46 (0)8 571 530 20

Skeviks gård, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 570 387 00

Svartsö herrgårdspensionat, Skälvik, Svartsö, tfn +46 (0)8 542 470 17

Säby säteri, Ingarö, tfn +46 (0)8 570 267 00

Villa Lökasundet, Möja, tfn +46 (0)70 750 10 10

VANDRARHEM/YOUTH HOSTELS

Bullerö gästhem, Hemviken, södra Bullerö, tfn +46 (0)8 571 590 92

Grinda vandrarhem (STF), Grinda, Södra bryggan, tfn +46 (0)8 542 490 72

Grundets gästhem, Rögrund, Nämndö, tfn +46 (0)8 571 561 10

Gällnö (STF), Gällnö by, Gällnö, tfn +46 (0)8 571 661 17

Lillsved (STF), Lillsved, Värmdö, tfn +46 (0)8 541 385 30

Möja gästhem, Långviks skola, Möja, tfn +46 (0)8 571 641 07

Runmarö krog, Styrsvik, Runmarö,

Stora Kalholmen (STF), Stora Kalholmen, tfn +46 (0)8 542 460 23

STUGUTHYRNING/COTTAGE RENTAL

Stockholm skärgårdsstugor AB, tfn +46 (0)8 570 231 31

Vita grindarna, Djurö, tfn +46 (0)735 526 62

Destination Stockholm, tfn +46 (0)8 542 481 00

Värmdö turistbyrå/Värmdö tourism board, Odelbergs väg 11, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 570 345 67

Knep § knåp

Sol och bad i all ära – i bland vill man göra annat. Olivia, 7, älskar att förgylla sommarlovet med pyssel. Varsågod! Här får du hennes bästa tips.

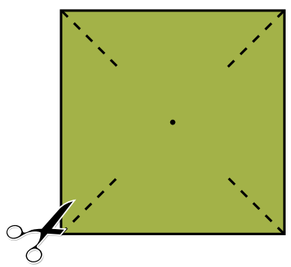


Fig 1

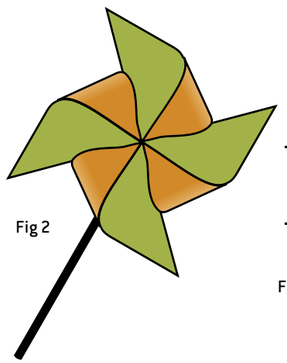


Fig 2

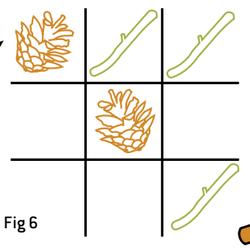


Fig 6

Fig 4

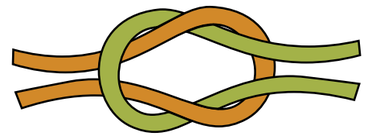


Fig 3

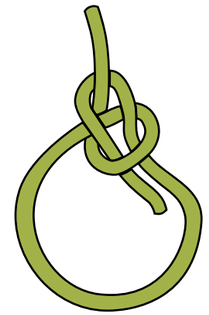
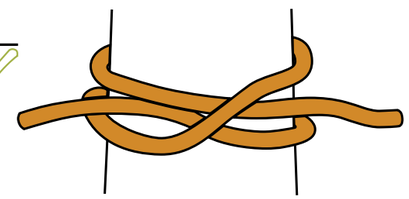


Fig 5



Vindsnurra (fig 2)
Använd ett lite tjockare papper och klipp till en kvadrat på cirka 15 x 15 cm. Du behöver också en pinne, en knappnål och en indianpärla. Märk ut mittpunkten och dra sedan sträck ut mot hörnorna (se fig 1). Klipp sedan efter sträcken in mot mitten, ungefär halva avståndet. Böj in varannan spets in mot mittpunkten utan att vika pappret. Stick in knappnålen i alla fyra spetsarna, trä på pärlan och fäst sedan snurran i pinnen. Blås!

Testa centrifugalkraften
Det här måste du testa utomhus, annars kan det bli väldigt surt (både mamma och inredningen). Fyll en hink till hälften med vatten. Sväng den fram och tillbaka, högre och högre tills du får den att svänga runt ett helt varv. Om du har tur slipper du få en dusch tack vare centrifugalkraften.

Spå väder med kottar
Visste du att tallkottar öppnar sig när det är sol och sluter sig när det regnar? Under fjällen på kotten finns små frön som lätt förs bort med vinden. Då är det inte bra att det regnar. Därför öppnar sig kotten bara i vackert väder för att släppa ut fröna.

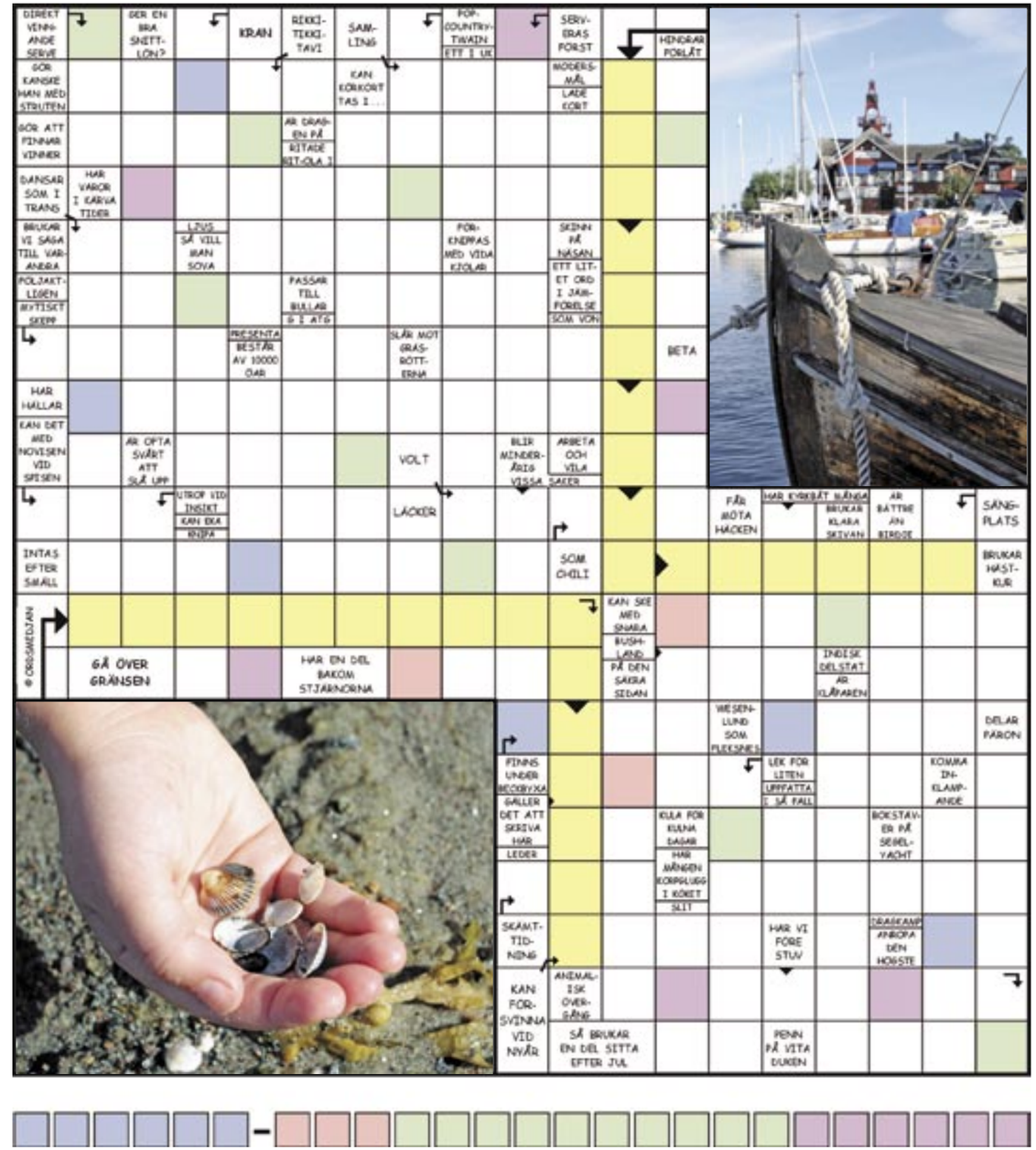
Knopar
En meter rep är alltid bra att ha med sig om du vill öva på knopar. Här tipsar vi om några som är bra att kunna. Pålstek (fig 3), råbandsknop (fig 4) och dubbelt halvslag (fig 5).

Den sjunkande båten
Ta en plastask, den tomma matsäcksburken kanske och låt den flyta på vattnet som en båt. Turas sen om att lägga i små stenar. Den vars sten får båten att sjunka förlorar.

Fågelbad
Gräv en liten grop på en solig plats som du täcker med kraftig plast. Fäst kanterna på plasten med några större stenar och dölj botten med några mindre stenar eller grus. Sedan fyller du fågelbadet med vatten och väntar på att fåglarna ska hitta dit.

Gör en minnestavla
Ta med dig din sommardag hem. Samla snäckor, vackra stenar, kul pinnar, tång, vass, sand eller annat som du hittar. Klistra upp det på en bit kartong eller playwoodskiva och sim salabim så kan du njuta av din sommardag hela vintern.

Tre i rad (fig 6)
Den här leken kan man nästan alltid roa sig med. Samla 3 x 3 saker som du hittar till exempel stenar, kottar, pinnar. Rita upp ett rutnät med 3 x 3 rutor. Turas om att lägga tills en av spelarna fått tre i rad.



LÖS KORSORDET OCH VINN TV-KOCKEN ANDERS LEVÉNS KOKBOK

Det enda du behöver göra är att lösa krysset. Kasta om bokstäverna i de markerade rutorna. Skriv ned den mening som bildas och posta till Värmdö Magasin, Box 36, 134 06 Ingarö eller maila lösningen till info@varmdomagasin.se. Den 30 juni och 31 juli dras vinnarna och publiceras tillsammans med korsordslösningen på vår hemsida www.varmdomagasin.se.

Sandhamns grindar

Stockholm skärgårds populära ö är så mycket mer än sol, värme och partyliv. Den erbjuder också snickarglädje, charm och ett stycke svensk trädgårdshistoria. Ta en promenad bland de charmiga lots- och båthusen och upptäck Sandhamns vackra grindar.

Text och foto: **Helena Nimbratt**

Vitmålade med anor från förra sekelskiftet, alla med sitt egna unika utseende. Grindarna i Sandhamn är både en sevärdhet i sig och en inspirationskälla för den trädgårdsintresserade och definitivt värd en dagsutflykt ut till ön, enbart för deras skönhets skull.

Börja vid Strindbergsgårdens grind som är prydd med en portal där det hänger en röd och vit livboj och som ligger bara ett par steg från färjekajen. Promenera sedan längs de gamla gatorna och njut. Varje hus har en egen grind som leder besökare in i trädgården samtidigt som de stänger ute obehöriga.

Det som är roligt med grindar är att det ofta är husägaren själv som har stått för konstruktion och formgivning. Vissa är snickrade i klassiska former. Andra är ett resultat av kreativitet och ren och skär snickarglädje.

Förr i tiden fanns det många grindar. Det vet alla som någon gång har läst Astrid Lindgrens Emil i Lönneberga. Men grinden har äldre anor än så. Redan på järnåldern konstruerades de första. På den tiden ville man hålla boskapen borta från odlingarna.

De första trädgårdarna odlades på klostren på 1400-talet. Några hundra år senare var de spridda bland gemene man. På 1800-talet blev staket och grindar ett viktigt inslag i trädgårdsarkitekturen och grindkulturen nådde sin kulmen någon gång i början av 1900-talet. Då kunde grinden säga mycket om vem som bodde i huset. En pampig entré i form av en ståtlig smidesgrind var viktigt för de välbärgade medan solgrinden skänkte värme och var populära bland allmogefolket.

I dag har grinden inte samma funktionsvärde som förr. I stället har det symboliska, estetiska och även det filosofiska värdet ökat.

En pampig entré i form av en ståtlig smidesgrind var viktigt för de välbärgade medan solgrinden skänkte värme och var populära bland allmogefolket.

Tiotusen öar,
tiotusen möjligheter.

VÄRMDÖ KOMMUN

Tel 08-570 381 00
www.varmdo.se
www.varmdo.se/turist

Nostalgi, kult, trend

Ribb, Berså och Adam.
De har funnits i så gott som alla svenska hem. Nu när Gustavsbergs Porslinsfabrik har återupptagit tillverkningen av de populära 50- och 60-tals dekorerna gör de succé – igen.

Text och foto: **Helena Nimbratt**

De väcker känslor, ruskar liv i gamla minnen och berör. Alla har någon slags relation till Ribbs ränder, Adams blå prickar eller Bersås gröna blad. Det menar Christina Strandberg som driver Gustavsbergs Porslinsfabrik och ligger bakom idén att börja tillverka Stig Lindbergs älskade mönster igen.

– Jag får ofta höra att folk får flashbacks av att se porslinet. En del förknippar dem med barndomen andra med minnen från brustna äktenskap eller tryggheten hos mor– och farföräldrar som brukade duka till fika med koppar med någon av dekorerna, säger Christina.

Själv har hon länge avskytt Berså.

– Jag tyckte den var så fruktansvärt ful. Det hänger ihop med att den var så omodern under min uppväxt. Nu har jag lärt mig att uppskatta dem, säger hon och skrattar.

Nu har Berså och de andra mönstrena fått revansch.

Alla vill ha dem. Framförallt de som är intresserade av form och design, de är den huvudsakliga målgruppen. Många önskar sig hela serviser i bröllopspresent och det har blivit trend att samla koppar igen, hävdar Christina och fabrikören Lars-Erik Harvig.

– Vi har alldeles för lång leveranstid på de här kopparna. De säljer väldigt bra, säger Christina och förklarar att produktionen är komplicerad. Tillverkningen var mycket mer automatiserad under fabrikens storhetsdagar.

I dag arbetar 14 personer i en 6 000–7 000 kvadratmeter stor fabrik som varje år färdigställer 100 000 bitar. Varje bit, eller porslinsgods, blir hanterad ungefär 40 gånger av mänskliga händer. Benporslin från Gustavsberg är med andra ord ett tvättäkta hantverk.

Berså visar sig vara så populärt att det inte går att hitta en enda färdig kopp att visa, i hela fabriken.

– De är tydligen helt slut. Efter helgen har vi hunnit bränna några nya, säger Christina och visar i stället hur det går till när den gröna dekoren monteras av Therese Bengtsson på det vita porslinet.

Noggrant placerar hon det blöta keramiska trycket under starkt glödlampssken och torkar sedan bort överflödigt vatten så det fäster på tallriken.

– Det gäller att ha ett viss grad av ögonmått, konstaterar Therese.

Det är inte bara själva dekoreringen som är känslig i produktionen. Varje moment kräver precision. Det är till exempel lätt att koppar och fat blir skeva. Den blöta porslinsmassan krymper 14 procent innan den är färdigbränd. Därför placeras varje tallrik i ett specialgjort stöd. Kopparna formas i gipsformar.

Hänkla kallas momentet när kopparna får öron. I dag är det Aili Puolakanaho som lyfter ner en kopp i taget, doppar ett öra i lim och ser till att det hamnar rakt och sitter ordentligt fast så att ingen längre fram ska råka ut för att örat går av och kaffet hamnar i knät.

Som porslinsarbetardotter visste Christina att en serie aldrig ska komma i två delar. Det ska alltid vara i en, tre eller flera.

– Produktionen har gått tillbaka i tiden till ungefär 60-tal. Vår enda chans är att konkurrera med design och kvalitet, säger Christina.

Det tycks funka.

För första gången på många år planerar fabriken att nyanställa. Det beror dels på att fabriken numera är landets enda porslinsfabrik, sedan Rörstrands Fabrik i Lidköping lades ner vid årsskiftet, och dels på framgången med nytillverkningen Lindbergs dekorer.

– Det var ett lyckokast att börja tillverka dem alla tre igen. Det började med att Ribb togs upp på kundförfrågan. Berså började jag arbeta med förra hösten eftersom jag hade märkt ett stort intresse från allmänheten. Folk ringde och frågade om den gick att köpa någonstans. De som ringde var väldigt angelägna, berättar Christina.

När samma typ av frågor ställts 30–40 gånger dök tanken på nyproduktion upp för första gången. Men det visade sig inte så lätt att hitta de gamla mallarna.

– Jag letade överallt; på vinden, i arkiven, i källaren. Utan resultat. I stället hittade jag underlaget för Adam.

Vi som inte gillar Berså, vi gillar blåprickiga Adam, tänkte Christina rätt och slätt och beslutade sig raskt att börja tillverka Adam också. Dessutom visste hon som porslinsarbetardotter att en serie aldrig ska komma i två delar. Det ska alltid vara i en, tre eller flera delar.

STIG LINDBERG

Stig Lindberg är en av de mest betydande formgivarna i Sverige.

Med serviser som **Berså** från 1961, **Adam** från 1959 och **Spisa ribb** från 1955 har han fått en självklar plats i den svenska folksjälen.

Lindberg anses vara en av de mest mångsidiga svenska formgivarna. Bland annat illustrerade han böcker, målade julkort och skapade textilmönster.

Att äga föremål signerade Stig Lindberg har blivit kult och det är inte bara i Sverige han är populär, utan även i USA och inte minst i Japan.

Nu upplever hans arbeten ett rejält uppsving och är mycket eftersökta på loppisar och i antikaffärer. Nu går det även att köpa nytillverkade serviser från Gustavsbergs Porslinsfabrik. **Fynda andrahandssorterade koppar, fat, tallrikar, krukor och mycket annat i fabrikens egen porslinsbutik.**

Missa inte utställningen »Artisten och människan« som pågår fram till den 14 jan 2007.

Christina Strandberg, porslinsarbetardottern som för traditionen vidare.

– Jag tyckte också att det skulle bli en väldigt fin trio av de olika dekorerna.

Att sedan McDonalds skulle köra en kampanj där de använde just de här mönstrena på sina kaffepappersmuggar, samma sommar, 2005, som kopparna skulle lanseras; det var bara en slump.

– Jag trodde inte mina ögon när jag en dag vaknade och hela Stockholm var tapetserad av affischer med Berså och Adam. Det är nämligen inte vi som äger rättigheterna till mönstrena. Det gör KF – Konsument Föreningen, som ägde fabriken då de ritades.

Det är ett väl sammansvetsat gäng som jobbar i de dunkelt upplysta lokalerna i porslinsfabriken. Alla har hjärtat i Gustavsberg. Lars-Erik, ägaren själv drivs av ett stort personligt intresse för porslin. Christina är uppväxt i in riktig porslinsfamilj i Gustavsberg, hon fick sin första servis när hon var tio år och alla hennes kompisar var barn till fabriksarbetare. Hennes mamma jobbar i sanitetsfabriken som ligger bredvid och pappa jobbar kvar i fabriken efter 40 år.

Det är andra gången han är med och tillverkar Lindbergs dekorer.

Boktips» ***Tusenkonstnären Stig Lindberg*** Av: Gisela Eronn
Inbunden. Prisma Bokförlag 2003-08.
ISBN: 9151841002 / 91-518-4100-2 EAN: 9789151841007

SMAKFULLT

Smak av skärgårdsommar

Tre rätter, hemlagat med nybakt bröd och serverat med mycket familjär stämning. En middag på ett pensionat är precis så hemtrevlig, avkopplande och god som det låter.

Text: **Helena Nimbratt** Recept: **Marianne Borin och Lena Salomonsson** Foto: **Magnus Skoglöf**

Gult, från början av förra sekelskiftet med en lång inglasad veranda som vätter mot havet. Svartsö Herrgårdspensionat är just så skärgårdsvacker som man önskar sig och ligger vid Skälvik, på Svartsös södra sida.

Hit tar man sig med Waxholmsbåtarna och Cinderella eller med egen båt som man förtöjer vid pensionatets egen brygga, nedanför kastanjeallén.

Det var teaterdirektören Gustaf Collijn, som bland annat skapade Intima teatern i Stockholm, som lät bygga huset som sommarställe åt sig och hustrun, författarinnan Anna-Lena Ellström.

1949 köpte Domänverket herrgården för att använda det som semesterhem och än i dag är ASSI Domäns personalstiftelse ägare och medlemmarna har förtur på veckorna i juli och augusti om de vill boka några av pensionatets 36 bäddar.

Sedan fyra år tillbaka drivs herrgårdspensionatet – med framgång av Marianne Borin, som sadlade om från möbelbranschen och Lena Salomonsson som är uppväxt på Äpplarö, norr om Ingmarsö. De har blivit uppmärksammade i synnerhet för maten, som serveras på fasta tider, på traditionellt pensionatvis.

Pensionatmiddag med varmrätt, sallad, hembakt bröd och dessert serveras 17.30 varje dag. 19.00 är alla som vill äta à la carte välkomna.

Lena är kökschef och komponerar varje rätt själv. Ambitionen är att det som serveras på Svartsö Herrgårdspensionat ska kännas nytt. Råvarorna ska helst vara lokala och smakerna har alltid sina rötter i den svenska klassiska skärgårdssommaren.

Maten är ofta lagad av ekologiska grönsaker från Idholmens gård på Finnhamn och lax från Vånö utanför Nämndö.

– Viltfångad fisk har blivit allt mer ovanligt. Vattnen är utfiskade. Men ibland kommer de lokala fiskarna förbi med en fin gös, en gädda och kanske ett par abborrar, säger Lena.

– När jag ska göra en ny meny får jag ofta värka fram den. Det kanske är lite grand som att komponera musik eller måla en tavla.

Att äta middag på Svarstö Herrgårdspensionat handlar inte bara om att få njuta av riktigt vällagad mat. Den familjära atmosfären i sig är en alldeles speciell upplevelse som passar extra bra för barnfamiljer. Innanför den inglasade verandan, med den glittrande utsikten över Saltsjön och Träsköfjärden, finns ett rum inrett med tv, några sköna soffor och spel – perfekt för barn som behöver lite sysselsättning när mamma och pappa njuter av middagen. Ute i trädgården, på gräsmattan bland tusenskönorna, finns gott om utrymme för ben med spring och sällskapsspel.

FAKTA SVARTSÖ HERRGÅRDSPENSIONAT

Svartsö Herrgårdspensionat har öppet från slutet av april till slutet av oktober. Det finns 36 bäddar och matsalen tar 40 gäster.

Frukost serveras kl 8.30, lunch 12.00, middag 17.30 och à la carte serveras från 19.00.

Den som vill äta måste alltid ringa först så pensionatet vet hur många som de ska duka och planera för. Tfn +46 (0)8 542 470 17.

FACTS» Svartsö Herrgårdspensionat har öppet från slutet av april till slutet av oktober. Det finns 36 bäddar och matsalen tar 40 gäster. If you want to eat, please call +46 (0)8 542 470 17.

Smulpaj med röda vinbär & jordgubbar, recept sid 61.

Kökschef Lena Salomonsson och husfru Marianne Borin vill stå för kvalitet och småskalighet. Det är i skärgården de vill bo och arbeta och på Svartsö trivs båda särskilt bra. – Sammanhållningen är stark mellan öborna här ute och Svartsöborna är stolta över sitt herrgårds-pensionat. Hit kommer de för att fira bröllop, födelsedagar och helger, berättar de.

Utflyktstips!

På söndagar mellan 11.00–15.00 plockar Lena och Marianne fram köttbullar, bacon, ägg pannkakor med sylt och grädde och delikatesser som blivit över från à la carte middagen kvällen innan och serverar brunch.

Ta någon av färjorna, ät av alla godsaker och avsluta dagen med en härligt promenad runt Svartsö innan du åker tillbaka.

Garanterat supermysigt, mättande och gott!

JORDÄRTSKOCKSTIMBALER MED LÖJROM

4 portioner

150 gr skalade jordärtskockor
2 ägg
1 dl vispgrädde
1 dl riven Cheddarost
1 msk Whiskey
Salt och peppar

100 gr löjrom eller sikrom
rödlöksringar
4 gröna sparrisknoppar
ruccolasallad
Olja mixad med örter

• Låt löjrommen rinna av i en sil med kaffefilter några timmar före servering.
• Koka jordärtskockorna mjuka och stöt dem till mos med potatisstöt.
• Bland med ägg, grädde och ost smaksätt med whiskey, salt och peppar.
• Häll i smorda portionsformar och grädda i vattenbad, 175 graders ugn i cirka 40 minuter.
• Stjälp upp försiktigt på tallrikar med ruccolasallad där man har ripplat örtolja på.
• Forma ägg av löjrommen, i handen med hjälp av en sked. Lägg ovanpå timbalerna och garnera med rödlöksring och sparrisknopp som har sjudit i 1 minut i saltat vatten. Spola knoppen i kallt vatten så behåller den sin stuns.
• Garnera med dill.

LAX MED ÄNGSYRESÅS

4 portioner

600 gram laxfilé styckad i portionsbitar
salt och peppar
smör

1 salladslök per portion
2 gröna sparrisar per portion
några broccolibuketter
svarta linser kokta enligt förpackningen

1 kruka ängsyra
½ hackad gullök
1 msk smör
2 dl vatten
1 msk flytande fiskfond
1 msk citronsaft
1 ½ dl vispgrädde
½ dl vittvin
1 ½ msk maizena

• Fräs löken utan att ta färg i smöret. Häll på vatten, fiskfond, citronsaft och grädde. Koka upp.
• Rör ut maizenan i vinet och häll i det under omrörning. Smaka av såsen och kontrollera tjockleken. Sila såsen när den har puttrat i 5 minuter.
• Mixa ner ängsyran med stavmixer vid serveringen.
• Ansa och blanchera* grönsakerna hastigt. Spola dem kalla i vatten så att de behåller sin stuns.
• Stek laxen med skinnsidan ner och efterstek i ugn, 150 grader i cirka 8 minuter beroende på fiskens tjocklek.
• Värm grönsaker och linser hastigt innan servering.
• Lägg upp linser i botten på tallrikarna och därefter sås, lax och grönsaker. Garnera med dill.

* Blanchera är en matlagningsmetod där man snabbt kokar upp matvaran.

Skärgårdens bästa butik finns på Svartsö

Skärgårdens Bästa Butik 2005 är Svartsö Lanthandel. Det är Skärgårdssmaks bedömningspatrull som för första gången utsett den bästa butiken och deras motivering lyder: Med nyfikenhet och ett brinnande intresse för mat och kunder har Svartsö Lanthandel blivit en uppskattad mötesplats som erbjuder ett genuint och skärgårdsprofilerat sortiment.

På Svartsö Lanthandel finns välsorterad grönsaksdisk, butiksbageri, gästbrygga och bryggcafé. De är ombud för Posten, Svensk Kassaservice, Systembolaget och Apoteket. Svartö Lanthandel är öppen alla dagar under sommaren. Tfn + 46 (0)8 542 473 25.

RÖDA VINBÄR OCH JORDGUBBAR MED SMULPAJ

1 ask röda vinbär
1 ask jordgubbar
1 vaniljkesella

100 gr smör
½ dl strösocker
1 dl havregryn
1 dl vetemjöl

Citronmeliss

• Smula ihop degen med fingrarna och smula ut den på en plåt.
• Grädda i ugnen 200 grader i 25 minuter.
• Varva bär, vaniljkesella och smulpajen i glas och garnera med citronmeliss.
• Servera genast.

FOTO: MAGNUS FOND

Restauranger och kaféer

Värmdö kan erbjuda ett stort antal matställen och smakriktningar. På många av skärgårdskrogarna är det de lokala färskvarorna från öarna som serveras såsom nyfångad fisk, kött, frukt och grönsaker. För många en upplevelse i sig.

RESTAURANTS AND CAFÉS

Many restaurants and inns in the archipelago offer a wide variety of food, often made of local products, such as fish, meat, vegetables and fruits from the islands. We strongly recommend that you try a few of the excellent restaurants and cafés in the Värmdö archipelago.

DJURÖ AND VINDÖ

Abborrkrokens Handel & Bar, Abborrkrokens brygga, Djurhamn, tfn +46 (0)8 571 632

Djuröbadens pensionat, Gamla prästgården, Djurö, tfn +46 (0)8 571 518 00

Munkens konditori, Gransbergsvägen 3, Djurhamn, tfn +46 (0)8 571 549 10

Restaurang Pizzeria Björkås, Björkåsvägen 2, Djurö, tfn +46 (0)8 571 516 90

Vindö krog och kiosk, Fjällsviksvägen 2, Vindö, tfn +46 (0)8 571 677 11

FÅGELBROLANDET

Fågelbro krog, Fågelbro säteri, Värmdö, tfn +46 (0)8 571 418 00

Hamnbageriet, Stavsnäs vinterhamn, tfn +46 (0)8 571 547 00

Kryssarkrogen Malma kvarn, Malma Kvarnstig 1, Värmdö, tfn +46 (0)8 571 430 74

Stavsnäs hembageri, Allévägen 34–36, Stavsnäs by, Sommarhamn, tfn +46 (0)8 571 504 60

Stavsnäs kiosk & grill, Stavsnäs vinterhamn, tfn +46 (0)8 571 508 64

Strömma krog & bistro, Kanalbaren, Lillströmsudd 1, Strömma, Värmdö, tfn +46 (0)8 571 400 41

GUSTAVSBERG

Bistro Gustavsberg, Odelbergs väg 5, Gustavsbergs hamn, tfn +46(0)707 28 05 80

Blå Deli & Catering, Värmdö köpcentrum, Mölnvik, tfn +46 (0)8 570 360 90

Café Sasta, Värmdö köpcentrum, torget, tfn +46 (0)8 570 350 20

Dellans Coffee Bar, Gallerian, Gustavsberg centrum, tfn +46 (0)8 570 001 10

Delselius konditori och bageri, Gustavsbergs centrum, tfn +46 (0)8 570 320 30

Gustafsbergs Wärdshus & Konferens, Algatan 3, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 570 313 33

Gustavsbergs gästhamn med café, Gustavsbergs hamn, tfn +46 (0)8 570 345 67

Hamnens skafferi, Odelbergs väg 11, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 570 300 50

Lugnets pizzeria & gatukök, Björnskogsvägen 1, Lugnet, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 570 302 72

Il Porto – Hamnens Kök och Bar, Odelbergs väg 3, Gustavsbergs hamn, tfn +46 (0)70 783 89 22

McDonald's, Värmdö köpcentrum, Mölnvik, tfn +46 (0)8 570 303 09

Magnifico pizzeria & grillbar, Värmdö Marknad, tfn +46 (0)8 574 004 60

Mat & Nöje i Gustavsberg, Gustavsbergs centrum, tfn +46 (0)8 570 107 37

Pizzabutiken Mariaplan, Villagatan 5, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 570 307 26

Restaurang Blå Ankaret, Gustavsbergs Hamn, tfn +46 (0)8 570 393 05

Restaurang Fenix, Värmdö köpcentrum, tfn +46 (0)8 570 345 70

Restaurang Markör, Markörplan 1, Munkmora, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 570 332 22

Restaurang Mistluren, Idrottsvägen, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 570 340 80

Restaurang Vita Hästen, Hästskovägen 2, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 570 304 29

R.y.u Sushi Bar, Tyra Lundgrens väg 6, Gustavsbergs hamn, tfn +46 (0)8 570 105 95

Sibylla Gustavsberg, Gustavsbergs centrum, tfn +46 (0)8 570 317 16

Snabbt & Gott Hamnens grill och kiosk, Odelbergsv 1, tfn +46 (0) 8 570 10 244

Stallcaféet, Idrottsvägen 1, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 570 317 15

restaurang bar café
ladugården
Siggesta gårds restaurang välkomnar dig att njuta av allt från espresso, öl & rosévin till högklassig mat, såväl ute på soliga terrassen som inne vid den sprakande, öppna spisen.
À la carte varmrätt 185-245kr
Bistromatsedel 85-185kr
Café med hembakat Barnmatsedel 50-75kr
08-574 201 09 www.siggestagard.se

Kaffe Te Choklad
Glass
Värmdö köpcentrum
Kanel och Kardemumma

Nyhet med bilsmak

Ahlgrens Bilar som glass är en av årets nyheter från GB. Glassen är rosa och vit med grönt överdrag med strössel och smakar likadant som bilarna har gjort sedan de lanserades 1953.

– I år vill vi överraska med något helt nytt och har vi lyckats hitta en kombination av godiset och glassen som vi tror att svenskarna ska gilla, säger Susanne Wahlgren, Informationsansvarig för GB Glace.

Om det populära godiset verkligen är lika smarrig som glass? Döm själv.

INGARÖ

Björkviks havsbad grill och kiosk, Björkviks havsbad, Ingarö, tfn +46 (0)8 571 422 48

Brunns Pizzeria, Pilhamn Brunn 1 , tfn +46 (0) 8 570 27 948

Ingarö golfrestaurang, Fågelvik, Ingarö, tfn +46 (0)8 570 282 64

Restaurang & Café Återvall, Återvall, Ingarö, tfn +46 (0)8 570 504 00

VÄRMDÖ SKÄRGÅRD/VÄRMDÖ ARCHIPELAGO

Café Seglar'n, Sandhamn, tfn +46 (0)8 574 504 00

Dykarbaren, Sandhamn, tfn +46 (0)8 571 535 54

Grinda Wärdshus, Grinda, tfn +46 (0)8 542 49 491

Lisas brödbod, Långvik, Möja, tfn +46 (0)70 989 03 67

Låttas bageri, Norrsunda, Runmarö, tfn +46 (0)8 571 527 56

Möja krog, Bergs brygga, Möja, tfn +46 (0)8 571 641 85

Nämdö Kök & Bar, Solvik, Nämdö, tfn +46 (0)8 571 563 79

Pizzabussen och fiskdelikatesser, Kyrkviken, Möja, tfn +46 (0)702 113 117

Rubins överlevnadskiosk, Södra Stavsudda, tfn +46 (0)8 571 653 43

Runmarö krog, Styrsvik, Runmarö, tfn +46 (0)8 571 528 70

Sandhamns bageri, Sandhamn, tfn +46 (0)8 571 530 15

Sandhamns glassbar & café, tfn +46 (0)8 571 530 16

Sandhamns värdshus, Sandhamn, tfn +46 (0)8 571 530 51

Seglarrestaurangen, Sandhamn, tfn +46 (0)8 574 504 21

Stavsudda krog, Norra Stavsudda, tfn +46 (0)8 571 654 54

Strindbergsgården, Sandhamn, tfn +46 (0)8 571 530 54

Strömma krog , Strömmakanal, tfn +46 (0)8 571 400 41

Svartsö herrgårdspensionat, Skälvik, Svartsö, tfn +46 (0)8 542 470 17

Svartsö krog, Alsvik, Svartsö, tfn +46 (0)8 542 472 55

Söderholms gård, Söderholms ångbåtsbrygga, Södra Krokholmen, tfn +46 (0)8 571 650 67

Wikströms fisk, Ramsmora, Möja, tfn +46 (0)8 571 641 70

VÄRMDÖLANDET

Bullandö krog, Bullandö marina, Värmdö, tfn +46 (0)8 571 458 54

Café Oxdjupet, Stenslätten, Värmdö, tfn +46 (0)8 541 386 80

Café Sjöstugan, Lillsved, tfn +46 (0)8 541 380 26

Grisslinge pizzeria, Grisslinge, tfn +46 (0)8 570 199 30

Grisslinge värdshus, Grisslinge havsbad, tfn +46 (0)8 570 228 10

Lillplogen, Hemmesta centrum, tfn +46 (0)8 570 206 69

Pizzeria och Matsal Lillplogen, Skärgårdsvägen 272, Värmdö, tfn +46 (0)8 570 206 69

Restaurang Ladugården, Siggesta gård, Siggesta, tfn +46 (0)8 574 201 09

Restaurant Le Golf, Torpa, Värmdö, tfn +46 (0)8 570 208 73

Restaurang & Pizzeria Plogen, Åvägen 2, Älvsby, Värmdö, tfn +46 (0)8 571 688 68

Sato Sushi & Wok, Grantomta, tfn +46 (0)8 570 196 88

Sjövägens pizzeria och grill, Sjövägen, Torsby, Värmdö, tfn +46 (0)8 570 249 61

Skärmarö sjökrog, Skärmarö gård, Kopparmora, Värmdö, tfn +46 (0)8 571 461 77

Systrarna Delselius konditori och bageri, Grisslinge havsbad, Skärgårdsvägen 180, Värmdö, tfn +46 (0)8 574 122 50

Värmdö krog, Hemmesta centrum, tfn +46 (0)8 570 230 54

Ålstäket grillen, Ålstäket, tfn +46 (0)8 570 214 04

Japanska varmrätter &
sushi
Gustavbergs Hamn!
sushibar.se
Tel 08-570 105 95
Mån-Fre 11-19.30 Lör 13-19 Sön 12-19

Café Sjöstugan
Lillsved
Café & restaurang i genuin Skärgårdsmiljö
badplats – boulebana – egna båtplatser
Öppet dagligen klockan 11-22 juni-augusti, helgerna i maj och september 11-20.
Vi tar även emot slutna sällskap.
Telefon 541 380 26 – www.cafesjostugan.se
Waxholmsbåt från Strömkajen eller Buss 437 från Slussen. Med bil kör Värmdöleden till Hemmesta vägskäl, ta vänster mot Waxholm, efter ca. 8 km ta höger mot Lillsved.

Livsmedel

Picknick, fest eller vardag. Livsmedelsbutikerna och delikatessdiskarna på Värmdö har självklart allt du behöver. Värmdö Magasin har listat alla matbutiker.

FOTO: MAGNUS FOND

FOOD

Here are the places where you can buy your picnic food, party meals and basic daily supplies. At Blue Deli you can find the specialities you need as cheeses, bread fresh from the oven and catering food to eat at your cottage. T-bone steak and new potatoes from Vi Ingaröhallen and the local farmer Säby Gård is worth an extra trip.

Abborrkroken Handel & Bar, Abborrkrokens brygga, tfn +46 (0)8 571 632 63

Blå Deli, Värmdö köpcentrum, Mölnvik, tfn +46 (0)8 570 360 90

Coop Forum, Gustavsbergsvägen 34, Gustavsberg, tfn +46 (0)8 570 159 00

Coop Konsum, Gustavsbergs Centrum, tfn +46 (0)8 574 104 40

Coop Konsum, Hemmesta Centrum, tfn +46 (0)8 570 190 00

Grinda lanthandel & café, Hemviken, vid värdshuset, tfn +46 (0)8 542 494 91

Guns livs, Solvik, Nämdö, tfn +46 (0)8 571 56017

Harö livs, Gummerholmen, tfn +46 (0)8 571 571 60

ICA Kvantum, Mölnvik köpcentrum, Värmdö, tfn +46 (0)8 570 136 00

ICA Nära Djurö, Djurö Centrum, Djurhamn, tfn +46 (0)8 571 504 01

ICA Nära Stavsnäs, Stavsnäsgärde, Stavsnäs, tfn +46 (0)8 571 500 13

Konsum Möja Berg, Berg, Möja, tfn +46 (0)8 571 640 13

Konsum Möja Långvik, Långvik, Möja, tfn +46 (0)8 571 640 07

Markör Livs, Markörplan 2, Gustavsberg, tfn +46(0)8 570 342 50

Norra Stavsudda Handel, Norra Stavsudda ångbåtsbrygga, tfn +46 (0)8 571 560 78

Runmarö Mat, Styrsvik, Runmarö, tfn +46 (0)8 571 527 00

Svängens handel, Norrsunda 1, Runmarö, tfn +46 (0)8 57152610

Svartsö Lanthandel, Alsviks brygga, Skälvik, tfn +46 (0)8 542 473 25

Söderholms gård, Söderholms ångbåtsbrygga, södra Krokholmen, tfn +46(0) 8 571 650 67

Tempo Djurö, Björkås Centrum, Djurhamn, tfn +46 (0)8 571 510 71

VI Ingaröhallen, Pastor Ödmans väg 2, Ingarö, tfn +46 (0)8 574 406 40

Westerbergs livs, Sandhamn, tfn +46 (0)8 571 530 19

INKÖPSSTÄLLEN

Marina rum

Priser och inköpsställen från sidan 29.

1. Tavla med båtmotiv, 950 kr, Värmdö Färgbod.

2. Golvlampa, 3 250 kr, Värmdö Färgbod.

3. Skeppssäck, 995 kr, Denny's Home.

4. Pläd från Gant, 1 295 kr, Denny's Home.

5. Prydnadskudde, 450 kr, Village Corner.

6. Modellbåt, 2 700 kr, Värmdö Färgbod.

7. Soffgrupp i korg; Soffa, 7 200 kr, fåtölj, 2 225 kr, bord med glasskiva, 2 742, Hemboden.

8. Bordslykta, 129 kr, Hemboden.

9. Tapet Ralph Lauren, 1 130 kr, Färgboden.

10. Salt och peppar fyrar, 450 kr styck, Denny's Home.

11. Bordslöpare, 198 kr, Hemboden.

12. Prydsnadskudde, 465 kr, Village Corner.

13. Kudde med ankare, 489 kr, Grynna.

14. Sittkudde, 950 kr, Village Corner.

15. Prydnadskudde, 489 kr, Grynna.

För mer information:

Denny's Home
tfn + 46 (0)8 570 337 00

Värmdö Färgbod
tfn + 46 (0)8 570 333 30

Village Corner
tfn + 46 (0)8 570 317 50

Hemboden
tfn + 46 (0)8 574 118 00

Grynna
tfn + 46 (0)8 570 106 50

100 000 människor beräknas njuta av sin sommar på Värmdö. Vill du nå dem med din annons? Boka annonsplats till nästa års utgåva redan nu.

Kontakta Danielle Söderström, annonssäljare, 0707-655 043, danielle@värmdömagasin.se

VARMDO magasin

Box 36, 134 06 Ingarö, e-post info@varmdomagasin.se
www.varmdomagasin.se

Allt för Båten
Värmdös största sortiment av båttillbehör
Välkomma till
PerMarin
Båtar & Båttillbehör
Hamnen i Gustavsberg
Permarin AB Odelbergs väg 2 134 40 Gustavsberg Tel. 08-57034700
Vard. 9-18 Lörd. 9-16 (Sönd och Helgd. 10-16 5/3-18/6)
www.permarin.se

Du kan även läsa Värmdö Magasin på nätet
www.varmdomagasin.se

Samma fina utsikt som förra året.
Det enda som är nytt är brödet,
nybakat och gräddat varje morgon.
Vi är ett bageri som är ett konditori som också är Värmdös vackrast belägna café. Ett bageri bakar alltid sitt eget bröd. Ett riktigt konditori serverar sina egna hembakade bullar och nygräddade kakor. Och ett café serverar bröd, bullar, kakor, glass och soppor tillsammans med ett riktigt gott kaffe.
Nu vet du vad som väntar dig om du kommer till oss. Utsikten får du på köpet.
SYSTRARNA DELSELIUS
Skärgårdsvägen 158 139 36 Värmdö. Butik 08 57412250 Bageri 08 57019100
Intill en av Värmdös största "beacher", Grisslinge Havsbad

KW Konst & Ram ATELJÉ
Konstnärsmaterial
Inramningar
Galleri
08-570 333 05
www.kwkonstochram.se
Villagatan 1
Gustavsberg

Designade köksdetaljer, glas, porslin och mycket annat hittar du hos Kök & Rum i Värmdö Köpcentrum. Telefon 08-574 110 10.
KÖK & RUM

Konferera i inspirerande skärgårdsmiljöer
SKEVIKS GÅRD
3 km från Gustavsberg
08-570 387 00
www.skevik.se
Säby Säteri
KONFERERA I GENUIN HERRGÅRDSMILJÖ
Beläget på Ingarö
08-570 267 00
www.sabysateri.se

TV-kock på heltid

FOTO: ÅSA LEVÉN

Namn: Anders Levén

Bor: Bofast sedan -98 på Värmdö, men tillbringat mycket tid på Värmdö sedan -76 bl a sommarhus.

Ålder: 46.

Yrke: Kock, kokboksförfattare, tv-kock, jägare, driver eget företag sedan -93.

Intressen: Älskar motorcyklar, mopeder, båtar och bilar.

Aktuell: Krönikör i Värmdö Magasin. När Anders inte skriver håller han matlagningskurser och kan hyras hem som kock för en kväll.

Det var 1997 och jag arbetade som krögare i TV-huset. Producenten för Emmas Hus behövde snabbt få in en kock som programledare för matinslagen och de frågade mig.

Sagt och gjort. Fem vackra kvinnor skulle bli mina motspelare. Vi skulle laga samma rätt och föra samma dialog. Jag minns än i dag vad det var för rätt, en svensk variant på frittata med matjesill, potatis och gräddfill på toppen. En för övrigt väldigt snabb och god rätt.

Hur som haver så provade vi i två dagar och kom till slut fram till ett bra upplägg. Det var då jag fick frågan som kunde tolkas på olika sätt. Kunde jag tänka mig att vara kock tills dom hittat en *"riktig kock"*. Veckan blev till månad och nu har jag gjort inte mindre än 600 program. Och så vitt jag vet har man inte hittat någon riktig kock ännu. Så kan det gå.

Jag har haft glädjen att laga mat i TV under fem år. Jag har träffat underbara gäster som gjort bra saker i köket och ibland rena katastrofer. En av gästerna glömmer jag inte. Vi lagade palt och skulle utröna om man kan göra allt på palt, chips, stora och små och med olika tillbehör. Gästen och tillika ordföranden i paltföreningen var ifrån *"glada Hudik"*. Vi använde oss av en inspelningsmetod som heter *"live on tape"*, alltså inspelat som live utan bryt och efterredigering. Killen lämnade studion mitt i tagningen och försvann en stund utan förvarning. Vi körde på och sedan fick vi reda på att det var händer som skulle tvättas. Han hade inte förstått att vi redan var igång. Mest förvånad var nog han själv som därmed blåste hälften av dom berömda 15 minuter i etern som det sägs att man tilldelas här livet.

Lev väl som vi gör här på Värmdö!

Anders Levén

RÖKTIPS IFRÅN EN ICKERÖKARE

- Att röka och skänka råvaror en utpräglad smak blir mer och mer vanligt. Förr var det viktigt att alltid röka feta livsmedel, då man tyckte att dessa smaker gifte sig bäst.
- I dag sätter vi röksmaken som en smakbrytare och kanske i lite mer okonventionella sammanhang.
- Hur som haver när vi pratar röklåda är det vanligast att använda ABU-röken eller liknande konstruktioner. Detta är varmrökning eller hetrökning där tillagningen är en kokning och rökning samtidigt.
- Så röktiderna spelar roll och man måste tänka på tillagning och rökning samtidigt.
- Jag tycker att lättröka köttbitar blir bäst om man bryner och stänger ytorna först, så minskar man vätskeavgången, magra fiskar röks med skinn och skaldjur med skal.
- Vanliga räkor blir bäst och man röker dessa frysta då tinar dom samtidigt som dom tillagas och hinner inte bli "sega".
- För en laxfilé av helportions storlek så röker jag i 12 minuter. Räkor kanske bara 8 minuter och ett vildandsbröst 10 minuter.
- Man måste prova sig fram men att tänka på totaltid är viktigt om man vill servera kött rosa.
- Alspån, hickory, fruktträdspån är vanligast och bör vara av en lite större storlek än sågspån. Då glöder och ryker dom längre. Som energikälla kan man använda gaslåga, rödspritlåga eller öppen eld.
- Det som händer är att råvaran släpper vätska som sedan förångas och ger en liten kokeffekt under själva rökningen.

Ingen rök utan eld.

FRITTATA A´LA SUEDE

4 portioner

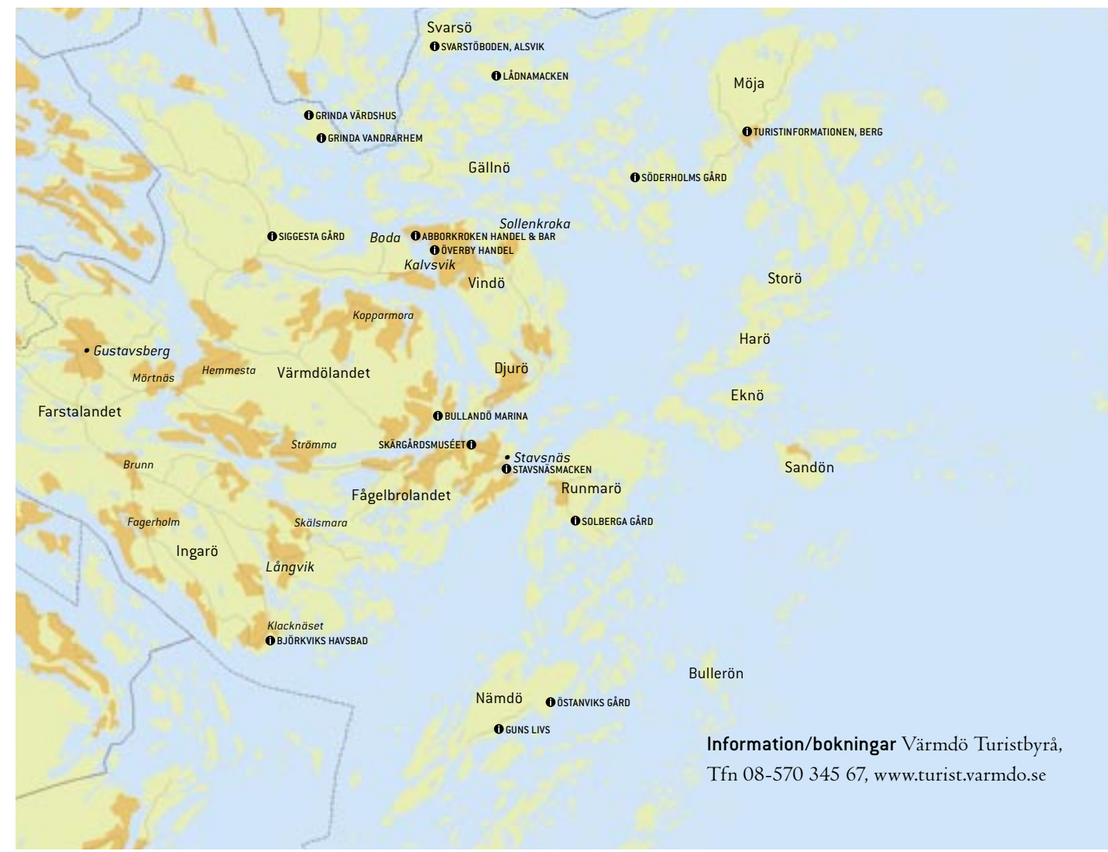
8 hela ägg
2 msk vatten och 2 msk smör/olivolja
4 kokta potatisar
1 gul lök och 1 röd paprika
1 solvarm tomat och 10 blad basilika
2 dl gräddfil och 2 filéer matjessill
salt och peppar

Blanda ägg och vatten. Krydda.
Fräs tärnade ingredienser utom sill och gräddfil i fettet. Gärna i en belagd panna och inte så att det tar färg. Blanda runt ordentligt. Slå i äggblandningen och sätt in i ugnen under ganska kort tid; 175 grader i cirka 10–12 minuter. Toppa frittatan med finskuren sill, blad av basilika och klickar med gräddfil. Njutes med en kall öl och kanske en nubbe därtill!

Värmdö – skärgårdsparadiset med 10 000 öar

Efter 1800-talets mitt började ångbåtar trafikera skärgården och borgerskapet och sommargäster sökte sig ut till Värmdö. Utmed ångbåtslederna uppfördes rikt utsmyckade sommarvillor. Även skärgårdsbyar byggdes ut och blev sommarparadis. Intresset för skärgården var vid denna tid stort bland konstnärer och författare, bland andra har August Strindberg, Anders Zorn och Bruno Liljefors vistats på olika platser inom nuvarande Värmdö kommun. Gustavsberg är centralort – brukssamhället har vuxit upp kring porslinsfabriken som grundades på 1820-talet. Fabriken var vid sekelskiftet 1900 en av landets största industrier.

Fler och fler förstår värdet av att leva så nära hav och natur och samtidigt ha så nära till huvudstaden. Värmdö har just nu största procentuella ökningen av nyinflyttade i Sverige. Antalet invånare är cirka 35 000. Handeln och servicen ökar i snabb takt för att hinna med den stora expansionen.



Information/bokningar Värmdö Turistbyrå, Tfn 08-570 345 67, www.turist.varmdo.se

Ingaröhallen

FRIA HANDLARE I SAMVERKAN

Vi på Ingaröhallen strävar efter att vara en komplett matvarubutik där du ska hitta allt till din matlagning. I vår kondisdisk kan du också beställa tårtor till dina kalas och fester, vi hjälper även till med catering i kallskuren form, vilket gett oss många nöjda kunder genom åren. Vi bakar bröd i butiken alla dagar året runt. Bor du inte på Ingarö så tar det bara 4 min med bil från motortrafikleden.
Ingaröhallen, för dig som uppskattar service och kvalitet.

Trevlig sommar önskar Johan med personal.

Ovan: Hälsingestintans hängmörade nötkött, Roslagskötts välsmakande fläskkött, mört kalv och lammkött, allt detta i vår manuella köttdisk.

Till vänster: Färska skaldjur och många olika sorters färsk fisk, såser och röror hittar du i vår manuella fiskdisk.

Till höger: Getostar, camembert, brieostar, mögelostar, kittostar, parmesan, appenzeller, manchego, raclette, mozzarella och många fler underbart goda ostar hittar du i vår välsorterade ostdisk.

Underbara tryffelpraliner, kondisbitar, bakelser och tårtor väntar i vår kondisdisk.

Här finns alla sommarens primörer och allt du kan behöva av naturens skafferi.

En mycket välsorterad växtmarknad hittar du utanför butiken.

Öppet: Mån-Fred 7.00-22.00 • Lörd & Sönd 8.00-21.00 • Pastor Ödmans väg 2, Brunn
Telefon 08-574 406 40 • www.ingarohallen.vi-butikerna.se