

No.2 - 2022

Strömstad  
350

# Allihopa

Magasinet

[Allioba]

VAR SÅ GOD!

Läsvärt från  
Strömstads  
kommun

Värdskap i  
världsklass

Brädspelsällskap  
Dansande eldsjäl

# Värdet av värdskap



Omtanke • Ungdomsglöd • Forntid • Företagsbesök

## No.2 - 2022

### Vi är Strömstad

*Allihopa är en tidning från Strömstads kommun som kommer ut två gånger per år. Målsättningen är att stärka, överraska och visa fram allt det som gör Strömstad till Strömstad. Vi lyfter hela kommunen med berättelser om det levande livet och vi stödjer Strömstads centrum genom att bjuda in till stämningsfulla besök i vår anrika stad.*

#### Ansvarig utgivare

Maria Kvarnäck, tel. 0526 - 191 84

#### Produktion Strömstads kommun

Maria Kvarnäck  
Maria Isaksson  
Tove Meyer  
Irma Nordin  
Henrik Lysén

#### Layout / formgivning

Henrik Lysén

#### Foto

Karin Björk Foto, text & form  
kristinagillerstedtphotography

#### Tryck

Nordbloms Trycksaker AB  
Upplaga 10 000 st

Omslag: Amber Graphic 200g  
Inlaga: Amber Graphic 120g

Amber Graphic tillverkas vid Arctic Paper Munkedal och är certifierat som en miljömässigt ansvarstagande produkt.

#### På omslaget vid Fiskartorpet:

Hanna Brandberg, Eira och Nathasha Wever-Hedberg, Roger Eriksson, Gunnel Karlsson.

Nedre raden fr v: Ida Olofsson, Nelvin Gillerstedt, Peder och Winter Wever-Hedberg, Lex Gillerstedt.

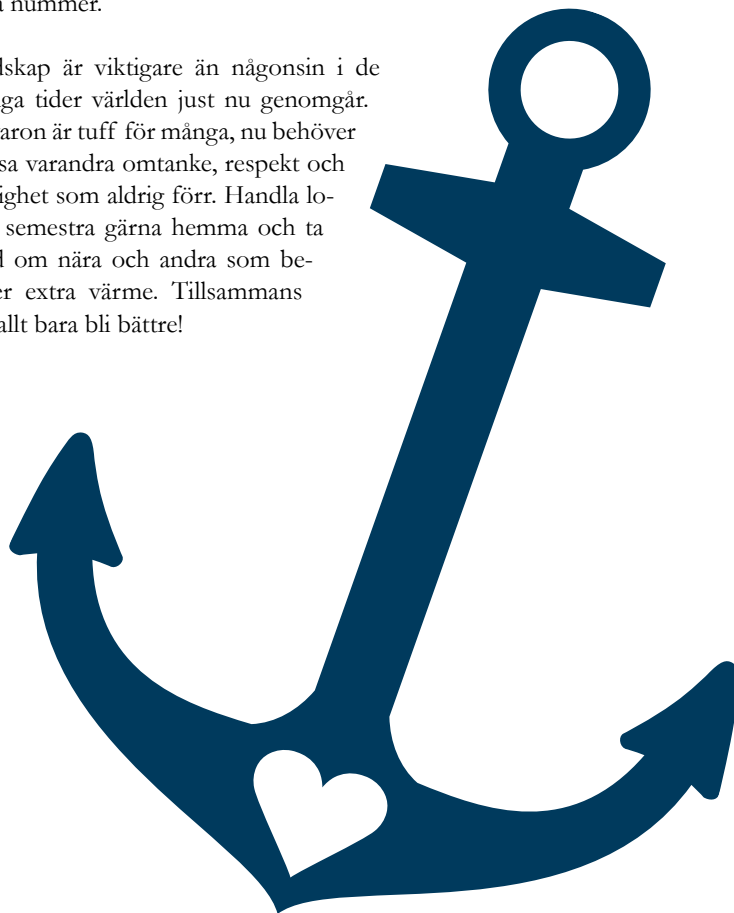
# Hej allihopa!

Värdskap är samlingsnamnet för innehållet i detta nummer av Allihopa. Det är ett förhållningssätt som är enkelt att relatera till. Det känns helt enkelt bra i magen och leendet är nära när man känner sig välkommen, när man möts av en god värd.

Värdskap är en slags ledstäng, med värdighet, respekt och omtanke ska vi möta Strömstadsbor i alla åldrar. Vi har mycket att lära av Jan Gunnarsson, expert på konsten att få andra att känna sig välkomna. Några av oss hade turen att träffa honom under ett besök i Strömstad i höstas. Läs mer om hans möte med högstadieläraren Ida Andersson på sid 4.

Att det finns många exempel på gott värdskap i både kommunala verksamheter, företag och föreningar är ingen överraskning. Allihopa lyfter fram en rad prima värdar längre in i tidningen. Upplev kvällshäng med brädspeleföreningen och åk med hemtjänsten på en rutt runt om i kommunen. Eller känn in den äkta värmen i reportaget om upplevelseföretaget i Koster-skärgården. Vi besöker också Kulturskolans danslärare Nina Sire och tar vägen förbi värdcentralen där kompetenser samverkar för ett tryggt äldre. Omsorgsverksamheten får extra utrymme i detta nummer.

Värdskap är viktigare än någonsin i de oroliga tider världen just nu genomgår. Tillvaron är tuff för många, nu behöver vi visa varandra omtanke, respekt och värdighet som aldrig förr. Handla lokalt, semestra gärna hemma och ta hand om nära och andra som behöver extra värme. Tillsammans kan allt bara bli bättre!



Ormhuvudring, halsring från år  
0-400. Fynd från Trollhättan.  
Foto: Eriksson, Thomas, SHM



16



04

## Innehåll

- 04 - Värdskap i skolan
- 06 - Brädspelssällskapet
- 08 - Polis, polis...
- 09 - Everts bildbank
- 09 - Tjenare Lars!
- 10 - Omtanke och engagemang
- 14 - Värdskap året runt
- 14 - Ungdomslägenheter
- 15 - Vilken kväll!
- 16 - Fortida värdar
- 21 - Smått & gott
- 22 - Ungdomsglöd
- 24 - Värdskap i världsklass
- 28 - Färgfylld konstvandring
- 29 - Anna har nyckeln
- 30 - Ett annorlunda vanligt liv
- 33 - Bra att veta!



10



22



24



30

Foto: Artscape

“Det viktigaste är  
att lyssna för att ge  
rätt bemötande.”

.. Det ovärderliga värdet av  
**VÄRDSKAP**

THE  
HELLACOPTERS  
HIGH VISIBILITY

 STRÖMSTADS  
KOMMUN

Ida Andersson  
Legitimerad lärare

## **Alla som vistas och jobbar på skolan ska känna sig välkomna, känna tillhörighet och gemenskap. Alla – personal, elever, kollegor och föräldrar... Orden är Ida Anderssons, SO-lärare vid Strömstiernaskolan. För dagen i samtal med Jan Gunnarsson, expert på konsten att få andra att känna sig välkomna.**

Ida pratar varmt om jobbet som lärare och intygar att hon stortrivs på Strömstiernaskolan. Här har hon själv studerat innan hon utbildade sig till lärare i Jönköping och sedan återvände till Strömstad. Antalet anställningsår vid högstadieskolan har hunnit bli sex och några planer på att växla spår har hon inte.

### **Bra dag på jobbet**

Under samtalet med Jan Gunnarsson berättar Ida om vad hon menar med värdskap:

– Värdskap gentemot kollegor kan handla om att hjälpas åt, samtala om händelser mellan lektionerna, om att peppa varandra och se till att alla får en så bra dag som möjligt på jobbet, helst varje dag. Elever ska trivas och vårdnadshavare ska känna sig trygga med att vi tar hand om deras barn. De ska också känna sig välkomna hit till skolan.

### **“Gästen ska känna sig väntad och helst önskad.”**

På frågan om varför värdskap är viktigt är svaret att alternativet, att inte vara välkommen, helt enkelt skulle vara olidligt att uthärda. Så kan man bara inte ha det...

### **Mer än service**

Jan Gunnarsson är föreläsare och anlitas ofta för att utveckla inkluderande, öppna och välkomnande verksamheter och platser. Värdskap definierar han kort och gott som ”konsten att få andra att känna sig välkomna”.

– För att ett värdskap ska uppstå krävs både en gäst och en värd, förklarar Jan Gunnarsson. Gästen ska känna sig väntad och helst önskad.

Ett gott värdskap kan göra att mötet, erbjudandet eller servicen uppskattas utöver det vanliga. Lättare inom besöksnäring och butiksverksamhet än inom skola och omsorg?

– Kanske, men alla verksamheter kan utvecklas genom att se dem vi möter som gäster med målet att överträffa deras förväntningar, menar Jan Gunnarsson. Återkopplingen på ett gott värdskap är åtråvärd och stavas förnöjsamhet, förtroende och förståelse.

Hur når man då ett gott värdskap? Efter att ha utforskat värdskapet i olika branscher, världsdelar och kulturer sammanfattar Jan Gunnarsson villkoren för värdskap i tre ord. Man känner sig välkommen när man möts av *värdighet* oavsett bakgrund eller ärende. Andra ordet är *respekt* och handlar om att se den man möter utifrån dennes sits och förförståelse. Lägg till sist till *omtanke* och gott värdskap kan uppstå, genuin omtanke kan helt enkelt göra stor skillnad i möten med andra.

### **Bjuda på sig själv**

Tillbaks till Ida – är det alltid lika lätt att välkomna alla och vad behöver hon själv för att vara en god värd?

– Vi lärare behöver också känna oss välkomna, uppskattade och bekräftade för att värdskapet ska fungera hela vägen. Men visst kan värdskapet utmana när eleven kanske inte vill vara ”gäst” eller har en dålig dag.

– Det viktigaste är att lyssna för att ge rätt bemötande. Att vara Ida och inte bara ”läraren”. Dörrar kan öppnas genom prat om kläder, relationer, de egna småbarnens spektakel på morgonkvisten eller lite sportsnack. Man får bjuda på sig själv och lägga lite tid på att inkludera alla, avrundar Ida. ■



Jan Gunnarsson, handelsresande i värdskap. I höstas besökte han bland annat kommunala Träffpunkten, Strömstiernaskolan och hemtjänsten för att lära mer och dela med sig av sin erfarenhet av välkomnandets konst.

### **Välkommet värdskap!**

Värdskap är från 2023 ett av lönekriterierna för Strömstads kommuns medarbetare. Målet är att gott värdskap ska genomsyra alla verksamheter, underlätta rekrytering och främja arbetsmiljön. Varje arbetsplats tar sig an förhållningssättet utifrån sina förutsättningar.

# Fritidens ■ ■ HJÄLTAR

*De utträttat stordåd, men står sällan i fokus. Bakom varje träning, aktivitet och ideella evenemang finns eldsjälar, personer som satsar tid och engagemang för den hobby, intresse eller sport de brinner för. Allihopa har träffat ännu en hjälte ur det lokala föreningslivet.*

## Gemenskap och hjärngympa på ett bräde!

Brädspelsällskapet är en av Strömstads nyaste föreningar. Här samlas entusiaster med passion för brädspel för att spela hederliga brädspel.

– Roligt och dessutom bra för hjärnan, säger spelivrarna.

**E**n kylig afton gläntar Allihopa på dörren till Folkets Hus. Till en början verkar det tyst och stilla i byggnaden tills röster hörs längre in från våningen ovanför. Här hörs ord som liv, styrka, magi och hjälte, drakar och demoner. Nej, vi har inte hamnat i hemliga rummet på någon magiskola eller hos filmteamet för något nytt rymdepos, utan hos Strömstads Brädspelsällskap!

Vid ett stort bord i ett av rummen förbereds för den första spelomgången av ett spel som ingår av de sex runt bordet spe-

lat förut. Den som lyssnar kan nästan höra hur kopplingar sker i och mellan hjärnorna i rummet. Föreningens initiativtagare är på plats; Sebastian Gutke berättar om hur det hela en gång började.

– Jag tycker om brädspel, så enkelt är det. Det blev lite trångt vid köksbordet där hemma när jag och mina polare, som också gillar brädspel, samlades. Så jag startade den här föreningen 2019.

I början hade föreningen ett fåtal medlemmar. Pandemin innebar några spökår för verksamheten då medlemmarna inte

kunde samlas och spela som tänkt. Men att ge upp var det aldrig tal om. Föreningen hölls vid liv genom mindre spelträffar och restriktioner. Nu har verksamheten fått ett uppsving. Nya medlemmar tillkommer sakta men säkert och föreningen är nu uppe i runt 30 medlemmar.

Verksamheten går ut på att träffas och lära sig ett nytt spel tillsammans, eller spela ett redan känt spel för den delen. Den som är osäker på om detta är grejen får gärna testa att vara med två gånger innan medlemskap. Träffarna infaller vanligen på onsdagar klockan 18 och en gång per helg.

”Det roligaste Sebastian vet är att se ungdomar lära sig ett spel.”



– Vi har en stor bredd av spel, men inga som bara går ut på att ha tur, berättar Sebastian. Spelen kan ta allt från fem minuter till tio timmar. Det har hänt att vi spelat samma spel tre veckor i rad, men oftast lär vi oss ett nytt spel tillsammans. Vi har också studiecirklar där vi dyker ned i ett spel ännu mer. Spelet är inte bara ett tidsfördriv för oss, utan har en större mening, säger entusiasten.

Föreningen arrangerar ibland event utöver de ordinarie spelträffarna för att fler ska få upp ögonen för tjuvningen med brädspel. Det roligaste Sebastian vet är att se ungdomar lära sig ett spel. Strömstads brädspelsällskap riktar sig till alla åldrar från tio år och uppåt, men vill gärna locka fler och utveckla ungdomsverksamheten. Ett mål är också att hitta en lokal som lämpar sig för att många ska kunna samlas och spela.

## ”Här delar unga som gamla upplevelsen av spelet i samma rum och tid.”

– Jag tillhör en generation där inte så många spelar dataspel, säger den nya medlemmen William Topelius som noterar att dataspel nästan är det enda många unga talar om. Här delar unga som gamla upplevelsen av spelet i samma rum och tid. Jag tror att det är bra, fortsätter William, för kvällen på plats tillsammans med sin son. Sebastian fyller på:

– Att umgås på riktigt över annat än en skärm är en charm i sig. Många av våra spel finns i digital version, men det blir en helt annan grej. Du kan inte få samma spelupplevelse som när du delar den med dina medspelare i samma rum, avrundar Sebastian. ■



Vincent Lindroth och William Topelius är två av de yngre medlemmarna i brädspelsföreningen, där de stundom får lägga pannan i djupa veck.



Strömstads Brädspelsällskap har en stor variation av brädspel i sitt förråd, här med initiativtagaren Sebastian Gutke.

---

Är du sugen att vara med på en brädspelsafton? Mer info hittar du på:  
[Facebook/Strömstads Brädspelsällskap](#)

# Polis, polis, kommunpolis!

**Johan Hilding är Strömstads nya kommunpolis sedan 1 september 2022. Det nya jobbet innebär fokus på brottsförebyggande arbete, något som ligger kommunpolisen varmt om hjärtat.**

Det är så mycket bättre om vi kan förebygga brott än att lagföra gärningar när brotten redan är begångna, säger Johan Hilding. Uppdraget att förebygga brott genomförs i samarbete med, skola, socialtjänst, fritidsverksamhet men också tillsammans med företagare, brottsofferjouren Fyrbodol och ideella initiativ som grann- och båtsamverkan. Jobbet innebär också att han är kontaktperson mot Strömstads och Tanums kommuner, tar fram samverkansöverenskommelser och medborgarlöften för att sätta mål och följa upp det gemensamma arbetet för ett tryggt lokalsamhälle.

## Tips av tolk

Det var en tillfällighet att Johan blev polis. Han var 24 år, bodde i Kiruna och var på en middag i Stockholm där han satt bredvid en polsk kvinna som jobbade som tolk åt polisen på Södermalm. Hon frågade när middagen var slut om han inte funderat på att bli polis? Han fick en tankeställare, funderade och bestämde sig för att läsa upp sina betyg via Komvux. En ansökan skickades in, han blev

antagen och började läsa vid polishögskolan i Sörentorp utanför Stockholm.

– Jag har varit polis sedan 1993 och känner att jag hittat ett yrke som passar mig, konstaterar Hilding.

En viktig del av uppdraget handlar om tillgänglighet.

– Sverige har lägst polistäthet i Europa per invånare, men det är på väg att bli bättre. En hörnsten är att vi ska vara tillgängliga, menar Johan som själv prioriterar synlighet i skolor och i andra offentliga sammanhang. Under ljusfestivalen In Light hösten 2022 syntes han i stadsparken för att prata trygghet.

– Medborgardialog är ett bra verktyg för att få bättre uppfattning var åtgärder kan krävas för att Strömstadsborna ska känna sig trygga i sin närmiljö. Vi ska verka för invånarna.

**“Jag prioriterar synlighet i skolor och i andra offentliga sammanhang.”**

## Hemtam i skolan

Strömstiernaskolan har under hösten fått besök av kommunpolisen minst en gång i veckan och han syns ofta på föräldramöten för att prata om allt från drog- och brottsförebyggande arbete till de viktiga

vuxna. I skolan pratar Johan med elever i olika klasser om allt från normer och värderingar, rätt och fel till utmaningar som eleverna ställs inför på sin väg mot vuxenlivet.

De lyssnar ofta uppmärksamt och ställer frågor. Det kan handla om A-traktorer, innebörden av att vara straffmyndig, vilka konsekvenser som kan följa på olika handlingar, hur man gör om man vill bli polis med mera.

Planen är att besöka alla högstadieskolor och mellanstadieskolor i Strömstad och Tanum under våren 2023.

## Alla kan bidra

– Polisen har ett otroligt viktigt uppdrag för att samhället, demokratin och rättsväsendet ska fungera, menar Johan som oroas över utvecklingen på rikspanet med fler grova brott. Ett sätt att bidra är att söka till polisutbildningen.

– Sverige behöver fler poliser och jobbomöjligheterna är goda! Även i Fyrbodalsområdet ska antalet poliser öka de närmaste åren, berättar Johan. Alla kan förstås inte bli poliser, men alla kan göra en insats för ett tryggt och inkluderande samhälle.

– Vi får det samhälle som vi själva bidrar till, alla måste hjälpas åt. Alla vi som lever i Strömstads kommun bidrar till det klimat vi har. ■



## Fakta Kommunpolis

En kommunpolis har ansvar för strategiskt, trygghetsskapande- och brottsförebyggande arbete inom lokalpolisområdet. Det görs i samarbete med kommun och lokalsamhället. Funktionen Kommunpolis infördes i samband med polismyndighetens omorganisation 2015. Då togs även beslut om modellen med medborgardialog och medborgarlöften i syfte att komma närmare kommuninvånarna.



# EVERTS BILDBANK

När fotografen Evert Dahlberg gick bort donerades hela hans fotoskatt till Strömstads kommun. Här är några bilder som tar oss tillbaka i vår historia.



## Tjenare Lars!

Är det sant att alla sopor som vi slänger i Strömstad bränns upp?

– Nej. Restavfall som slängs i de gröna kärlen går förvisso till förbränning och energiåtervinning. De förpackningar du sorterar ut och slänger på återvinningsstationerna liksom det du lämnar på återvinningscentralen, samt matavfall tas dock omhand på olika sätt.

Vad händer med det som sorterats då?

– Förpackningar som du lämnar på återvinningsstation, eller återvinningsrum, tas tillvara och används till att göra nya förpackningar. Mycket av det material du lämnar på återvinningscentralen återvinns och används i tillverkning av nya produkter. Matavfallet som vi samlar in går till en rötanläggning och blir till biobränsle och biogödsel.

Är det nödvändigt att sortera sitt avfall?

– Ja det är jättebra att så mycket material som möjligt kan återvinnas! Då sparar vi på jordens resurser. Farligt avfall ska absolut inte läggas bland restavfall. Det ska till återvinningscentralen, batteriholk eller apotek om det rör sig om medicin och sprutor.

Några tips till den som tycker det är krångligt att sortera?

– Mitt bästa tips är att bara göra det! Är du osäker, finns en bra sorteringsguide på [sopor.nu](http://sopor.nu). Förpackningar måste inte rengöras jättenoga. När det gäller matavfall; fyll inte matavfallspåsen för mycket och låt blött matavfall rinna av innan du lägger det i påsen. Fler tips finns på:

[www.stromstad.se/matavfall](http://www.stromstad.se/matavfall)



Lars Strandberg

Chef för kommunens renhållningsavdelning



*Omtanke & engagemang!*



## Din kommun: Stöd och omsorg för behövande

**Socialförvaltningen i Strömstads kommun har det viktiga uppdraget att möta människors skiftande behov av stödinsatser genom hela livet. Insatser som i många fall krävs för att enskilda ska klara sin vardag.**

**V**erksamheten vänder sig till äldre och personer med funktionsvariation, men även barn och unga, personer utan försörjning och vuxna med missbruksrelaterade behov. Bland uppdragen ingår även integrationsfrågor och familjerätt. Verksamheten styrs främst av socialtjänstlagen (SOL), lag om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) och hälso- och sjukvårdslagen (HSL).

Antalet omsorgstagare ökar och det är idag en stor utmaning att rekrytera ny personal med rätt kompetens. Utmaningen är densamma i de flesta kommuner. I Strömstad görs bland annat satsningar på att utbilda befintlig personal och Vuxenutbildningen erbjuder specialanpassade utbildningar för omvårdnadssektorn.

För att tillgodose behoven hos allt fler pågår parallellt ett ständigt utvecklingsarbete i verksamheterna. Det handlar om att lösa arbetsuppgifter på nya sätt – bland annat med hjälp av välfärdsteknik!

### Häng med hemtjänsten

En av de viktiga grenarna i kommunens omsorgsverksamhet är hemtjänsten. Här ser cirka 110 mobila medarbetare till att de som behöver får hjälp med allt från mat och medicin till påklädning och tvätt i hemmet.

Från tidig morgon till sen kväll ser hemtjänstpersonalen till att alla omsorgstagare får den hjälp de behöver och som de blivit beviljade att få. Du kan få hjälp dygnet runt, även nattetid, men då är det hemsjukvårdens personal som kommer. För hemtjänstens dagpersonal

startar arbetsdagen kl 07.00 med samling och morgonrapport. 07.15 rullar hemtjänstens vita bilar ut från sambandscentralen vid Ringvägen mot uppdrag i alla väderstreck.

Vi följer med undersköterskan Maria Axelsson när hon kring lunchtid delar ut varm mat och medicin till fyra omsorgstagare. Hon hinner även med att prata en stund med de hon besöker och känna av hur det står till.

– Jag gillar mitt jobb och har aldrig ångrat att jag bytte yrkesbana för tolv år sedan. Innan arbetade jag inom handelsbranschen. Det känns väldigt värdefullt och ansvarsfullt det vi gör och vi möter mycket tacksamhet hos de vi hjälper, säger hon.

**“Det känns väldigt värdefullt och ansvarsfullt det vi gör!”**

Förutom mat och mediciner på delegation från hemsjukvården, kan insatserna handla om promenader, social samvaro, enklare städning, veckohandling, personlig hygien, men även lyft och att linda sår till exempel.



## Fakta omvårdnadsverksamheten

### Verksamhetsområden:

- Särskilt boende och daglig verksamhet
- Insatser i hemmet och bemanning (hemtjänst, hemsjukvård etc)
- Socialtjänst, individ- och familjeomsorg

### Vanliga yrkestitlar:

- Undersköterska
- Socialsekreterare
- Sjuksköterska
- Boendestödjare
- Personlig assistent
- Biståndshandläggare

- **Antal medarbetare:** Drygt 500
- **Budget 2023:** ca 300 miljoner kr

Ovan; Barn från Mellegårdens förskola hälsar regelbundet på äldre vid Össbygården i Näsiinge. Nedan; En stunds samvaro vid köksbordet i samband med hembesöket! 110 mobila medarbetare inom hemtjänsten ger varje dag behövande stöd och hjälp i hemmet.



**“Utbildningsnivån är hög hos oss, i stort sett all personal är undersköterskor.”**

– Vi kan också lösa av en anhörig till någon som behöver ständig tillsyn så att den anhörige kan lämna hemmet en stund. Och vi åker även ut på trygghetslarm, säger Maria.

## **“Målet är att dagen ska flyta på och omsorgstagarna få den hjälp de behöver!”**

Verksamheten är till stor del tidsstyrd. Som grund ligger alla omsorgstagares besöksplaner. Sedan matchas dessa med personalens arbetsscheman och olika geografiska slingor. Hänsyn tas till restider och vad det är för sorts insatser som ska göras. För vissa insatser krävs dubbelbemanning.

– Det är ett stort pussel som behöver läggas varje dag där målet är att dagen ska flyta på och omsorgstagarna få den hjälp de behöver med så hög personal-

kontinuitet som möjligt. Personalfrånvaro innebär förstås ett extra pusslande, säger Elsa Ehnebo som är en av fyra resursplanerare inom hemtjänsten.

– Det är en stor utmaning för oss, precis som i alla kommuner, att bemanna med rätt kompetenser. Generationsskiftet som sker nu gör att vi måste satsa på att lösa saker och ting på nya sätt, med till exempel digital teknik, säger Emilie Lundqvist som är en av hemtjänstens tre enhetschefer.

Som undersköterska inom hemtjänsten kan man specialisera sig, bland annat på välfärdsteknik. Ett exempel på en innovation är digital tillsyn. Snart kanske vi även får se VR-glasögon, medicinrobotar och robotdammsugare inom hemtjänsten. Telefonen använder hemtjänstpersonalen redan idag till mycket under arbetspasset; för att läsa upp dör-rar, följa sitt schema, signera läkemedel och dokumentera.

Hemtjänstens kontaktmannaskap innebär att alla omsorgstagare och anhöriga får en dedikerad omsorgskontakt. Namnet på denne finns i genomförandeplanen hemma hos omsorgstagaren. Omsorgskontakten är alltid någon som har en viss erfarenhet av undersköterskeyrket.

– Utbildningsnivån är hög hos oss, i stort sett all personal är undersköterskor och några utbildar sig medan de arbetar hos oss. Vissa insatser och vissa läkemedel kräver extra utbildning, säger Emilie och tillägger avslutningsvis:

– Vi har ett engagerat gäng, ofta skratt i korridorerna och en positiv stämning som jag vet även når ut till omsorgstagarna. Det är bra när någon av dem behöver motiveras och förstärka de egna förmågorna.

## *Fakta hemtjänsten*

- Den som behöver hjälp i hemmet kan ansöka om hemtjänst hos kommunens biståndshandläggare.
- Strömstads hemtjänst genomför ett stort antal besök till drygt 150 omsorgstagare. Sommartid ökar antalet besök eftersom hjälp även ges till sommarboende med rätt till hemtjänst.
- Antal medarbetare cirka 100 inklusive undersköterskor, planerare och chefer.
- Jobbar just nu med en ny, optimerad uppdelning av områden.



Resursplaneraren Elsa Ehnebo och enhetschef Emilie Lundqvist.

## Åldras tryggt!

Det ska kännas tryggt att åldras i Strömstad. Därför ska alla Strömstadsbor över 75 år dels erbjudas årliga hälsobesök, dels snabbt och enkelt kunna ringa sin vårdcentral. Erbjudandet förstärks genom samverkan mellan olika vårdansvariga.

Om den som är äldre kommer i kontakt med vård och omsorg i ett tidigt skede kan det i många fall leda till förbättrad hälsa och förhindra sjukhusvistelse. Slutatsen samlar rehabenheter, vårdcentraler och kommunens biståndsenhet som ofta möter äldre och som tillsammans nu vill göra sig än mer tillgängliga.

– Vi vill förenkla för seniorerna och tydliggöra vilken hjälp som finns att få. Eftersom både kommunen och Västra Götalandsregionen gör insatser riktade mot äldre, behöver vi samverka, säger Liz Åkerlund som är biståndshandläggare vid Strömstads kommun.

Nytt, sedan en tid tillbaka, är att alla som är 75+ och bor i Strömstad erbjuds ett hälsobesök årligen på vårdcentralen, oavsett vilken vårdcentral man är inskriven på.

– Mottagaren får en inbjudan i brevlådan. Det är ingen kallelse, utan ett erbjudande som man borde nappa på även om man inte känner sig dålig, säger de båda sjuksköterskorna från var sin vårdcentral.



Samling för ett så friskt åldrande som möjligt: Liz Åkerblom, biståndshandläggare, Strömstads kommun; Elisabeth Mörk, distriktssköterska, Bohuslindens vårdcentral; Helena Johansson, demenssjuksköterska, Capio vårdcentral; Birgitta Ljungström, sjuksköterska, NU-sjukvården; Linnéa Lundgren Demitz, fysioterapeut, Närhälsans rehabmottagning och Lina Aalto, fysioterapeut, Capio rehabmottagning.

Den som bor på något av kommunens boenden får också automatiskt ett årligt hälsobesök av läkare, utöver annan eventuell läkarkontakt, vilket inte är självklart i alla kommuner.

Utöver hälsobesöken har båda vårdcentralerna inrättat äldremottagning med ett direktnummer för alla som är 75+, samt för yngre med demensdiagnos. Detta med tanke på att vissa äldre har svårt med knappval och tycker att det är bekvämare att komma fram direkt.

## “Det är bättre att vi gör insatser före det händer istället för efter!”

Fördelarna med hälsobesök och att söka vård och stöd i tid är till exempel att sjukdomar kan identifieras tidigt, hjälpmedel kan sättas in och bidra till högre livskvalitet. Vid oro för minnessvikt kan demensutredning göras och vid eventuell diagnos kan uppföljning och passande stöd sättas in.

– Det är bättre att vi gör insatser före det händer istället för efter, säger Linnéa Lundgren Demitz, fysioterapeut vid Närhälsan. ■

## Gammal och ung i givande möte

Det är också fint när helt olika verksamheter visar omtanke och engagemang! Barnen på Mellegårdens förskola hälsar varje vecka på de äldre på Össbygården. Både barnen och de boende tycker att det är spännande och lär känna varandra bättre och bättre för varje gång.

Varje onsdag klockan tio tar sig barnen på Mellegårdens förskola i Näsiinge och deras förskollärare tvärs över gatan och in till sina nyvunna vänner på gruppboendet med inriktning mot demens.

– Första gångerna var de lite reserverade, men nu har de blivit mer hemmastadda, säger en av förskollärarna. De är förstås nyfikna på vad det finns för saker att leka med, men även nyfikna på hur de äldre bor och hur olika saker fungerar.

– Vi märker att de äldre tycker att det är roligt när barnen kommer. Även de som inte kan vara så aktiva i samspelet med barnen hänger med och blir stimulerade. Vi ser att de blir glada, säger Xufe Emini, enhetschef på Össbygården och initiativtagare till samarbetet med förskolan.

Barnens regelbundna besök visade sig vara givande för alla inblandade. Inte otippat blir det ett härligt möte över generationsgränser där ett samspel lätt uppstår mellan den som har ett långt liv bakom sig och den som inte levt så länge ännu. Det är inte svårare än så att få till ett generationsutbyte – att träffas då och då.



Barnen på Mellegårdens förskola gör sig hemmastadda på boendet där de varje vecka umgås en stund med de äldre.

# Vårdskap året runt

Strömstad Infocenter har en viktig värds-kapsfunktion genom den lokala Turistinformationen i Tullhuset i norra hamnen. Hit vänder sig både besökare och Strömstadsbor med frågor. Här gäller det att få alla att känna sig välkomna, ge personliga tips och rätt information, och förhoppningsvis få besökarna att känna sig inspirerade att stanna längre i Strömstad.

“Vi är här en vecka, vad ska vi hitta på?” är en vanlig fråga inne på turistinformationen. Beroende på säsong, ges olika förslag på besöksmål, aktiviteter och evenemang.

– Det är viktigt att lyssna in besökarens behov och intressen. Ibland är en enkel aktivitet, som att åka till Saltö eller Rossö och promenera längs stranden, det bäs-

ta tipset. Det behöver inte alltid vara så avancerat, säger Katrin Sjögren som jobbar på Infocenter.

De som besöker Strömstad gör det av många olika anledningar. På senare år visar sig allt fler vara intresserade av friluftsliv och att vistas i naturen, och detta är något som bildandet av Kosterhavets nationalpark till stor del har bidragit till. Detta har i sin tur skapat förutsättningar för både nya och befintliga företagare inom naturturism och andra aktiviteter. Även andelen kulturintresserade ökar nu också. Stora målgrupper är sedan tidigare barnfamiljer och handelsturister. Även om svenska turister har strömmat till de senaste åren, är andelen utländska turister fortfarande stor. Sommarsäsongen har blivit längre och även andra årstider fylls med säsonganpassade upplevelser.

– Det är roligt att Strömstad är en levande stad året runt. Många förknippar Strömstad med sommaridyll men destinationen lever hela året, säger Åsa Massleberg, turistchef.



---

## Bra start med ungdomslägenheter

Under projektet ungdomslägenheter har Strömstadsbyggen öronmärkt lägenheter till förmån för sökande mellan 18 och 25 år. Strömstadsbyggen vill att fler ungdomar får möjlighet till eget boende så att de kan få en bra start på vuxenlivet.

Vi får träffa Emilia som slutade gymnasiet i våras. Hon har fått lägenhet på Korpeberget och hon gillar omgivningarna med dess utsikter över västerhavet. Emilia berättar att hon precis köpt en ny säng som hon sparat ihop till, och hade även andra saker som stod redo för utflyttning:

– Även innan jag fick lägenheten så köpte jag saker tills den dagen jag skulle flytta. Min pappa tyckte jag skulle spara pengarna, för han trodde nog inte jag skulle flytta än på några år. Men sedan såg jag att Strömstadsbyggen annonse-

rade ”Ungdomslägenhet” och jag sökte. Pappa blev verkligen förvånad när jag sa att jag skulle flytta!

Emilia tycker att det är skönt att ha något eget, ”att kunna styra själv” som hon uttrycker det, hon tycker även om att få laga sin egen mat där hemmagjorda köttbullar är en favorit! Ett tips till andra ungdomar som är på väg att flytta hemifrån ger hon gärna:

– Ha koll på din ekonomi och gör en budget, så du vet hur mycket pengar du har kvar att leva för!

### Om projektet

Den som skaffar en ungdomslägenhet kommer inte förlora sina köpoäng, utan kan stå kvar i kön för att på sikt få en större lägenhet. Vi har som mål att på längre sikt få ungefär 25 centralt belägna lägenheter för ungdomar att hyra. Vi

kommer släppa fler lägenheter allt eftersom de friställs och hoppas att de tas väl emot av Strömstads ungdomar.

Läs mer: [www.stromstadsbyggen.se](http://www.stromstadsbyggen.se)



# VILKEN KVÄLL!

## STRÖMSTAD IN LIGHT 2022

Tack alla företag, föreningar och privatpersoner som bidrar! Det blev ett ljusst frände med ett glödande hett och angeläget budskap om hållbarhet och omtanke, om lokalproducerad mat och en energismart och trygg vardag. Inför 2023 ser vi gärna att fler företag är med och arrangerar, ställer ut eller bidrar för att göra eventet ännu bättre!

Strömstad inlight är en ärligt återkommande festival som har fokus på hållbarhet, ljus, kultur och att vara tillsammans. Festivalen är ett samarbete mellan: Bröderna Axelssons El, Strömstads kommun, AB Strömstadsbyggen och Livelab AB.

[www.stromstad.se/inlight](http://www.stromstad.se/inlight)



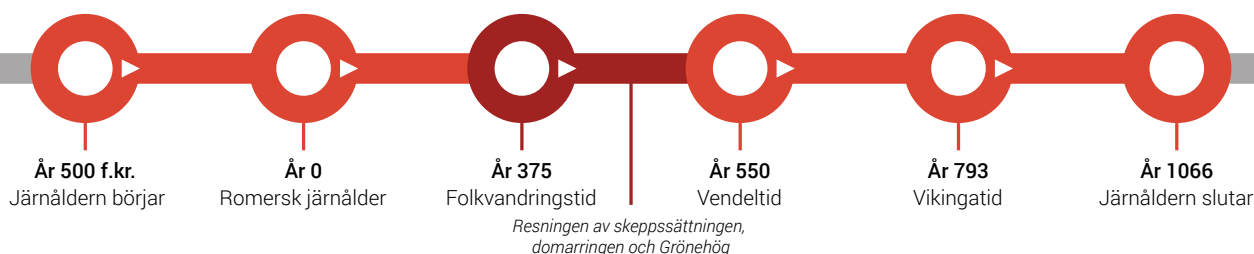
# Forntida världar

*Strax öster om Strömstad finns mäktiga minnen som vittnar om platsens position i forntidens Skandinavien. Redan runt 400 e.Kr, då Grönehöj anlades och domarringen och skeppssättningen vid Blomsholm restes, visade kanske dåtidens Ortsbor ett värdskap som lade grunden till Blomsholm som en tänkbar boplats. Häng med på en resa in i järnålderns mysterier, bland sägner och myter. Men framförallt till tiden då några av Sveriges förnämsta fornlämningar restes.*



*Så här kan livet vid skeppssättningen ha sett ut under dess samtid. Arkeologer letar efter lämningar av bosättningen i området. Illustration: Henrik Lysén*





**V**äl synligt från E6, vid norra infarten till Strömstad ligger gravhögen Grönehög, 6 meter hög och 45 meter bred, bredvid finns flera mindre gravhögar. En liten bit norrut, över åkern, ligger Blomsholms skeppssättning som med sina 49 stenar mäter imponerande 42 meter i diameter. Här finns även Bohusläns största domarring, en mäktig stencirkel belägen i ett gammalt kulturlandskap – känslan av forntid är påtaglig. Dessa fornminnen restes förmodligen för att vi ska minnas de som var här före oss.

Kunskapen om de forntida människor som bodde i trakterna runt Blomsholm är begränsad. Men genom olika källor och fynd som hittats i området kan en bild skapas om livet vid platsen. Förståelsen om livet här kräver dock en blick ned mot kontinenten, detta var en orolig tid som kom att påverka även folken uppe i norr.

## ”Romarriket som dominerat kartorna under antiken har sakta börjat falla sönder under sin egen vikt.”

### En turbulent tid i Europa

Stensättningen i Blomsholm restes ungefär 500 år innan vikingatiden. Tidsperioden kallas folkvandringstiden, och är en del av järnåldern. Då rådde turbulens i Europa. Romarriket som dominerat kartorna under antiken, har sakta börjat falla sönder under sin egen vikt. Att upprätthålla det stora riket är ansträngande och de nordliga gränserna mot norr är resurskrävande att försvara, det knakar i fogarna på kontinenten.

Själva startskottet för folkvandringstiden är år 375 e.Kr. Hunnerna, ett mongoliskt ryttarfolk från syd-ryska stäpperna, dundrar då in i östra Europa med skickligt ridande bågskyttar i tusental. De som kom i dess väg plundrades och fördrevs västerut. Detta skapade en flyktingkris som kom att rita om kartan, skapa nya ideal och kulturer. Hunnernas framryckning på den europeiska kontinenten tillsammans med romarrikets fall skapar ett virr-varr av rörelser mellan dåtida germanska bosättningar, olika folkgrupper och hövdingadömen. Även om Skandinavien kan tyckas ligga avsidet från dessa händelsers mittpunkt, är de nordliga folken delaktiga och bidrar till den nya blandningen av kulturer, omgrupperingar och de stridigheter som kommer att präglade Europa under ca 200 år – både som emigranter och krigare, men även som köpmän.

### En tid av förändring

Under folkvandringstiden har platsen där Strömstad ligger idag, liksom övriga Skandinavien, blivit allt kallare och fuktigare. Även landet har höjts vilket gjort att vattennivåerna blir allt lägre. De bosättningar som var strategiskt belägna vid vattnet förr, får nu börja tänka om. De tidigare ädellövsbeklädda skogarna börjar mer och mer blandas upp med gran. Vid tiden för resningen av skeppssättningen vid Blomsholm gick den sydliga gränsen för gran i Sverige ungefär där – längre söderut fanns fortfarande inte många granar.

Människorna som bor här brukar jorden, tar till vara på det som finns i skogen och de har djur som betar fritt. Men efter många år på samma plats har jorden och skogarna blivit utarmade, det börjar bli svårt att klara sig. Sedan en tid tros många ha packat ihop och begett sig

av söderut för att hitta nya och varmare områden med bättre marker. Vissa tog sig även utanför dagens landsgränser ner till kontinentens smältdegel för att försöka starta om på nytt, söka lyckan med vapen eller assimileras av andra starkare grupper.

### Nya vanor

De som stannar kvar på platsen kommer att behöva skapa nya vanor och anpassa sig. De kommer att behöva skaffa sig nya inkomstkällor såsom en mer långväga handel. De kommer även att börja ta in djuren i sina hus under vintern, vilket man tidigare inte behövt göra – men nu behövs deras värme. En konsekvens av den nya djurhållningen är att sjukdomar som vi tidigare sluppit, letar sig till människan, såsom förkylningsvirus och mässling. Tillsammans med nya resvanorna bidrar detta till smittspridning. Kanske gör det nya klimatet att maten tar slut oftare vilket i sin tur leder till att plundringar och konflikter blir vanligare. De bosatta måste bli bättre på att försvara sig eller söka skydd. När varningsselden, kallad värdkasen, tändes på en topp ▶

”Brakteater”, en magisk medaljong med runor, 0-500 talet. Brakteatrar visar ofta hur modet rådde i Norden, se på frisyren här till exempel. Hittad i Munkedals kommun. Foto: Helena Bonnevier, SHM



vid horisonten var det bråttom att ta till vapen eller att fly, fienden var i antågande. Under folkvandringstiden byggs det fornborgar som aldrig förr. En sådan borg var en befäst plats dit folket kunde söka skydd under en begränsad tid. Det finns flera lämningar av fornborgar i Strömstads kommun.

Nya ideal kom till de nordliga breddgraderna genom återvändande krigare och genom handel. Från kontinenten flödar kultur och kunskap – vilket rika fyndigheter från olika delar av Sverige vittnar om. Den kontinentala livsstilen blev måttstocken för framgång och något som gärna visas upp, genom bland annat smycken, vapen, rustningar och glas.



Svärdsknapp från år 400-500, hittad i Kville socken, Tanum. Guld och Granat.  
Foto: Hedenstierna Jonson, Charlotte, Historiska museet/SHM

## Annas jakt på hus och gårdar!

**Anna Ihr, doktor i arkeologi med fokus på järnåldern, är bosatt i Strömstad. Tillsammans med kollegor är hon på jakt efter hus och de gårdar som borde funnits i området runt Blomsholm.**

– Jag är övertygad om att vår del av Sverige har mycket mer att berätta, vi behöver bara leta bättre. Kanske var västkusten till och med den mer aktiva sidan av Sverige under järnåldern? Alla de fornlämningar vi ser här vittnar om detta, menar Anna. Förmodligen låg det flera större handelsplatser längs västkusten som knyter oss samman med de som hittats i Norge och Danmark, med kopplingar vidare till kontinenten och romarriket.

Anna berättar att området kring Blomsholm ur arkeologisk synvinkel, är av allra högsta intresse och att arbete med att ta reda på mer pågår.



Anna Ihr, doktor i järnåldersarkeologi

Hon har vid flera tillfällen trots att hon hittat spår av husen de så länge letat efter, men tyvärr fått tänka om.

– Vi undersöker marken med radar utan att behöva gräva, då kan vi se avvikelser och dra slutsatser om eventuella fynd. Just nu väntar jag på resultatet av en undersökning vi nyligen gjort, det är jättespännande! Det är osannolikt att så stora och mäktiga gravsättningar skulle finnas här utan att det fanns någon form av bosättningar i närheten. Möjligen ligger det ett långhus med tillhörande ekonomibyggnader i marken här som bara väntar på att hittas. Finner vi husen kommer vi kunna lära oss mycket mer och kanske finna fler saker som berättar om platsens invånare.

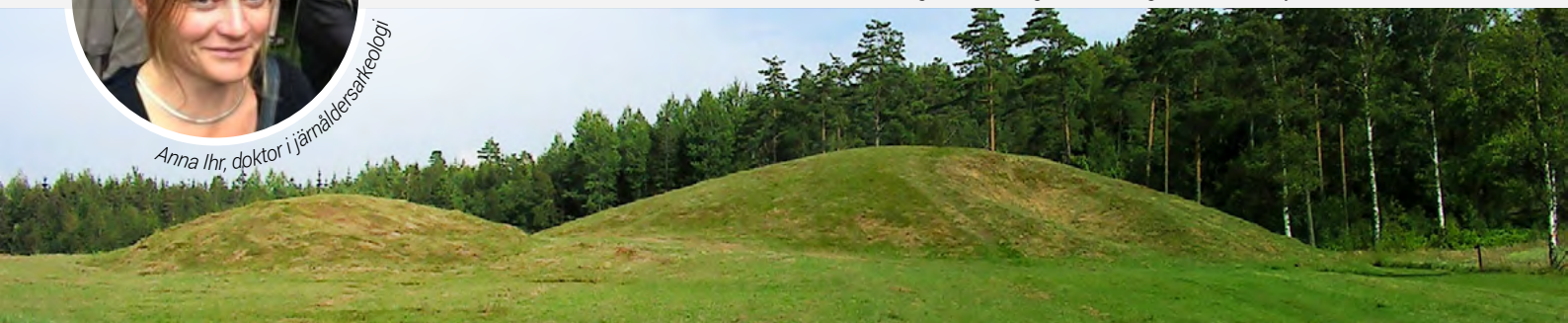
Anna tillåter sig att gissa att Gjellestad väster om Halden tros ha varit centralort i det lokala nätverk av handelsplatser där Blomsholm sannolikt ingick.

– Strömstad och Gjellestad tillhörde ett område som kallades Viken. I

Gjellestad finns liknande gravhögar som de vi har här och där har arkeologer även hittat en ”båtgrav” samt flera huskroppar. Att platsen kring Blomsholm är spektakulär i sig råder det inget tvivel om, det var säkert en högt ansedd plats och kanske fanns här en så kallad ”stormannagård”? Bara vår skeppssättning är spännande på ett teatralt sätt, där skeppet pekar mot vattnet som gick precis nedanför platsen, så att den som är begravd där lätt kan åka vidare ut på sin nästa resa i solnedgången.

**”Förmodligen låg det flera större handelsplatser längs västkusten som knyter oss samman med de som hittats i Norge och Danmark.”**

Gravhögen ”Grönehög” har delvist grävts ur 1928, fynden var dock få.



## Björnkvinnan

I väntan på att Anna hittar husen har spännande fynd gjorts i en utgrävning i närheten. En bit bort från Grönehög, på andra sidan dagens E6, har en grav grävts ut. Där fanns resterna av en kvinna som förmodligen var svept eller legat på ett björnskin. Arkeologen Marianne Lönn beskriver i sin bok "Björnkvinnas grav" att kvinnan var cirka 30 år när hon begravdes och förmodligen var av hög status, men att åsikterna om björnskinnets syfte går isär. Kanske har det en religiös betydelse eller kanske var hon rent av en björnkrigare "Bärsärk". Hennes kost verkar ha bestått av till mer än hälften av fisk, vilket inte var så konstigt då hennes boplats på den tiden låg precis vid vattnet.

*Till höger kan vi se hur dåtidens geografi kan ha sett ut när vattennivån stod mycket högre.*

## Fimbulvintern – slutet och början

De människor som vistades på orten kunde en dag under första delen av år 536 e. Kr se upp mot himlen och ana oråd. Himlen färgades röd och solen syntes svagt som genom en slöja, tre vintrar utan sommar skulle bli deras nya prövning. Det som förmörkade himlavalvet var i själva verket effekterna av ett vulkanutbrott. Olika källor, både samtida och sentida, från olika delar av världen beskriver denna allvarliga händelse i text och dikt. Snorre Sturlasson sammanfattar under 1200-talet berättelserna:

*"...Fimbulvintern kommer. Då yr snö från alla håll, då blir det mycket kallt och vassa vindar. Solen har ingen verkan. Tre vintrar kommer i följd och ingen sommar emellan."*

Många forskare är överens om att detta vulkanutbrott, som sedan dess aldrig överträffats, orsakade en förödande naturkatastrof på det norra halvklotet. Den samtida bysantinske historieskrivaren Prokopios beskriver händelsen:

*"Hela det året lyst nämligen solen som månen: utan strålgång, liksom i nästan ständigt eklips, med matt sken och inte som den brukade. Från den stund detta fenomen visade sig utsattes människorna alltid för krig, svält och andra dödliga gissel."*



*Geografin i området under järnåldern. De mörkblå områdena var då förmodligen farbart vatten där skepp kunde gå. Dagens E6 är markerad med streckad linje.*

## En forntida sjöled

Där dagens E6 sträcker sig låg även dåtidens "motorväg" – sjöleden. Vattennivån var då väsentligt högre, och platsen var en del av skärgården som förbinder dagens Sverige och Norge. Resande kunde förmodligen ta sig fram via Strömsvattnet, upp förbi Blomsholm och ut till kusten via Dynekilen. Via dåtidens vattendrag fanns också möjlighet att ta sig in till Färingen – med vidare förbindelse till Idefjorden. Området vid Grönehög var kring 500 e.kr strategiskt placerad längs med strandkanten och väl synlig från alla de skepp som gick längs med kusten.

Under folkvandringstiden användes dock inte segel till skeppen i någon större utsträckning, utan de fick ros – segelskepp blev vanliga mycket senare. Handelsvägarna och sjölederna längs kusten och ner till kontinenten fanns inte utritade på kartor utan måste ha varit muntligt berättade från person till person. Där viktiga landmärken och beskrivningar av platser var avgörande – Grönehög med sin reslighet i landskapet kan förutom att vara en gravplats även hjälpt till att guida sjömän rätt. Även de platsnamn vi använder idag kan ha rötter i dåtidens platsbeskrivningar såsom Bastekärr (kärr med bast), Grälös (en å som växer), Stene (Bergshöjd), Varp (Uppkastad Stenhög) eller Skee (Skades hov).

Vulkanutbrottet, Roms fall, epidemier och det generellt kallare klimatet gjorde att populationen i Skandinavien minskade drastiskt. Folkvandringstiden går mot sitt slut, tomma gårdar och färre människor skapar ett maktvakuum för nya stormän att fylla. Avsaknaden av de tidigare guldströmmarna från kontinenten gör att de nya hövdingarna vänder blicken både mot öst och väst. En ny tidsålder kommer, där nya samhällsstrukturer, handelsvägar och plundringståg kommer bli markörer i historien.

### Forntida värdar

Vi är alla värdar för fornlämningarna från en svunnen tid som lockar besökare och arkeologer från hela världen. Precis som att de som en gång bodde här var värdar för förbipasserande. Mellan an-

grepp och farsot var kanske Blomsholm en trevlig handelsplats med förbindelser och trafik från övriga delar av Europa, precis som dagens Strömstad.

Bilden av en vacker plats med skepp och bryggor vid vattnet och där rök från både kokkärl och verkstäder steg upp mot skyn, skymtar fram. Med lite fantasi är det lätt att föreställa sig hur folket mötte långväga handelsmän som kom med: "Hej och välkomna!", "Vad kan vi hjälpa till med?" eller "Önskas det något mer?" Kanske var det just det goda värdskapet som bidrog till att platsen och dess invånare blev så pass ryktbara att de kunde resa några av landets finaste fornlämningar – värda att beskåda 1 500 år senare. Även om vi som bor här idag kanske tar dem lite för givet. ■

### Litteraturkällor:

- *Arkeologi i Norden*; Göran Burenhult
- *Björnkvinnans grav*; Marianne Lönn
- *Blomsholm 2000 år av händelser*; Jan Ottander
- *Fornminnen i Bohuslän*; Mats Hellgren och Leif Johansson
- *Völvor, krigare och vanligt folk*; Kent Andersson
- *Fimbulvintern, Ragnarök och Klimatkrisen 536-537 e.Kr.*; Bo Gräslund

---

### Utforska själv:

En utflykt till området runt Blomsholm är väl värt ett besök. Fornlämningarna, lederna och platserna är väl utmärkt.

*Del av svärdslista år 400-500 e.kr. Fynd från Lurs socken, Tanum. Foto: Claes Jansson, Historiska museet/SHM*



# 13333

Invånare är vi i Strömstad!

Källa: SCB, december 2022

# 5

Procent

Påverkan på din energianvändning för varje grad du ökar värmen i ditt hem.

Källa: Allmännyttan

# 34 000

ärenden har registrerats i Strömstads kommuns kommuncenter under 2022.

# HYRA LOKAL

Behöver du en lokal för din verksamhet eller företag? Hör då av dig till Strömstadsbyggen och Strömstadslokaler så ska vi försöka hjälpa dig att hitta något som passar din affärsidé.

info@stromstadsbyggen.se



Använd kommunens bildbank till marknadsföring

stromstad.mediaflowportal.com

# TIPS

för aktiva vinterdagar!

- **Vintervandra**  
På Koster eller längs Bohusleden
- **Upptäck Hälsans stig**  
med start i Strömsdalen, Strömstad
- **Besök Färingen och Kasen**  
närbelägna utflyktsmål
- **Bastubad**  
kolla in Kallbadhusets öppettider!
- **Åk skridsko på Strömsvattnet**  
episkt vid isvinter!
- **Gofika**  
Det finns många alternativ!
- **Upplev en solnedgång i januari** lyx för helårsboende!
- **Vinterpaddla**  
kontakta en kajakuthyrning med vinterservice!
- **Skåda vinterfåglar**  
hitta arter vid fågelbordet eller i en ofrusen havsvik!

Fler tips:

vastsverige.com/stromstad/event

# FLYTTA TILL STRÖMSTAD

www.stromstad.se/flyttahit

# 35

Procent

Av invånarna i Strömstad bor på landsbygden, genomsnittet i Sverige är 23 procent.

Källa: SCB





”Jag är över femtio och jag vet fortfarande inte vad jag ska bli!”

# Skapa glöd för framtiden

*Uppdrag: hjälpa och stödja ungdomar mellan 16 och 24 år som på ett eller annat sätt hamnat utanför studier och arbetsmarknaden.*

Integrationscenters lokaler på Gymnasiegatan 2D i Strömstad gör inte mycket väsen av sig i den grå betongen, men innanför dörrarna sjuder verksamheten av liv och kreativitet.

– Välkomna till min utställning, säger Henrik Söderström med ett brett leende och visar oss längst in i lokalerna.

Henrik jobbar som ungdomscoach i ett projekt inom kommunen som just nu finansieras med hjälp av Folkhälsorådets

medel. Uppdrag: hjälpa och stödja ungdomar mellan 16 och 24 år som på ett eller annat sätt hamnat utanför studier eller arbetsmarknaden. För det uppdraget krävs tålmod, att ta sig tid att se varje ungdom samt ett stort mått av kreativitet och tankar utanför boxen – något som verkligen Henrik besitter!

För väl inne i lokalen blir man aningens förvånad när man möts av vad som först ser ut som en stor teatergarderob med en massa vackra klänningar, tyger

och kostymer. Tittar man närmare inser man att varje plagg symboliserar ett yrke. Henrik ställer sig framför en skepparkostym och en livboj, gestikulerar med händerna och förklarar:

– Jag vill visa ungdomarna att det finns fler vägar framåt! Då använder jag den här symbolen om ett skepp, ibland stormar och blåser det, ibland behöver man använda sig av livbojen. Men det är helt okej!

Han berättar vidare om att han bjuder ungdomarna hit och en story han brukar dra är den om Arne som tog studenten som 70-åring.

– Jag var själv skoltrött efter gymnasiet, och alla passar inte in i mallen! Jag vill visa ungdomarna att det finns andra vägar.

Varför ungdomarna väljer att stanna hemma kan bero på en rad olika faktorer och Henriks jobb kan en dag gå ut på att åka hem till en ungdom bara för att se om hen har ätit lunch. En seger kan bestå i att de två tar sig ut på stan och äter en pizza för att sedan heja på vänner denne inte sett på länge eller få inspiration till att prova en ny aktivitet.

## “Vad har den här personen för intresse, var finns glöden?!” Så måste man alltid jobba.”

– Man måste utgå från det lustfyllda. “Vad har den här personen för intresse, var finns glöden?!” Så måste man alltid jobba.

Det är faktiskt få gånger i livet man träffar en sådan entusiastmerande person som Henrik Söderström. I slutet av 1990-talet åkte han omkring på en gammal trampmoped till Göteborgs skolor – ända in i klassrummen.

– Heldagsaktiviteten handlade om människan och maskinen. Vi upptäckte tillsammans hur lika vi är en moped. Vi behöver också ”bränsle” i vår tank för att



orka. När vår gnista tänds så rullar det på, vi susar fram och det kommer ut avgaser där bak.

Verksamheten växte och blev Teater Blaffa och till slut var de verksamma på Sjöfartsmuseet, Stadsmuseet och Naturhistoriska museet. Därav alla fantastiska kostymer som just nu hänger inne på integrationscenter, bland annat en apkostym från 50-talet som härstammar från Malmö stadsteater.

– När unga människor kommer hit vill jag att de ska känna sig inspirerade! säger Henrik och hoppas att även fler skolor vill göra besök på platsen.

Arbetsmarknadsenheten har hjälpt till att bygga en gradäng så att han kan ta emot studiebesök. Bland mopeder, apdräkter och scenkostymer hoppas han att unga människor ska kännas sig inspirerade inför sin egen framtid:

– Jag är över femtio och jag vet fortfarande inte vad jag ska bli! avslutar han med ett leende. ■

## Häng med Henrik!

Så här kontaktar du som ungdom eller förälder Henrik och hans kollegor!

Är du 16-19 år och saknar sysselsättning? Vi kan hjälpa dig att hitta vägen mot ditt mål genom kontakt, möte, samtal och praktiska handlingar. Även du som är vårdnadshavare får gärna kontakta oss.

### Jobsökarmåndag:

Jobsökarmåndagen är en form av öppet hus och då kan man komma till Integrationscenter på Gymnasiegatan 2D, där finns Henrik, två arbetsmarknadskon-sulenter, en SYV och en integrationsvägledare.

### Kontakt:

kaa@stromstad.se  
Öppettider måndagar: kl 9-15.

Mer info om möjligheter framåt:  
[www.stromstad.se/aktivitetsansvar](http://www.stromstad.se/aktivitetsansvar)



# Vändskap i världsklass



”Jag får verkligen energi av att ge tillbaka och det blir en win-win situation för alla.”



## Företagsbesök: Koster Adventures

---

**Att vårt vackra, rena och exotiska Kosterhav lockar besökare från hela världen är ingen nyhet. Här finns ett unikt djurliv och oförglömliga vyer som går att uppleva året om. Värden som med rätt värdskap också ger grund för en blomstrande företagsamhet!**

**E**tt av de företag som är med och bidrar till att besökarnas upplevelse blir just oförglömlig är Koster Adventures vars verksamhet erbjuder kajakguidning och SUP-uthyrning i Sveriges enda marina nationalpark.

Det lilla familjeföretaget inriktat på naturturism drivs av Gustav Waldås och hans mamma Agneta och pappa Janne. Tillsammans har de gjort begreppet värdskap till en livsstil. En snabb sökning på nätet efter Koster Adventures resulterar i höga betyg på diverse besöksmålssidor. De återkommande adjektiven och huraropen gäller just värdskapet – detta modeord som de flesta företag och även kommuner säger sig jobba med idag. Men vad innebär egentligen begreppet rent konkret? Gustav Waldås berättar:

– Värdskap för mig handlar om att få människor att känna sig välkomna. Det kan vara smågrejer som att ge det lilla extra som man som besökare kanske inte

räknar med. Plus förstås ett personligt och varmt bemötande.

Värdskap i Koster Adventures fall kan innebära att oväntat möta upp besökarna vid Kosterbåten, skjutsa dem med sin tunga packning till rätt destination eller ge ett personligt bemötande vid planering av en kajakrutt.

– Jag får verkligen energi av att ge tillbaka och det blir en win-win situation för alla, säger Gustav.

Familjen Waldås har 35 års erfarenhet av servicebranschen. De drev tidigare en sportbutik inne i Strömstad som under flera år fick utmärkelsen Sveriges bästa hockeybutik, de har också arbetat och bott i Åre där Gustav utbildat sig till ”eventmanager”. Just destinationen Åre lyfter Gustav fram lite extra där man inför varje säsong samlar alla företagare under en peppande kväll tillsammans där man skapar en enorm ”vi-känsla”.

– Det är helt otroligt, jag har aldrig varit inne i en trevligare Ica-butik än den i

*Gustav Waldås och hans familj tar med sig besökare från hela världen ut på kajakturer i vårt vackra Kosterhav.*



Åre. Här finns värdskapet hos i princip alla du möter på byn och det är väldigt härligt, berättar Gustav.

## ”Jag njuter av att ge en helhetsupplevelse till våra besökare, för jag har fått uppleva det själv.”

Gustav själv är numera Kosterbo med yngsta sonen i familjen som älskar att resa, surfa, yoga och vara på havet. Hans bror Viktor bor i Stockholm och jobbar med annat, men hjälper även han till i familjeföretaget med formgivning och design. Erfarenheten av värdskap har Gustav förutom genom sina föräldrar även själv samlat på sig under sina många resor, och han lyfter särskilt fram en tripp till Mexiko när han var 22 år som han besökte delvis för att lära sig spanska.

– Jag åkte med en så kallad ”chicken bus”, det billigaste färdmedlet du kan tänka

dig. Ändå bjöd de på musik och mat och när jag klev av där med min surfbag, på fel stopp såklart haha, så dröjde det inte länge innan det kom en man på moppe som skjutsade mig fyra kilometer ner till surfbyn utan att kräva något tillbaka. Gustav beskriver att han tar med sig sina samlade erfarenheter in i sitt företag för att skapa unika, oförglömliga upplevelser.

– Jag njuter av att ge en helhetsupplevelse till våra besökare, för jag har fått uppleva det själv.

### Bakgrunden till Koster Adventures

2015 kom familjen dock fram till ett gemensamt beslut om att de ville jobba mindre och njuta mer av livet. Just då ägde de ett gäng kajaker som de började låna ut till vänner och vänner vänner.

– Och då var det någon som sa ”ni borde ta betalt för det här”!

För Gustav som själv hade guidat på snöskoter och snowboard innan låg steget nära till hands att guida i det vackra Kosterhavet.

Nu har de drivit företaget i några år och medan andra såg en nedgång under pandemin så blomstrade Koster Adventures – alla ville komma ut och uppleva något unikt i naturen. Den största delen sker under sommarhalvåret, resten av tiden tycker familjen om att resa (närmast till Mexiko för att surfa) eller spendera tid i sitt boende i Åre. Ett upplägg som familjen tycker är helt perfekt.

– Det är kul att se att mamma och pappa verkligen njuter av sin lediga tid och blivit ”säsongare” på äldre dagar: Vi tänker ibland på om vi ska expandera och bli större men vi vill behålla glöden och då är det ultimatum att driva företaget under sommarhalvåret, syssla med annat under vintern och kunna ladda om och känna lust och kreativitet inför säsongen. ■

---

Läs mer: [www.kosteradventures.se](http://www.kosteradventures.se)





# FÄRGFYLLD KONSTVANDRING I STRÖMSTAD

Du har väl inte missat Strömstadsbyggens fantastiska väggmålningar som utfördes under våren 2022. Målningarna är uppförda av konstnärer från olika delar av världen genom organisationen Artscape. Läs mer på Strömstadsbyggens hemsida: [www.stromstadsbyggen.se/artscape](http://www.stromstadsbyggen.se/artscape)

1

## Waterways

En tänkvärd målning som begrundar naturens kretslopp. Genom strömmar, floder, åar, sjöar och hav – vattnet rör sig alltid och formar landskapen.

**Målad av:** Linus Lundin, Sverige



2

## Pay heed

Väggmålningen är inspirerad av den fornnordiska, mytologiska varelsen "Lyngbakr". En val som tar formen av en ö och lurar landstigna sjömän ner i djupet.

**Målad av:** Tomas Turner, USA



3

## Neck-deep in the Kosterfjord

Konstnären lyfter frågor kring utrotningshotade arter i vårt hav. Dessa hajar; pigghajen och den brunfläckiga rödhajen är några av dessa arter. Konstnären menar att hans målning kommer finnas längre än dessa arters existens i konstnerhavet.

**Målad av:** Vegan Flava, Sverige



4

## Cormorant

Målningen föreställer den omdiskuterade fågeln skarv som jagar fisk i vårt hav. Konstnären vill uppmärksamma att; oavsett vad vi tycker om den så är det ett vackert djur – vi människor borde se över våra egna fiskevanor istället för att prata om fåglar som fiskar ur våra hav.

**Målad av:** Emily Ding, USA



# Anna Ekelund

– *Nyckeln till ett inkluderande Strömstad!*

**Hur säkerställer man att barn och unga får samma förutsättningar i samhället? En som tittar på det är Anna Ekelund, nyinflyttad och projektledare med fokus på tidiga insatser bland mindre barn.**

Arbetet genomförs i samverkan mellan bland annat socialtjänst, barn- och utbildningsförvaltningen, Strömstadsbyggen, BVC och polisen. Visionen för satsningen är att fånga barnen i “melanrummen” i åldern 0–5 år. Ett utvecklingsbehov är att utforma ett samverkansforum där de mest berörda aktörerna ingår.

– Samverkan fungerar inte alltid optimalt och risken är att hela familjens sammanhang inte fångas upp, säger Anna. Det kan till exempel vara barn som inte går i förskolan. Projektägare är verksamheten förskola, kultur och bibliotek som ligger under barn- och utbildningsförvaltningen.

**“Vi behöver jobba för mångfald i alla sammanhang där människor vistas.”**

En andra viktig strategi för att skapa likvärdiga förutsättningar är att titta på olika platser eller “rum” där barnen befinner sig. I projektet vill Anna ta reda på vilka nycklar som behövs för att alla barn ska kunna röra sig mellan alla rum och öppna alla dörrar.

– Det kan vara skogen, lekplatser eller biblioteket. Vi behöver jobba för mång-

fald i alla sammanhang där människor vistas, särskilt för barn, betonar Anna som ser ett behov av helhetssyn kring mångfald, delaktighet och inkludering i stort i Strömstads kommun.

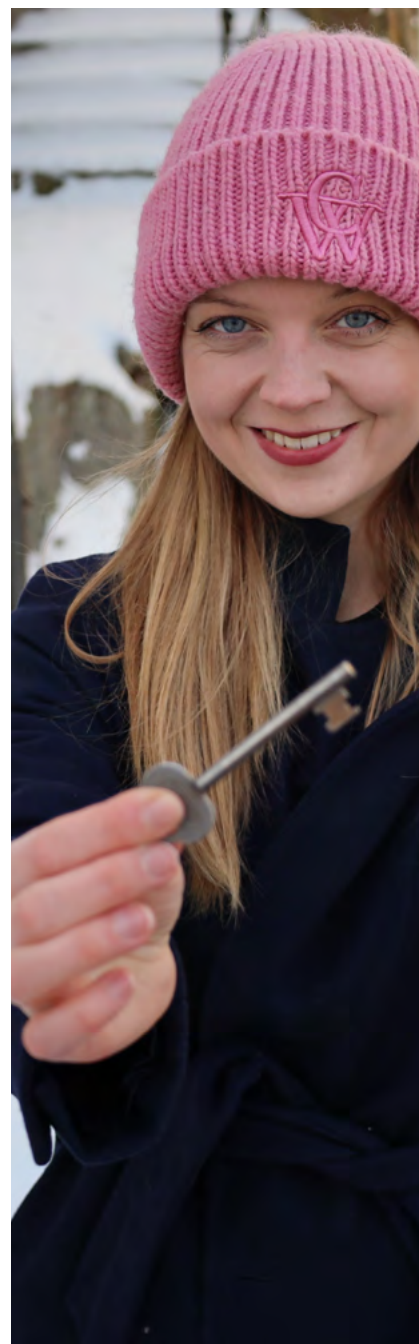
## Barnkonventionen

Sedan 1 januari 2020 gäller barnkonventionen som svensk lag. Det innebär att barnet som rättighetsbärare får en stärkt ställning. Barnkonventionen synliggör barn som kompetenta och handlingskraftiga individer, fullvärdiga medborgare, samtidigt som de är i behov av stöd och skydd. Vilket är helt i linje med Annas arbete.

– Att se skillnader, ett ökat familjefokus och försöka förändra en satt struktur är målsättningen för mitt arbete. Vi har fått positiv respons i fråga om att vi arbetar med den allra yngsta målgruppen, från andra kommuner.

I samband med Annas nya jobb, så flyttade hela familjen till Strömstad. Som nyinflyttad är hon själv “sökande” efter rum och platser vilket inte visat sig vara så enkelt.

– Man måste aktivt söka sig till olika aktiviteter för att “komma in” i Strömstad. Delaktighet och inkludering handlar för mig om att vara en del i samhället vi lever i. Min sambo kommer ifrån Kuba och har bott i Sverige i sju år. Jag har haft förmånen att få följa hans resa för att etablera sig i Sverige. Det har varit så nyttigt för mig att se hur det svenska samhället fungerar för personer i vuxen ålder och förstå strukturerna i vårt samhälle. Det synsättet har jag nytta av även i mitt arbete. ■





# ETT *annorlunda* VANLIGT LIV

*Hon har uppträtt för den norske kungen och drottningen och tillsammans med andra dansare stått på otaliga scener genom åren. Hon har drivit restaurang och tränat i samma dansstudio som Britney Spears... Men framför allt har hon spridit dansglädje till tusentals barn och unga i Strömstad under mer än tjugo år. Möt eldsjälen Nina Sire!*

“Att vara danslärare gör man för barnen och för den gemenskap dansen skapar”

## En dansande eldsjäl!

**D**et är så roligt när föräldrar kommer in här i danssalen med sina barn och utbrister ”Men där är ju jag!” och pekar på något gammalt tidningsurklipp från en av våra föreställningar genom åren. Nu är de själva här med sina barn en massa år senare, säger Nina och ler medan hon slår sig ner i en av fåtöjlerna i kulturskolans danssalar i Strömstads Shoppingcenter.

Det säger något om hur länge och hur många barn och unga som Nina undervisar genom åren. Varje vecka möter Nina Sire och hennes kollega Karin Beckius Van Kampen cirka 270 danssugna barn i 27 olika dansgrupper. En imponerande siffra för lilla Strömstad!

– Många unga dansare som börjar gymnasiet väljer att stanna kvar i Strömstad och fortsätta i vår fördjupningsgrupp. De känner att de utvecklas och får lika mycket utmaningar här som om de skulle ha börjat på till exempel dansprogrammet på Sinclair i Uddevalla, berättar Nina.

### “Många unga dansare som börjar gymnasiet väljer att stanna kvar i Strömstad.”

Att sätta klockan på 06.30 och rumla ur sängen för att infinna sig på kontoret 08.00 med en kaffe i handen är ingenting som Nina Sire upplevt genom åren. Istället är det kvällsarbete som gäller, de senaste tjugo åren har hennes vardagskvällar bestått av planering och dansundervisning – ibland fram till klockan 21.00.

#### Restaurangfamilj

Nina som själv är uppvuxen i Halden kan inte riktigt sägas ha dansen i blodet.

Hennes pappa har istället drivit flertalet restauranger och Nina sprang i pappas kök som liten. Något som väckt hennes eget intresse för matlagning och konsten att laga rätter med bra ingredienser från grunden.

– Det har inte blivit så mycket falukorv genom åren, säger hon med glimten i ögat.

Ninas pappa drev under en period tre restauranger i Halden, men efter att ha sålt ett pizzarecept till Norges största pizzakedja så fick han förbud att driva restaurang i Norge under tio år. Men Ninas far var inte van att ligga på soffloket utan i stället flyttade familjen till Strömstad och öppnade tillsammans med dottern restaurang Strömsån (dagens Relax red. anm). Där jobbade de hårt under några år tillsammans med Ninas sambo Jocke, pappa till hennes tre barn. Tre barn som alla själva älskar att dansa... ja och äta Ninas mat då.

Så mycket tid för matlagning blir det dock inte med det hektiska schema Nina har. Ett och annat storkök på söndagar blir det förstås. Somrarna tillbringas på

Koster där hon lagar mat i bästa vännens restaurang Strandkanten på Nordkoster. Att efter en hektisk termin på Kulturskolan unna sig ett långt sommarlov ligger nära till hands, men att ligga i hängmattan är inget för Nina. Istället tränar hon taido och stickar, gärna svåra mönster.

Om jag stannar upp så blir min kropp stel, det har slitit på den att dansa så mycket under åren. Så jag måste vara i rörelse och jag älskar att stå i köket, så det passar bra!

Att jobba och hjälpa till på vännens restaurang ser hon heller inte riktigt som jobb. Det är chans för hela hennes familj att vara samlad då hennes föräldrar sedan länge är bosatta på Koster.

– Det blir kvalitetstid med barnen. De är stora nu och vi jobbar alla tillsammans.

#### Utbildad dansare

Nina själv har en lång utbildning i dans bakom sig, bland annat inom balett. När hon var ung så var drömmen att själv stå på scen och arbeta professionellt som dansare. Men genom åren har hon mer ►



Nina har dansat i en rad olika konstellationer. Här ser ni henne med Lina Hård, Jessica Wellington Hallström och Nina Hammarklev.

och mer känt att hon hellre vill lära ut än att själv stå i rampljuset. Att vara professionell dansare är oerhört slitsamt och otryggt.

– Du stannar aldrig i en dansgrupp mer än ett år, du måste hela tiden gå på auditions för nya uppdrag och du pensionerar dig vid 37 års ålder, så om jag vore proffsdansare skulle jag vara pensionär nu, berättar Nina.

Det händer att hon stöter på uppfattningen om att hon och övriga pedagoger på kulturskolan arbetar ideellt som i vilken förening som helst, men Nina framhäver betydelsen av en professionell kulturskola.

– Många unga som kommer tillbaka till Strömstad efter några år på annan ort berättar att de har sina finaste minnen just från Kulturskolan. De minns hur det luktade och kändes när de stod på scenen inför all publik. Det ger upplevelser för livet och kan påverka ungas vägval. Nina är stolt över alla de elever från Strömstad som gått vidare till professionella dansutbildningar i Lund, Göteborg och till Balettkademin, några till och med till prestigefyllda utbildningar i London.

#### Konst att förnya sig

Hur hittar man då inspiration att förnya sig, skapa ny koreografi och underlag till

spännande danser och föreställningar år efter år? Hon erkänner att hon spenderar en del tid i sitt utbad för att varva ner och få kroppen att slappna av efter att ha jobbat sena kvällar.

– Det är klart att man kan tappa gnistan ibland. Det är heller inte så att inspirationen kommer på beställning en tisdag klockan 13.00 när jag har planeringstid, utan den kan komma precis när som helst, när jag hör en viss låt eller är på havet.

### “Många unga som kommer tillbaka till Strömstad efter några år på annan ort berättar att de har sina finaste minnen just från Kulturskolan.”

Nina har under de senaste åren upptäckt dansstilen dancehall, bland annat under en resa till Jamaica. Hon älskar att utmana sig genom nya dansstilar och steg.

Förutom att undervisa i dans så tycker hon om att sticka, pyssla och sy och hon har genom åren tillsammans med

de andra danslärarna skapat mängder av scenkläder. Att jobba som pedagog på Kulturskolan är lite som att vara uppfinnar-Jocke, vaktmästare och psykolog i ett. Går en klänning sönder under föreställningen så lagar man den med det man har i väskan, behöver tunga dansmattor flyttas så löser man det, och eftersom de följer många av barnen under stora delar av deras uppväxt så lär de känna ungdomarna och skapar ett förtroende.

– Dans är väldigt emotionellt och när du är ung har du mycket känslor som ofta kommer ut på dansgolvet. Vissa av eleverna möter vi flera gånger i veckan och vi vet om det går igenom något jobbigt. Är det så att de ringer mig och behöver prata även utanför lektionstid så finns jag självklart där.

Klockan slår snart 14.00 då dagens första elever droppar in direkt efter skolan för en danslektion. Nina reser sig.

– Att vara danslärare gör man för barnen och för den gemenskap dansen skapar, för att få se och uppleva glädjen och lyckan i deras ögon. Det är allt, säger hon och välkomnar dagens första dansklass. ■



#### Strömstads Kulturskola:

Strömstad kulturskola erbjuder förutom dansundervisningen även kurser i musik, sång och bild & form för barn från sex år samt vuxna. Se hela kurskatalogen här: [www.studyalong.se/stromstad](http://www.studyalong.se/stromstad)



**16 FREDLIGA OCH INKLUDERANDE SAMHÄLLEN**



## Tackar -för din medverkan!

Under november månad genomfördes en trygghetsundersökning och medborgardialoger i Strömstads kommun med syfte att stärka det trygghetsskapande arbetet i kommunen. 232 svarade på undersökningen, vilket utgör ett bra underlag i polisens och kommunens fortsatta arbete. Invånare hade bland annat synpunkter kring dålig belysning i Strömsdalen, gångbanan mellan Circle K och gymnasiet samt gångbanan runt Laholmen. Det efterfrågas mer åtgärder i skolan samt att polisen ska vara mer synlig och fotpatrullera oftare.

Resultatet utgör ett viktigt underlag i Strömstads kommuns och polisens arbete med att ta fram nya medborgarlöften för åren 2023–2024. För att arbeta fram bra medborgarlöften, så behövs en problembild som stämmer med verkligheten, med engagemang från allmänheten. Strömstads kommun och polisen arbetar nu med att ta fram de nya löften.

Fokus för tidigare års löften har varit minst 50 trafikkontroller och minst 20 fotpatruller, insatser mot narkotikarelaterad problematik, stödda grann- och båtsamverkan i deras arbete att motverka inbrott/stöld. Det har även genomförts tillgänglighetsvandringar, översyn av belysning vid gång- och cykelvägar samt tagits fram en plan för våldsförebyggande arbete i samverkan med skola, socialtjänst, polis och fritid.

## FOKUS PÅ HILMA SVEDALS ALASKA

På vårt vackra Nord-Långö skapade den hemvändande guldgräverskan Hilma Svedahl under slutet av 1920-talet en stenträdgård inspirerad av sina år i Amerika. Till sammans med lokala murare och stenhuggare byggde hon på några få år upp ett sten- och blomsterparadis i miniatyr, bestående av paviljonger, bungalows, tempel, murar, torn och en överväldigande blomsterprakt. Stora mängder bohusgranit forslades från närliggande öar. Platsen är idag ett av våra mest populära besöksmål i Strömstad. Under slutet av 2022 lämnades en LEADER-ansökan in med syfte att utveckla det unika besöksmålet genom bland annat upprustning och marknadsföring. *LEADER står för lokalt ledd utveckling av sin bygd och är en metod där privat, ideell och offentlig sektor arbetar tillsammans för att bidra till lokal utveckling genom EU-medel.*

Läs mer: [www.leadersondrabohuslan.se](http://www.leadersondrabohuslan.se)



## VI TAR HAND OM DITT MATAVFALL

Nu börjar vi med matavfallsinsamling i hela Strömstad. Under februari börjar kärl för matavfall köras ut till abonnenter, inklusive påshållare och påsar. Även flerbostadshus kommer att få separata kärl för matavfall. Du som har ett abonnemang som omfattar kompost får inte automatiskt ett kärl för matavfall, utan fortsätter sortera ut hushållets matavfall i din hemkompost (med undantag från abonnenter på öar utan fast landförbindelse som kommer att omfattas senare).

Mer information och frågor och svar kring matavfallsinsamlingen: [www.stromstad.se/matavfall](http://www.stromstad.se/matavfall).

## Självservice alla dagar!

Du vet väl att du kan göra många ansökningar, anmälningar och ta andra kontakter med kommunen närhelst det passar dig? Som att till exempel söka bygglov eller beställa kartor? Ansöka om färdtjänst/riksfärdtjänst eller göra en anmälan till båtplatskö och betala direkt. Du kan också ansöka om bidrag från olika fonder/stiftelser, begära ut en betygskopia eller ansöka om busskort/inackorderingsbidrag för dig själv eller ditt barn.

Vår digitala självservice kan du använda dygnet runt, veckans alla dagar. Om du inte upptäckt dem än, hittar du dem här: [etjanster.stromstad.se](http://etjanster.stromstad.se).

**Cirka 60%  
av alla  
förpackningar  
i Sverige  
återvinns.  
Bättre kan vi.  
Alla vinner på  
återvinning!**

En lyckad kväll! Strömstad in Light 2022 bjöd på intressant kunskap, kultur och ljus. Det serverades även god mat!  
Foto: Amanda Almén

# På återseende

Upptäck  
hemma

[vastsverige.com/stromstad](https://vastsverige.com/stromstad)

## Stort tack!

Till alla er som bidragit till magasinet Allihopa. Och tack till alla ni strömstadsbor och besökare som gör Strömstad till en fantastisk plats för oss allihopa!

## VILL DU LÄSA MER?

Surfa in på kommunens webbplats. Där finns både nyheter och viktig information. Du kan även kolla in tidigare nummer av Allihopa!

[www.stromstad.se](http://www.stromstad.se)

Strömstads kommun finns också på Facebook, Instagram och LinkedIn som ni gärna får både följa och gilla.

[@stromstadskommun](https://www.facebook.com/stromstadskommun)



## Tyck till!

Allihopa vill gärna veta vad du tycker och tänker om innehållet. Har du förslag på vad vi borde ta upp i kommande nummer, kontakta oss på [kommunikation@stromstad.se](mailto:kommunikation@stromstad.se)



# Varje kWh räknas!

**Just nu är energisituationen i Sverige och Europa kraftigt ansträngd. Prisnivåerna på el är höga och kan stiga ännu mer. Det finns också risk att elen inte räcker för vissa timmar i vinter. Vi kan tillsammans förbättra situationen genom att minska elanvändningen – hemma och på jobbet!**

## BELYSNING

Byt om möjligt ut mot lågenergibelysning.  
Säkerställ att belysningen inte används när den inte behövs, till exempel i lediga konferensrum.  
Kontrollera att släckta lysrör inte är trasiga. Det kan hända att drivdon drar energi även om inte lysröret lyser.  
Upprätta rutiner för att släcka all belysning (nödbelysning undantagen) när lokalen är obemannad.

## BETEENDE

Skapa möjlighet att undvika den elektriska handtorken på jobbet.  
Skölj inte disken innan den ska in i diskmaskinen.  
Gör det möjligt för medarbetarna att stå upp och arbeta. Stående arbete kräver lägre inomhustemperatur än sittande.  
Sista medarbetaren som går hem för dagen tar ett varv för att se över eventuell påslagen belysning eller apparater som kan stängas av.

## APPARATER

Se till att kontorsutrustning (kopiatorer, skrivare, scanner) går ner i energisparläge när de inte används.  
Se till att datorn går ner i viloläge när den inte används. Använd inte skärmläckare och stäng av externa skärmar när de inte används. Stäng av datorn när du går hem.  
Var uppmärksam på droppande vattenkranar.  
Kör inte igång diskmaskinen förrän den är full.

## HEMMA

Sänk värmen inomhus.  
Se till att du inte ställer möbler i vägen för elementen och termostaterna.  
Duscha kortare tid.  
Tvätta i fylld tvättmaskin och välj inte högre temperatur än nödvändigt.  
Häng kläderna för att torka stället för att använda torktumlare.

*Förbättra tillsammans!*

**[www.stromstad.se/sparael](http://www.stromstad.se/sparael) & [www.stromstadsbyggen.se/elspar](http://www.stromstadsbyggen.se/elspar)**

**strömstadsbyggen strömstadslokaler**



**STRÖMSTADS  
KOMMUN**

# Dela med dig av ditt Strömstad!



#haveticentrum #härvilljagleva #strömstadskommun



Allihopa

STRÖM  
STAD



STRÖMSTADS  
KOMMUN