Åkerbobladet

Östra Linköping med omnejd

Nr 3 – 2011
20 mars – 16 april
Årg 10. Upplaga 9.400

Stationshuset 585 64 Linghem
Tfn: 013-21 96 20 Fax: 013-21 96 91
E-post: info@akerbo.nu

Styrka Energi Sinnesro

Ashtanga Yoga

1050 kr
10 ggr

Nybörjarkurser

Startar i april.
Alla välkomna, inga förkunskaper krävs!

Hjulsbro · Linghem
Ringstorp

Även intensiv- och fortsättningskurser

www.jessiyoga.se

Jessica Lundqvist · info@jessiyoga.se

Johans vardag: hästar, maskiner och gräs - se sidan 27.

Informationsmöte om

Förslag till hastighetsplan

Vi kommer att berätta om förslaget till nya hastighetsgränser i Linghem, Tallboda, Ekängen, Askeby, Bankekind, Gistad, Ringstorp och Örtomta.

Dag: **Tisdagen den 12 april**
Tid: **Kl 19.00**
Plats: **Himnaskolans matsal**
Himnavägen145, Linghem

Vid mötet medverkar representanter från miljö- och samhällsbyggnadsförvaltningen.

Kom och tyck till om förslaget!

Mer information om förslaget finns på kommunens hemsida www.linkoping.se/hastighetsplan

Linköpings kommun

Åkerbo geografiska utskott

Vårbehandlings-paket

Nettan's
Hudvård Make Up Dofter Lounge Spa Konferens

Vårfräsch

DECLÉOR PARIS

PHYTOMER

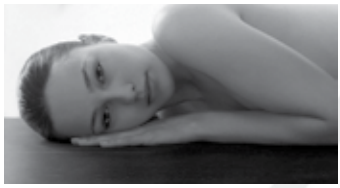
Låt oss ge Din hud en uppfräschning efter vinterns torrhet. Vi börjar med att skrubba hela din kropp för att få bort torr hud. Därefter masserar vi kroppen i lystergivande fuktcréme. Nu är det dags för Ditt ansikte. Vi peelar även här och masserar i en härlig fuktmask. Du går härifrån med en helt ny lyster.

Tid 75 min. **NU: 595:-** (värde 795:-)

Vårkänslor

Starta våren med en uppfräschning av Din hud! Vi börjar med lätt ryggmassage för att sedan ägna oss åt Ditt ansikte. Vi gör en komplett ansiktsbehandling där Din vintertrötta hud kommer att bli ett minne blott. Vi förstärker Dina drag med frans- och brynfärgning samt avslutar med en lätt makeup i vårens färger.

Tid 1 tim 45 min.
NU: 995:- (värde 1195:-)



Vårskriket

Detta är ett komplett paket som gör Dig redo inför ljusare tider. Vi börjar med att vaxa Dina ben (½ ben) och göra Dina fötter fina för sandalerna. Självklart ska även ansiktet tas om hand med en lätt ansiktsbehandling och färgning av fransar och bryn. Som avslutning lägger vi makeup i vårens härliga färger.

Tid 2 tim 45 min.
NU: 1595:- (värde 2200:-)

Flirtiga ögon

Förstärk Dina ögon med permanent ögonfransböjning som sitter över semestern (ca 2 mån). Vi färgar även Dina fransar och bryn samt avslutar med lite makeuptips inför sommaren.

Tid 1,5 tim. **NU: 995:-** (värde 1200:-)

Välkommen på 10-årsjubileum fred 25/3 och lörd 26/3!

Massor med fina produkt- och behandlingserbjudanden.

För mera info www.nettans.se

Nettans • Nygatan 37 B, Linköping • 013-16 38 02 • www.nettans.se

Friskvårds POOLEN

Vattengympa

DROP-IN vattengympa på onsdagar 11.00 - 12.00
Start vecka 3 - 26.

Gravidvattengympa DROP-IN
fredagar 08.00 - 09.00. Start vecka 3 - 26.

Boka ditt barnkalas, svensexa eller tjejkväll hos oss under våren.

Massage-erbjudande 45 min massage för 300:-
Boka idag! Gäller bokningar under mars.
Medtag denna annons vid behandling.

"Gilla" Friskvårdspoolen på Facebook och var med i tävlingen om presentkort på massage eller i shopen m.m.

Titta in på vår hemsida *www.friskvardspoolen.com*

013-10 59 03
info@friskvardspoolen.com

Vi har ca 40 vattengympapass varje vecka, v. 3 - 17.
Välkommen med din anmälan till Korpen 013-342 00 70.

Babysim Minisim Simskola

Våra grupper är i full gång, men v. 12 startar vi grupper med barn under 2 år. Välkomna med anmälan.

Vi öppnar vår anmälan till sommarsimskola v. 20-26 och lägersimskola v. 25, 26, 27.
Först till kvarn ... Under lägret badar vi i uppvärmd bassäng två gånger varje dag och hittar på utflykter m.m.

"Gilla" Simsalabim/Friskvårdspoolen på Facebook och var med i tävlingen om presentkort på massage och kursavgift m.m.

Anmälan: 013-10 21 00
simsalabim@babysimmet.se
www.babysimmet.se

Babysimmet&Simskolan SIMSALABIM

Vallavägen 10, 582 15 Linköping

Välkommen på kalas!

VI FIRAR 1 ÅR!

Kom och fira det med oss.
Överraskningar och fina erbjudanden väntar på dig.

Vår födelsedag är den 29 mars.

Varmt välkommen!
Mats & Marie med personal

ICA nära Brasken

www.ica.se/brasken

Vi reserverar oss för ev. ändringar.

Premium Quality Angus Beef
Bergs Gård
www.bergsgard.eu

KÖTTLÅDOR

**med kött från Angus.
Ekologiskt uppfödda,
enbart på gräs.**

Levereras benfritt, styckat samt med malet kött, ca 25-30 kg/låda.

**Ring i god tid och beställ!
073-066 45 59**

Antikboden Bergs gård

17-, 18- och 1900-tal

Antikt & kuriosa

Noga utvalt sortiment av
Möbler • Porslin
Glas • Nysilver & silver
Tenn • Ljus & servetter
Presentartiklar m.m.

ÖPPET:
Alla dagar från kl. 11:00

Vägbeskrivning: Från Finspång väg 51 mot Örebro. Ta av vid Missionskyrkan i Sonstorp och kör mot Klintorp i 3 km. Skyltat från väg 51.

www.bergsgard.eu • 073-066 45 59 • lena.r@live.se • www.antikboden.eu

Åtvidabergs Mur- & Byggservice

Kakelugnsarbete
Skorstensarbete
Mur - Puts - Kakel
Betongarbeten m.m.

Murare Kjell Åsroth
Tel. 070 - 625 40 33

Enligt gammal tradition ...

Fortsätt året
i mars och april med att
beskära träden
samt kalka och
göda gräsmattan.

G.T.'s Trädgårdstjänst
070-160 06 17

RENSNING OCH BETNING
av utsäde utföres

Kumla Kvarn AB
Ring 013-731 96
Tfntid: kväll eller morgon
kl. 7.00-8.00

Bergdala, Gistad • 585 63 Linghem

Göran Karlssons VVS & El

Där vatten och el förenas!

Bra pris på varmvattenberedare inkl. installation.

Göran: **0708-434 838**
Gustav: **0733-722 539**

Lyckebo Ö. Skrukeby • 585 61 Linghem
Tel. bostad: 013-720 77

Utöver städning o. dyl. kan vi också hjälpa dig med

- Gardiner (sy, fålla, sätta upp)
- Platt- och stensättning
- Trädgårds**design**
- Trädfällning
- Trädbeskärning
- Transporter (BE- & CE-kort)

Pris: 300 kr/tim, inkl. moms
(Gäller hushållsnära tjänster.)

Ombud för oriflame

Referenser finnes.

Marlenes Alltjänst
Vi fångar era behov.

Hushållsnära tjänster m.m.

Marlene Andersson
info@marlenesalltjanst.se
0703-53 10 96
www.marlenesalltjanst.se

Stall Hovetorp

Johan Franzén
Vårdsberg Hovetorp 1
585 92 Linköping
070-786 01 12
johan@stallhovetorp.se
www.stallhovetorp.se

Foder - Stall - Entreprenad

- ***Grovfoder** för häst*
- ***Stallplatser** för uthyrning*
- ***Bredbandsgrävning***
- ***Sandupptagning***
- ***Gräsklippning***

Hjulsbro Allservice

Allt inom bygg, mark, trädgård och anläggning samt plåtslageri.

Går Ni i
Bygg- eller renoveringstankar?

Plattsättningar
som bokas före sista april 2011
15% rabatt
på materialkostnaden!

Kontakta oss!
Kvalitet som varar. Kostnadsfria offerter.

Kontaktperson
Christopher Isaksson
Månestad, Lindsberg
585 93 Linköping
Tel: 013-16 32 71
Mob: 0708-67 85 63
www.hjulsbroallservice.com
Innehar F-skatt

Jernbergs Bilservice

Service & reparationer

Oljebehandling

Tel. **013-27 07 43** • Rydsättersvägen, Malmskogen, Tallboda

TAKARBETEN MED HÖG KVALITE!

Byggnadsplåtslagerier - Reparationer - Takläggning - Papp- och Tegeltak - Försäljning - Takmålning - Taksäkerhet m.m.

BROKINDS PLÅTSLAGERI LINKÖPING

Kontakta oss, det lönar sig! Tfn: 013-39 73 20
Verkstad: Långängsv. 6, Malmskogen, 582 72 Linköping
Mobiltfn: 0708-39 73 20 • Tfn: 013-39 73 20 • Fax: 013-39 73 42
E-post: rengenvik@telia.com • **www.brokindsplatslageri.nu**

Enfärgade
ÖLJETT-GARDINER

✦ **Kappor**, 40 x 200 cm
99:-/st

✦ **Längder**, 120 x 230 cm
119:-/st

Finns i flera färger

✦ **Panelgardiner**
från **50:-**/paret

MIA'S HANTVERK

Johannelunds Centrum, Linköping • 013-13 57 04 • Vard 11-18, Lörd 10-14 • www.miashantverk.com

Fynda
på Linköpings nyetablerade och största
second hand

I vår butik finns något som passar alla.
Vi har ett brett, fräscht sortiment där vi
får in nya varor varje dag.

Här finns det mesta, utom höga priser!

10 % rabatt för studenter.

HJÄLPVERKSAMHETEN

ÅTERVINNINGEN
Motala Linköping

Tel. 013-376777
www.atervinningen.se

Molijns väg 15
Hackefors, Linköping
Öppet: Vard. 10-18 • Lörd. 10-14

Häst, hund, katt & fritid

Välkommen till oss!

Våra hundfoder

Vi utökar fodersortimentet – nu har vi följande varumärken i butiken!

BRAVO HUNDFODER

Eukanuba

NORDIC hundfoder

SUPER PREMIUM NUTRA Gold HOLISTIC FORMULAS

SUPER PREMIUM NUTRA NUGGETS MADE FOR LIFE

PURINA PRO PLAN

ROYAL CANIN

STANDARDIZED PRODUCTS Sp

Taste of the Wild

VOM OG HUNDEMAT

Djur & Uteliv är en personlig butik med allt som rör hund, fritid och hästhållning. För oss är service och ett personligt bemötande det viktigaste av allt!

Vi utökar vårt sortiment i butiken och vi får ständigt in nya artiklar inom alla områden!

Vi bjuder alltid på en kopp kaffe eller te när du kommer till oss – välkommen!

Hundgodis 2 kg

Ord Pris: 59:-/fp

39:-/fp

Max 2 st/hushåll.
Klipp ut talongen och ta med till butiken.
Erbjudandet gäller t o m 2 april 2011.

Djur & Uteliv™

Gillbergagatan 25 (Tornby), 582 73 Linköping
Öppettider: Vardagar 10–18, Lördag 10–15

www.djurouteliv.se • 013-12 82 22

thormans

mark & anläggning

Vi ökar värdet på Er bostad

- Dränering
- Avloppsanläggningar
- Sten- och plattsättningar
- Kabelgrävning
- Trädgård (design och genomförande)

Kontakta oss för prisuppgift

Glenn Thorman 070 - 699 75 60

glenn@thormans.se

En del av Thormans Entreprenad AB

www.thormans.se

Lanthem

Klassisk & lantlig textil

-- GÅRDSBUTIKEN --

Fröö gård, Lillkyrka • 585 63 Linghem

Hos Lanthem hittar ni

Klassiska tyger:
1700-talsinspirerade rutor & ränder, linne, blommigt ...
Gripsholmsrutor till gardin och möbler.
Stolsöverdrag, rutiga och randiga med volang.
Kuddar, löpare, handdukar, presenter ...
Gardinsömnad
Omklädning av lösa stolsitsar, nubbade/häftade.

Lilla Orangeriet erbjuder (fr.o.m. v. 13)

Penséer i olika färger
Björkris/påskris
Vårkransar

Nyhet!
Lanthem kommer nu att sälja blommor och växter som hör årstiden till.
I samarbete med Jogestorps Handelsträdgård.

Öppettider:
Lörd - Sönd 11-15
Onsd - Fred 12-18 (fr.o.m. v. 13)

Telefon
0733 - 160 150

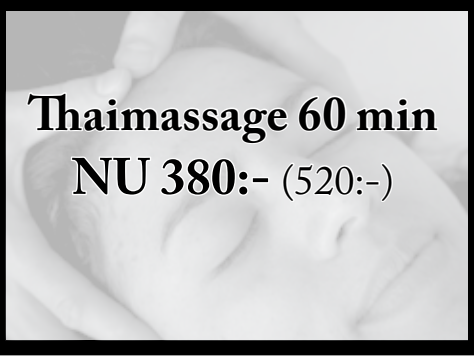
www.lanthem.se
info@lanthem.se

Vägbeskrivning: Gamla E:4an mellan Norsholm och Gistad, avfart Lillkyrka.

Nya behandlingar!

HANAKASUMI
75 min NU 650:-

TRIBAL BODYCARE
75 min NU 650:-



Thaimassage 60 min
NU 380:- (520:-)

HG
HälsoGalleriet®

Tel: 013-13 10 25
Ågatan 25 1 tr • 582 22 Linköping
www.halsogalleriet.se

BYT TILL sommardäck och LAGRA vinterdäcken hos oss.

350 kr per säsong.

Continental

HANKOOK DÄCK

MICHELIN

DÄCKPRISER

185/65-15T	
Hankook	**860:-**
Continental	**990:-**
Michelin	**990:-**
205/55-16V	
Continental	**1150:-**
Hankook	**995:-**
Michelin	**1200:-**

Vi är återförsäljare för Svenska Fälg. Hos oss finns olika fälgprover. Prova dem på din bilmodell på *www.svenskafalg.se/fälgstudion.aspx*

Svenska Fälg

35:ans DÄCK & SERVICE

Däck och fälgar med bra kvalitet till rätt pris

Öppettider:
Må-Fr 10-18 • Helg 10-15

Bankekind • 585 93 Linköping • 013-533 90
www.hogloftet.se • info.hogloftet@telia.com

Planera in Långfredagen den 22 april med ett besök hos Högloftet.

Vi kommer att ha en

STOR VISNINGSDAG

där du kan få råd om våra olika produkter.

Det kommer bl.a. att finnas utställningar samt demonstrationer från olika leverantörer.

Försäljning av fika, korv och öl i vårt öltält.

Håll utkik efter fullständigt program i nästa Åkerboblad.

Planteringsjord
4 x 50 liter ***100:-***

Naturgödsel, täckbark, dressjord och barkmull.

NATURSTEN OCH BETONGPRODUKTER

från Flisby® och Benders

JORD & GRUS
i lösvikt och säck

Här finns

STENMJÖL
för dina plattor

LEKSAND
till sandlådan

BÄRLAGER
till din grund

Hämta själv eller få hemkört med tippbil.

Högloftet Företagcentrum AB

MYS HOS KAPTEN BILLE´S

Efter promenaden vid kanalen, kom och njut på vår terrass!

Kom in och prova vår smakliga
Påsktallrik (fr.o.m. fred. 22/4)
99:-

Helgspecial i april
Grillad entrecote med pepparsås och klyftpotatis
129:-

Våffla med varm dryck **39:-**

Tfn: 011 - 545 50
ÖPPET: Onsdag - Torsdag 10 - 21
Fredag - Lördag 10 - 22 • Söndagar 11-18

Kapten Bille´s Café & STF Vandrarhem • Slussvägen
Gamla hamnmagasinet • 610 21 Norsholm

Taktil Stimulering

En sinnesträning och en lättare beröring av huden som ger en djup avslappning för både kropp och själ.

Kom och prova!

Utbildningar under hösten 2011.
Se hemsidan för mera info.

SINNESKÄLLAN
Inger Lindell. Taktilterapeut och lärare i metoden.
013-17 33 18 • 070-287 45 89 • www.sinneskallan.se
Medlem i Kroppsterapeuternas Yrkesförbund

Lång SKJORTA ***345:-***
KOFTA
Grön eller natur ***490:-***
JEANSBYXOR
flera färger, från ***345:-***
JEANSKJOL
blå med brodyr ***345:-***

Fria ändringar • Fri Parkering

MODEVISNING: Mariagården, Johannelund 26/4, kl. 15.00

Berntine
013–137480

Vard 11-18 • Lörd 10-14
Johannelunds Centrum, Linköping

LivsKompetens Öst
www.livskompetensost.se

Vi erbjuder utbildningar och kurser för jaget, laget och företaget.
Vår kompetens - din hälsa

LivsKompetens Öst • Gunilla L-Svensson
HLR-instruktör, alla nivåer • Leg. sjuksköterska • Mental coach
Stress- och samtalspedagog
gunilla@livskompetensost.se • Mobil nr: 0704 - 857 423

Dekorationsverkstan
PYSSEL & DECOUPAGE

Prova på decoupage
15/3, 14/4, 19/4, 26/4, 3/5, 10/5, 17/5, 19/5, 24/5, 26/5
Tid: 18.30. *Cirka 3 tim.*
Kostnad 250:-/pers o. tillfälle inkl. material och fika.

Långkurser decoupage
KURS 1: **13 - 20 - 27/4. •** ***KURS 2:*** **4 - 11 - 18/5.** *3 x 3 tim.*
Tid: 18.30 • Kostnad 675:-/person o. kurs inkl. material o fika.

Boka på telefon 0768-966 132
eller mail info@dekorationsverkstan.se

Butiken öppen: Mån - Fre 12-18 • Lör 10-14
www.dekorationsverkstan.se

Gamla Tanneforsvägen 44, 582 54 Linköping

Vårinspiration!

Modekläder från Friendtex, GreenHouse,
Capri Collection & Ze-Ze concept

Varmt Välkomna!

Öppettider i butiken:
Vardagar 11.00 - 14.00
Månd/Tisd/Fred 16.00 - 18.00
För veckans extratider se hemsidan!

Kom förbi och prova i lugn och ro!
Personlig service.
Storlekar från XS - 4XL

ME Studio Mariette

Modekläder – Skor – Smycken - ME hudvård – Färganalys - Makeup

Ordnar tjejkvällar!
I min butik eller hos dig.

Mariette Eskilson, Dipl. Färgkonsult, 0705 - 157870
www.MEStudioMariette.vpsite.se
Butik: Eklundsgatan 1 (Majelden), Linköping

Hör av dig om du vil ha klädkatalog!

Bli medlem i Röda Korset

Ditt medlemskap är ett enkelt sätt att hjälpa.
För bara 200 kronor stöder Du Röda Korset i ett helt år.
Pg nr 483 84 51-5.

RödaKorset
Ring 013-707 82 Jerlock, Åkerbokretsen

FAMILJERÅDGIVNING
Urban & Kristina Åslund
Storgatan 33, Linköping
Tfn: 013 - 465 52 02
www.familjerelationer.se

FAMILJERELATIONER

Vi arbetar inte med någon färdig modell. Vi har stor lyhördhet för vilken väg den enskilde eller paret vill gå. Tillsammans skräddarsyr vi en behandling som är lösningsfokuserad och målinriktad.
Välkomna till oss.

Gymmet med det STORA hjärtat!

FriskusHälsan

Massage
Samtals-coaching
Fysisk aktivitet på recept
Vikt-fett-vätske-kontroll 10 ggr 350:-

PIGG I VÅR!
PASSA PÅ NU!
Den 1 april höjer vi våra priser.

Friskushälsan passar dig som
- *vill ha lite x:a hjälp i en lugn miljö*
- *vill kunna träna mellan 04.00 - 24.00*

HÄLSA
SeniorTräning

Vi finns på Bangårdsgatan 6a, Linköping • Tel. 013-10 10 76
Se hela utbudet på www.friskushalsan.se • e-post: info@friskushalsan.se

Modebutiken

Wivis Butik

Hägerhällsvägen 12 (torpet)
TALLBODA, LINKÖPING

ÖPPET:
Måndagar 16-20
Lörd - sönd (jämna veckor) 10-16

EXTRAÖPPET:
Fredagen den 25 mars 13-16
med besök av Lia från Fransa Kids som visar vårens och sommarens mode för de yngre (st 92-140). Present till alla barn.

Passa på att boka en väninnekväll.
Långärmad T-shirt till dig som är värdinna.

Välkommen till den lilla modebutiken med bra service! Hälsar Wivi-Ann.

Tel. 0704-33 56 87

Våga visa
DINA FÖTTER
i vår!

Boka fotvård på Hälsohuset!
Ange "vårfinafötter" vid bokning och du **får ett badsalt från Gehwol på köpet.**
(Gäller t.o.m. 31/5.)

Varmt välkommen
önskar Marina!

Hälsohuset

Platensgatan 3 • 582 20 Linköping
Tel. 013-12 03 60
www.halsohusetlkpg.se

Loppmarknad

Johanneskyrkan i Åtvidaberg
1 - 2 april

Fredag 1/4
kl. 11.00 - 18.00
Lördag 2/4
kl. 10.00 - 13.00

Samtidigt med loppisen säljer vi också vårt färska hembakade bröd.

Lunch- och kaffeservering.

Alla varmt välkomna!

PS. Ring 0707-125 335 eller 0120-149 80 om du vill ha mer information.

Johanneskyrkan, Douglasvägen 36
Åtvidaberg

LSK Gymnastiken

NYHET!
Vi utökar med ytterligare ett pass för gamla och nya medlemmar.

LATIN MOVES

Tisdag	**29/3**	**kl 20 - 21**	**Linghemsskolan**
Torsdag	**7/4**	**kl 20 - 21**	**Åkerbogården**
Torsdag	**14/4**	**kl 20 - 21**	**Åkerbogården**
Tisdag	**26/4**	**kl 20 - 21**	**Linghemsskolan**
Tisdag	**3/5**	**kl 20 - 21**	**Linghemsskolan**
Tisdag	**10/5**	**kl 20 - 21**	**Linghemsskolan**

Gymnastikens utbud finns på hemsidan ***www.lskgymnastik.se***

Börjar du träna fr.o.m. 14/3, på något eller flera av våra pass, betalar du halv avgift, 200 kr. Terminen håller på t.o.m. vecka 19.

Vårhälsningar från styrelsen för LSK Gymnastik

Välkommen

på följande samlingar i Ekängsskolans matsal!

- **Sönd 3 april kl 16.00**
  GUDSTJÄNST
  "Jesus bemöter inte alla lika"
  Jonas Eveborn m fl, sång, fika.

- **Tisd 12 april kl 18.30**
  HANTVERKSKVÄLL då en florist inspirerar oss när vi gör en bordsdekoration inför påsken.
  Kostnad: 150 kr för material o fika.
  Anmälan senast sönd 10/4.

- **Onsd 13 april kl 18.30 – 20.00**
  SMÖRGÅSBUFFÉ
  med föredrag om Gudsbilder.
  Johannes Söderberg.
  Kostnad: 50 kr för föredrag och buffén.
  Gärna anmälan 12/4.

Anmälan till 12:e och 13:e april till
Christina Törnberg, 0700-90 96 59 eller
christina.tornberg@linkoping.missionskyrkan.se

Arrangeras av:
Svenska Missionskyrkan i Ekängen samt Bilda

ÅKERBO FRIKYRKOFÖRSAMLING

Evangeliska Frikyrkan

Mars

20	Söndag	10.00	**Gudstjänst** i Salem, Rystad. Stefan Axelsson Avtackning Stefan, kaffe
22	Tisdag	18.30	**UK-scout** i Högliden, Bankekind
25	Fredag	19.00	**Tonår** åker till Verkstan
27	Söndag	16.00	**Familjegudstjänst** i Kapellet, Vårdsberg UK-ledarna, kaffe
28	Måndag	19.00	**Bön** hos Birgit Stadsberg
29	Tisdag	18.00	**UK-scout & Tonår** i Högliden

April

2	Lördag	15.00	**Bibelstudium** i Salem. Rolf Nordström
		18.00	**Åkerbosångarna** övar i Kapellet
3	Söndag	10.00	**Gudstjänst** i Salem. Rolf Nordström, lunch
5	Tisdag	18.30	**UK-scout** i Högliden
8	Fredag	19.00	**Start bönehelg** i Kapellet
10	Söndag	10.00	**Bön- och lovsångsgudstjänst** i Kapellet, kaffe
12	Tisdag	18.30	**UK-scout** i Högliden
13	Onsdag	19.00	**Bibelsamtal och bön** i Salem
15	Fredag	19.00	**Tonår** i Högliden

Åkerbo Frikyrkoförsamling
013-39 71 02 (pastorsexp.)
info@akerbofrikyrkoforsamling.se • www.akerbofrikyrkoforsamling.se

GLASÖGON?

Nu finns vårens nyheter i butiken!

- ***GLASÖGON för golfspel***
- ***SOLGLASÖGON med styrka***

TANNEFORS OPTIK
Ewa Wallgren
Leg. optiker

Bra parkering!

Nya Tanneforsv 70 • Tel. 013-12 16 90 • www.tanneforsoptik.se
Öppet: Må-Fr 9:30-18 • Lunch 13-14 • Lö Stängt

HEMBYGDSTRÄFF

i Törnevalla församlingshem

4 april, kl. 19.00
Tema "Östgötska gästgivaregårdar".
Föredrag av författaren Kaj Kjellström,
som skrivit boken med samma titel som temat.
Arr. Hembygdsföreningen. Ta med fika!

SECOND HAND

Köp & Sälj

Barnkläder & Barnprylar
Törnevalla församlingshem
Lördag 2 april, kl. 10-15
Frågor om inlämning och övrigt
Ring Pia 070-320 69 72

Välkommen till
LINKÖPINGS MOTORSTADION
Möjligheternas Arena

Linköpings Motorstadion
Linköpings Trafikövningsplats

Linköpings Motorstadion drivs av Linköpings Motorsällskap (LMS).

Under år 2011 utbildar, fortbildar och tränar vi

Måndag - söndag, dagtid och kvällar, genomförs utbildning eller körning på Trafikövningsplatsen med trafikskolor, polisen, företag, organisationer, bussbolag, åkerier, taxi m.m.

Trafiksäkerhetsdagar med gymnasieelever/avgångsklasser på fordonslinjen genomför vi 7-8 april tillsammans med Länsförsäkringar, TYA, Åkeriförbundet, TUC, Polisen och Gymnasieskolan.

Trafikverket genomför körkortsprov för motorcykelkörkort, personbil med släp samt alla andra tunga fordon.

På stora racingbanan genomförs fortbildning och säkerhetsutbildning med motorcyklar och bilar.

Polisen har utryckningsförarkurser och mc-avrostning.

LMS är en stor motorklubb med 10 sektioner:

Fordon på två hjul
Motocross
Roadracing
Speedway
Trial
Enduro

Fordon på fyra hjul
Rally
Karting
Miniracing
Folkrace
Banracing

LMS bygger på framtiden och satsar mycket på ungdomsutbildning.

LMS genomför träningar
måndag - torsdag kl 17.00 - 20.00
samt lördag - söndag kl 09.00 - 13.00.

Kontakta LMS
Tel: 013-36 26 90
Mail: lms@lms.se

Leif Nilsson, Stadionchef

www.lms.se

TÄVLINGSKALENDER 2011	
APRIL	
1-2	Träningsläger motocross
28	Utbildning roadracing
MAJ	
1	Rallytävling, Sviestadsträffen
7-8	Karting. MKR-tävling
10	Klubbmästerskap motocross (ungdom). Roadracing, kväll
11	Klubbmästerskap motocross, (MX2U, MX2, MX Open Motion), kväll
14	Banracing. Mellansvenska långloppscupen
15	MC-dag. Gratis MC-avrostning för allmänheten. SMC-polisen medverkar
29	Motocrosstävling
JUNI	
2	Enduro. Jordsprätteträffen
4	Banracing. Mellansvenska långloppscupen
17-19	SM i roadracing
21	Klubbmästerskap motocross (ungdom)
22	Klubbmästerskap motocross (MX2U, MX2, MX Open Motion)
JULI	
8-10	Enduro. Stångebroslaget. Plats: Prästtomta
AUGUSTI	
5-7	46-årsracet. Classic Racing. (Veteran)motocross, roadracing, trial, rundbana
13-14	Rookieracet - roadracing
23	Klubbmästerskap motocross (ungdom), kväll
24	Klubbmästerskap motocross (MX2U, MX2, MX Open Motion), kväll
SEPTEMBER	
4	Motocross. TV-crossen
6	Klubbmästerskap roadracing, kväll
10	Banracing. Mellansvenska långloppscupen
10	Enduro. Prästtomta-kåsan. Plats: Prästtomta
23-25	Supermoto - roadracing
OKTOBER	
1-2	Karting. Sverigecupen
22	Klubbmästerskap motocross. Tårtracet

Tottes BilserviceAB

Vi servar och reparerar ALLA BILMÄRKEN

med bibehållen garanti.

Försäljning, montering och förvaring av **däck.**

Dela upp betalningen med MECA-kortet, räntefritt 1 år.

Lånebil.

Tottes Bilservice AB
Hästhovsvägen 1
Linghem (mittemot silon)
Tel 013-708 60

Öppettider
Mån-Tor 7.00 - 17.30
Fredag 7.00 - 13.00

www.tottesbilservice.se

MECA CAR SERVICE
DIN BILVERKSTAD

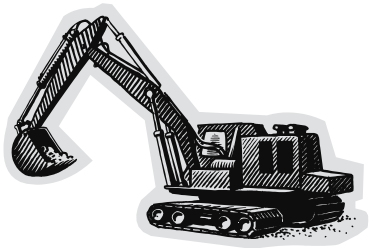
www.meca.se

Är du trött på
STUBBARNA
i trädgården?

SPECIALITET
STUBBORTTAGNING!

JAG UTFÖR ÄVEN:
- Trädfällning på din tomt
- Beskärning av stora träd (med skylift)
- Borttransport av ris
- Byte av flaggstångslinor (med skylift)

Daniel Gustafsson
D.A KONSULT
Stubborttagning
070 - 48 23 140
www.dakonsult.se



Hög tid att boka
DIKESRENSNING
Fasta meterpriser
14 m räckvidd

Horsab service AB
Tel 0702 - 14 16 21
Mail: horsab@gmail.com
Klas Bergkvist

Vill du spela hockey
i Skärblacka?

Skriv in dig för NÄSTA SÄSONG redan nu!
Gäller alla åldrar.

- **Våra ledare** är utbildade enligt Svenska Ishockeyförbundets tävlingsregler.
- Vi erbjuder dig mycket **förmånliga istider** på bestämda tider under hela säsongen.
- Hos oss har du en **låg avgift** för din träning och en **underbar social gemenskap.**
- Väljer du att delta som nybörjare har vi **skridskoskola.** TKH (Tre Kronors Hockeyskola) för dig som vill ha klubba och utrustning.
- Som spelare i TKH får du helt **kostnadsfritt låna**, under hela din första säsong hos oss, ett startpaket där allt ingår utom skridskor och hjälm.
- **På vårt annonstorg** kan du köpa begagnad utrustning till bra priser.

Intresserad?

Kontakta Ungdomsansvarig/Ordförande

Pia Andersson 073-848 61 81

Göran Åberg 0708-67 63 73

Varmt Välkommen till SKÄRBLACKA IF HOCKEY

www.skarblackahockey.se

SKÄRBLACKA IF HOCKEY

Vill du ha positiv energi?

Gör då som våra 13 000 villakunder redan gjort och byt till fjärrvärme.

Varför? Det är bekvämt, ekonomiskt och skonsamt för miljön. Här i Linghem används framförallt biobränsle för att producera fjärrvärmen.

Fråga gärna någon du känner om du vill veta mer. Chansen är stor att hon eller han redan är nöjd fjärrvärmekund. I Linköping t ex, har 9 av 10 hushåll fjärrvärme. Eller så ringer du fjärrvärmerådgivare Bengt Carlsson på telefon 013-20 82 91 eller Ulla Skogh på 013-20 90 31 så berättar de mera.

Kan du få fjärrvärme där du bor?
Vi satsar på fjärrvärme i Linghem och bygger ut nätet.
Kontakta oss för att undersöka just din situation.

www.tekniskaverken.se/positivenergi

TEKNISKA VERKEN
Din vardag – Vår drivkraft

Gå till botten med ditt hus!

Vi gräver, dränerar samt fuktisolerar till fasta löpmeterpriser

Vår specialité:
HUSDRÄNERINGAR

KUNSKAP • MODERN TEKNIK
VÄL UTFÖRT ARBETE
FASTA PRISER • GARANTI

Vi utför kompletta sten- och plattsättningsarbeten.

www.cnsgrav.se

CN:s Gräv AB

”Som gräver de´ mesta
åt de flesta”

Passa på att utnyttja
ROT-avdraget!
Dra av upp till 50.000 kr.

TRÄDGÅRDS-GESTALTNING
- från idé till planritning

Thomas Nilsson • Gökärtstigen 2 • 589 23 Linköping • Tfn: 013-154 453 • Mb: 070-378 97 21

Håkan Andersson

Bil & Motorsportservice

din ALLBILVERKSTAD

Serva eller reparera bilen?

Ring oss för kostnadsförslag.
Delbetala med AD-kortet.

Service & Reparationer • Diagnostik • AC-service
Hjulinställningar • Däckservice/Förvaring • Lånebil*
*Lånebil vid service/reparation, fast pris 200 kr/5 mil.

Håkan Andersson
Bil & Motorsportservice
Stommen, Gistad
585 63 Linghem

Håkan, Susanne, Daniel, Stellan
013-731 43
www.habms.se

BILVERKSTAD
mästare

ÖPPET
Mån-Tor 7-17 • Fre 7-14
Tidsbokning från kl 9.00

Jubileum på Nettans

Anette Hambalek hälsar välkommen till 10-årsjubiléet.

Nu i dagarna fyller Nettans hud- och skönhetssalong tio år. Det firas med erbjudanden och festligheter 25-26 mars.

Verksamheten, som började i liten skala på Brovillan i Hjulsbro, disponerar sedan september 2009 hela fyrahundra kvadratmeter högt upp på Nygatan, i hörnet mot Apotekaregatan.

– Vi slog ihop salongen på Snickaregatan och den på Brovillan, och då blev det så här, säger en mycket nöjd Nettan när hon visar runt i de fräscha lokalerna.

På gatuplanet finns en butik, en yta för olika aktiviteter och ett konferensrum som används flitigt. Här erbjuder salongen exempelvis möhippor och olika temakvällar som skräddarsys efter kundernas önskemål.

På nedervåningen ligger salongens relaxavdelning där kunderna i avskildhet kan koppla av från vardagsstressen med kurbad, bastu eller någon av de behandlingar som erbjuds.

– Vi har samlat två världar under samma tak; här kan du få action på gatuplanet och avkoppling på nedervåningen.

Jag tror det finns en salong i Stockholm med samma bredd men här är vi ensamma, ler Nettan.

Verksamheten som har expanderat starkt under sina tio första år har nu tolv anställda och dessutom två massörer som hyr in sig i ett rum.

Nettan är själv en riktig arbetsmyra som tar pappersarbetet med sig hem på kvällarna och skojar om att ifall man arbetar in lunchen så får dygnet 25 timmar. Kanske unnar hon sig själv en avkopplande behandling på salongens nedervåning då och då för att orka?

– Ja, men självklart, skrattar Nettan; tänk, jag har hållit på i skönhetsbranschen i tjugo år nu men har inte blivit en dag äldre!

Text och bild: *Titti Knutsson*

Fakta Nettans hud- och skönhetssalong
Adress: Nygatan 37B
Ägare: Anette Hambalek
Antal anställda: 12
Hemsida: www.nettans.se

Svenska FamilyAid

Bengt Nilsson

Alltid nära dig när det gäller det humanjuridiska.

Bouppteckningar
Testamente - Arvskifte
013-510 10
070-870 59 29
www.svenskafamilyaid.se

Stuteri Olympus

Uppfödning & Utbildning
Helg- och dagridläger
för barn och ungdomar
hela sommaren!
www.stuteriolympus.se
Ringstorp, Linköping • 0730-28 00 98

www.filipleo.se info@filipleo.se
FOTOGRAF
FILIP LEO
0733-196098
-Nu även skol- & förskolefoto-

Pensionärer

Ni som inte är PRO-medlemmar är välkomna att gratis besöka vårt månadsmöte i församlingsgården i Linghem den 25 mars kl 13.30 då Johan Birath underhåller med berättelser från sitt skrivande och sitt innehållsrika liv. Musikunderhållning. Anmälan till Gunborg 013-39 72 07 Välkomna! Styrelsen för PRO Åkerbo.

Resepresentkort köpes

Fritidsresor, Solresor, Apollo, Ving, Ticket eller Resia. Även kort datum. Ring: **0760-20 54 54**

Loppis, Förrådsrensning

5-22 april, kl. 12-18. Torp Skogslund Rystad, skyltat. Tel. 070- 225 45 09

Plåt- och rostskador
Lackförbättringar
Oljebehandling

BLÅSVÄDRET BILPLÅT specialisten

013-592 46
070-322 47 37

Blåsvädret, Linköping. Åtvidabergsv. 1 km efter Hackefors.

MÅNADENS JANNE

www.svenskapache.se

MAGASINET
Second Hand för missionen

Intill Linghems station

VÅRA ÖPPETTIDER FÖR INLÄMNING OCH FÖRSÄLJNING:
Onsdag 16 - 19 • Lördag 10 - 14
www.magasinetlinghem.se • 0702-98 10 30

SJUNDE SINNET av Torbjörn och Kristian Hägglund

Johans vardag: hästar, maskiner och gräs

Än finns det mycket prima hästfoder kvar i torken på Hovetorps gård.

Att driva en gård med lönsamhet idag handlar för de flesta om att hitta flera olika ben att vila verksamheten på. Så är det också för Johan Franzén som är femte generationens brukare på Hovetorps gård mellan Vårdsberg och Linghem.

– Det är ungefär 20% häst, 30% lantbruk och 50% maskinentreprenad, förklarar Johan när vi ses på gården en strålande vårvinterdag när solvärmen på allvar börjar hota snön som legat tung över tak och gärden.

– Snön har gett oss mycket jobb i vinter, berättar Johan, som driver sin entreprenadfirma i samarbete med fyra andra egna företagare och ett gäng timanställda.

– Hela november, december och januari så har vi nästan bara kört snö. Jag har haft elva förare och maskiner igång nästan hela tiden. Och nu ska vi snart börja sopa upp sanden igen; Stångåstaden ska ha det gjort mellan 15 mars och 15 april, oavsett hur vädret blir.

Foder till hästar kräver arbete

Gården Hovetorp, som har anor från 1700-talet, ligger vackert på en höjd omgiven av åkrar och hagar. I dagsläget omfattar gården 50 hektar egen odlingsmark, 10 hektar arrenderad mark och 15 hektar skog. På åkermarken odlas spannmål men också vall som är speciellt utvald för att bli bra hästfoder i form av hö och hösilage som säljs till privatpersoner, föreningar och ridskolor.

– Hästfoder kräver lite mer arbete för att få rätt kvalitet, berättar Johan; höet vänds några gånger extra och hösilaget slås in i fler lager plast än annars.

Vintern bjöd på mycket snö att flytta på.
Här är det parkeringen vid idrottsplatsen i Hjulsbro som friläggs.

Höet lagras sedan efter konstens alla regler i den moderna torken där luften trycks igenom höet underifrån och tar med sig fukten upp och ut.

Torken delar tak med maskinhallen i en byggnad som stod klar 2005 när entreprenadverksamheten hade utvecklats till en bärande del i företaget.

– I början var jag väldigt försiktig och köpte billiga, begagnade maskiner som jag lagade upp men när det visade sig att det fanns en hyfsat stabil efterfrågan så vågade jag investera i nytt. Maskinhallen är en del i den satsningen.

Hästar och får håller snyggt

På gården finns också sedan 1996 ett inackorderingsstall som numera har 16 boxar. Johan skulle själv kunna tänka sig att ha en arbetshäst att köra men han rider inte.

– Min syster hjälper till med stallet, hon är mer intresserad av ridsport. Och så har vi en ponny till tjejerna, förklarar Johan och syftar på sina tre döttrar.

Stallet bär sina egna kostnader men ger ingen vinst att tala om.

– Vi håller stallhyran nere mot att hästägarna sköter det mesta själva, berättar Johan och förklarar att ett annat syfte med stallet är att hålla betesmarkerna kring gården öppna.

– Jag hade får också ett tag, 130 tackor, som betade både här och på kommunens marker inne i stan och i Linghem, men dem sålde jag av när en annan brukare fick kontraktet med kommunen.

Arbete nära människor

Johan tvekade aldrig när det gällde sitt yrkesval och var tidigt beredd att ta över gården efter sin pappa men har också hunnit med att jobba nästan femton år som kyrkvaktmästare i Vårdsberg.

– Jag började direkt efter lantbruksgymnasiet, som jag gick på Vretaskolan. Jag var bara 18 år och så skulle jag plötsligt ta hand om en begravning. Jag hade ingen livserfarenhet alls. Det var tufft, väldigt tufft, men jag lärde mig och trivdes väldigt bra.

Johan beskriver hur nära människor han ofta kom; människor i glädje inför bröllop och barndop men också människor i stor sorg.

– Det är nog det bästa jag gjort. Så oerhört lärorikt. Jag har glädje av de erfarenheterna varje dag.

Johan Franzén

Johan tillsammans med några av hästägarna i stallet. Från vänster: Sofia Lago, Emelie Westerholm, Johan Franzén och Frida Loos.

Kanske var det också åren som kyrkvaktmästare som lärde Johan att ta vara på de små ögonblicken. Numera är han i alla fall helt övertygad om att lyckan finns i det lilla, nära livet där gränsen mellan arbete och fritid suddats ut.

– Jag har varit på Teneriffa och det var väl trevligt men jag är nog ingen utlandsresenär. Jag vill leva så här; bestämma själv över mina projekt och utveckla mina idéer.

Det har hänt att Johan tagit familjen med sig till Gotland, något som han gärna skulle göra igen, kanske med husvagnen som står parkerad ute på gårdsplanen.

– Men egentligen finns det inget som slår en solig höstmorgon i jaktskogen. Det är avkoppling för mig. Min bästa semester.

FAKTA
Namn: Johan Franzén
Ålder: 39
Bor: på släktgården Hovetorp utanför Vårdsberg
Familj: tre döttrar, sambon Agneta och hennes två döttrar
Intressen: familjen, jakt
Dold talang: att spela pajas, säger barnen …
Favoritplats i Åkerbo: jaktskogen
Hemsida: www.stallhovetorp.se

Text och bild: *Titti Knutsson*

I detta nr startar en ny artikelserie om hälsa. Det är Gunilla L-Svensson, sjuksköterska, stress- och samtalspedagog och mental tränare som delar med sig av sina kunskaper och erfarenheter.

Ta greppet om ditt liv!

Stressa mindre, motionera mer, ät näringsrikt, sova är viktigt, se till att få egentid! Råden och uppmaningarna är många! Det skrivs och pratas väldigt mycket om vår hälsa och ohälsa. Åkerbobladet är från och med nu inget undantag!

När du läser orden FRISK och LYCKA vad tänker du på då?

För flera läsare är sociologen Aaron Antonovsky bekant, jag vill gärna presentera hans sätt att tänka kring hälsa.

Det än idag vanligaste sättet att tänka kring hälsa, är att vi frågar oss: Vad är det som gör oss sjuka? A. Antonovsky vill att vi frågar oss: ***Vad är det som håller oss friska?*** Han kallar det för friskfaktorer.

VILKA ÄR DINA FRISKFAKTORER?

Många människor beskriver sina liv som det välkända ekorrhjulet, som bara snurrar fortare och fortare. De beskriver även svårigheten, med att sakta ner farten på ekorrhjulet. Vi kan tillskriva chefen, maken, hustrun, goda vännen, barnen, arbetsförmedlingen eller försäkringskassan makten, att om någon/några av dessa bara förstod dilemmat, så skulle livet vara mer drägligt och normalt i sitt tempo.

Vi kan ta hjälp av någon av de beskrivna, men till sist, när vi skalat i livets olika skikt, så står det EN person kvar. Den personen är: just det – du själv! Du är den enda som kan ta greppet om just ditt ekorrhjul och liv.

Det är väldigt lätt att skriva ord, men det kan givetvis kännas tungt och svårt att genomföra, för den det berör.

Läs gärna den första meningen i artikeln ännu en gång. Om du anser att du behöver förstärka och förbättra samtliga saker och börjar med allting samtidigt, så blir det väldigt mycket att tänka på och arbeta med!

Risken är också, att det blir för tungt och inom några veckor har de goda tankarna och planerna fallit platt till marken!

Med den kunskap och erfarenhet jag har, vill jag skriva:

- ***Ta små steg, bildligt talat.***
- ***Lägg ditt mål nära i tiden, så att du kan bekräfta och berömma dig själv!***

FRAMGÅNG FÖDER FRAMGÅNG!

Låt oss ta motionen som exempel. Välj en motionsform som känns lockande och som passar din plånbok. Vi väljer promenader. Härligt! Bra skor är viktigt.

Vi har inte motionerat tidigare, men nu ska vi börja! Hur många promenader/vecka är rimligt? Stopp, tänk efter noga! Vad är rimligt för DIG?

Hur långt tänker DU gå varje gång?

Skriv ner det och anslå lappen så att du ser den flera gånger varje dag.

Skriv även ner, en personlig och peppande uppmaning. Jag (artikelförfattaren) väljer:

JAG ÄR MOTIVERAD OCH KÄNNER MIG GLAD INFÖR PROMENADERNA.

De här uppmaningarna kallas även för affirmationer. De ska vara personliga, positiva, ärliga och med en portion vision! I början är det bra att ha en, högst två affirmationer samtidigt. Efter någon eller några veckor så byter vi affirmation.

När du känner dig tränad i att använda affirmationer, kan du ha flera stycken på gång samtidigt, som peppar dig för olika saker i livet.

Vårt mål blir att vi startar med promenaderna idag och fortsätter med den målbilden, till nästa nummer av Åkerbobladet utkommer.

Nu kommer det viktiga: när du klarat din målbild, är det mycket viktigt att berömma och uppmuntra dig själv!

Exempel på uppmuntran kan vara: ställ dig framför spegeln och säg sakta och tydligt: **JAG KLARADE DET! JAG ÄR BRA!**

Återigen:

FRAMGÅNG FÖDER FRAMGÅNG!

Ge dig själv en ärlig chans att lyckas!

Din uppmuntran är det givetvis du själv som bestämmer.

Det kan även vara en veckotidning, ett biobesök eller ett par nya promenadskor.

MEDVETENHET GER VALMÖJLIGHET.
Det kan du läsa mer om i nästa nummer av Åkerbobladet!

Text: *Gunilla L-Svensson*
Illustration: *Jan Karlsson*

BOKTIPS

POSITIV SJÄLVBILD
Jag vill, jag vågar, jag kan.
Författare: Lars Rydberg
SISU idrottsböcker
En bok som riktar sig främst till ungdomar. Passar bra som studiecirkelbok, även mycket värdefull för den enskilda tjejen eller killen, som vill läsa om och träna sig i att utveckla och förstärka sin goda självkänsla.

ATT VÄLJA GLÄDJE
Författare: Kay Pollak
Hansson & Pollak förlag Stockholm
En bok med kloka och roliga saker att reflektera kring!

HÄLSANS MYSTERIUM
Författare: Aaron Antonovsky
Bokförlag. Natur och Kultur
För den läsare som vill fördjupa sig i författarens hälsobegrepp

DET BLIR ALLTID SOM MAN TÄNKT SIG.
Författare: Olof Röhlander
Bokförlag: Forum
Boken handlar om mental styrketräning.

VILL DU FRÅGA GUNILLA NÅGOT ANGÅENDE HÄLSA?
Maila till info@akerbo.nu så svarar Gunilla i sin spalt i Åkerbobladet.

Loppisar

Gör en rundtur till olika "fyndplatser" i trakten. Här är några tips ...

FILLINGE

Fillinge Lillgård. Rv 35 mellan Bankekind och Grebo.
Öppet: Se skylt vid 35:an.

HACKEFORS

Hjälpverksamheten ÅTERVINNINGEN. Molijns v. 15
Må-Fr 10-18, Lö 10-14. Tel. 013-376 777

LINGHEM

Magasinet. Intill Linghems station.
On 16-19, Lö 10-14. Tel. 0702-98 10 30

LINKÖPING

Nostalgimix. G:a Tanneforsv. 90 (Kannanhuset)
Må-To 13-18, Lö 11-14. Tel. 013-10 19 90.

NORSHOLM

Bondromantik. Slussvägen 1, (vid kanalbron)
To 14-19 • Lö 11-15. Tel. 0705-89 68 56.

RYSTAD

Loppis, Förrådsrensning. Torp Skogslund. Skyltat.
Öppet 5-22 april kl. 12-18. Tel. 070-225 45 09.

SKÄRBLACKA

Etiopienhjälpen Second Hand. Bergslagsv. 25
On 14-18 • Lö 10-13. Tel. 0705-77 00 50.

TALLBODA

Gerds Loppis och Second Hand. Värdshusvägen 3.
Öppet: Söndagar 13-16. Se skyltar. Tel. 013-10 27 71.

ÅTVIDABERG

Gåvan Second Hand. Sunnebotorget 1, Åtvidaberg.
Tisdag och Torsdag 14-18. Tel. 0120-124 40.

ÖSTRA RYD

Östhjälpen i Östra Ryd, Second Hand
Ovanför gamla affären i Östra Ryd. Lö 10-15.

Har du en loppis som du vill skall synas här?
Kontakta Åkerbobladet: 013-21 96 20 eller info@akerbo.nu
FRITT INFÖRANDE i denna loppisruta.

Månadens Tips
i Åkerbo med omnejd

25/3 **After Work, fredagsdans**, kl. 18-21, Landerydsgården, Hjulsbro. Arr. Linköping LineDancers.

1/4 **Loppis, servering.** Kl. 11-18. Johanneskyrkan i Åtvidaberg. *Se annons sid 16.*

2/4 **Secondhand-försäljning** av barnkläder & barnprylar, kl. 10-15 i Törnevalla församlingshem. *Se annons sid 17.*

2/4 **Loppis, servering.** Kl. 10-13. Johanneskyrkan i Åtvidaberg.

4/4 **Östgötska gästgivaregårdar.** Törnevalla församlingshem kl. 19. Föredrag av Kaj Kjellström. Arr. Hembygdsföreningen. Ta med fika! *Se annons sid 17.*

15/4 **After Work, fredagsdans**, kl. 18-21, Landerydsgården, Hjulsbro. Arr. Linköping LineDancers.

Privata radannonser i Åkerbobladet

Säljes • Köpes • Önskas hyra • Uthyres • Uppvaktning • Tack

Gör så här:

Bestäm rubrik. Formulera din text. Skriv annonsrubrik och text på ett papper, eller i ett mail, och skicka till Åkerbobladet. Räkna med cirka 40 tecken, inkl. mellanslag, per rad. Uppge också ditt namn, adress och tel.nr. E-mail: info@akerbo.nu. Adress: Åkerbobladet, Stationshuset, 585 64 Linghem. Betala annonskostnaden till bankgiro 5875-8384 eller plusgiro 30 20 51-8. (Kontoinnehavare Mineo Media.)

Priser Rubrik samt	
1 - 2 rader	60:-
3 rader	75:-
4 rader	90:-
5 rader	105:-
6 rader	120:-

Annonsmanus och betalning skall vara Åkerbobladet tillhanda senast på tisdagen i veckan före utgivningsveckan. Dvs. för nästa nummer senast den 5 april.
(Vi tar inte emot annonstext per telefon.)

LITE EXTRA FÖR DIG ...

SOM ANNONSERAR I ÅKERBOBLADET!

Alla annonsörer erbjuds 10% rabatt
på samtliga produkter i Centraltryckeriets Printbutik.
www.printbutiken.nu • 013-47 47 118

Passa på att utnyttja erbjudandet. Ta med tidningen och visa upp din annons.

Nästa Åkerboblad delas ut
under helgen 16-17 april, dvs. en vecka före påsk.

Boka annons i god tid och senast den 5 april.

Utebliven tidning?

Åkerbobladet delas ut av SDR till alla hushåll i Åkerbo kommundel, Norsholm, Hackefors och Skonberga samt till hushåll i Grebo-Värna med Linköping som postadress.
Planerade utdelningsdagar ser du i tabellen på sidan 35.

Skulle du sakna Åkerbobladet i din brevlåda på utdelningsdagen - var vänlig ring SDR (Svensk Direktreklam) telefon 011-19 72 50,

Klipp ut och spara.

Åkerbokrysset - mars 2011

									SYNLIGT MINNE	MINDRE MÄTT	BÄRS FÖR SYNS SKULL		KAN SES PÅ INDISKA NOBBAT
							SVIKER MISTA FÖRESOL						
										EN DU EJ VILL DRA KAN MAN HAND			
							BEARBETNING TVÅ LIKA		FACK ÄR JU APAN EN			LÄKARTYP SUV	
MÄTT FÅR KOTTAR		FÅR DÅLIGT RYKTE		DET KAN HÖRAS I TYROLEN		MUTANT LAND I MIRAKEL	KAN BÖRJA SPELET	FÄGRING BLÅSA RIKTIGT KALLT					DE ÄR STARKA PÅ BRÄDET
		AVSKED TILL VARDAGS				ORIENTERAD TÄVLING							
		SKRIVA UPP PLÄGAR GENERAD						SMULADE FRAPPERATS					
KINALÄNGD BOK					TVÅ KVINNOR					RIKTNING			
SITTER MAN TILL IBLAND						DE KAN ROSTAS ARABISK SON							
BRUKAR HA TAVLA	LAMA						SPARSYMBOL	SÄLJS SVART		SKYDD	BESKÄDAR		
SES PÅ BULLDOGGEN									KAN HON HETA I FINLAND				
SOLGUD			BEHÖVS I VISSA KRYSS										

Konstruktör: Nils-Erik Öhlund

Lös fler roliga korsord!
Få en månads gratis medlemskap på Korsord.se!
Gå till: *www.korsord.se/erbjudande*
Fyll i Din kod: *kryssa2006*

Dags för ett nytt Åkerbokryss. När du har löst korsordet skickar du in bildtexterna, dvs. **orden i de skuggade rutorna**, samt namn och adress till *Åkerbobladet, Stationshuset, 585 64 Linghem* eller maila samma uppgifter till *info@akerbo.nu* Senast den 5 april vill vi ha ditt svar.

FÖLJANDE PRISER UTLOTTAS: 1:A PRIS – TVÅ TRISSLOTTER; 2:A PRIS – EN TRISSLOTT; 3:E PRIS – EN TIALOTT.

Bildtexterna i februarikrysset var ”Professor i arbete" och "Högtravande".

Ett stort GRATTIS till vinnarna: 1:a pris – Birgit och Allan Petersson, Åtvidaberg, 2:a pris – Margareta Holm, Skärblacka samt 3:e pris – Cinna Sköld, Borensberg. Lotterna kommer med posten.

Åkerbobladet

Upplaga 9.400 ex.

Delas ut till **6.800 hushåll och 700 företag** inom Åkerbo (Linköpings östra kommundel) samt Grebo-Värna, Hackefors och Norsholm dvs. dessa orter med omnejd:
Askeby, Bankekind, Ekängen, Gistad, Grebo-Värna, Hackefors, Landeryd, Lillkyrka, Linghem, Malmskogen, Norsholm, Ringstorp, Rystad, Skonberga,Tallboda, Törnevalla, Vårdsberg, Örtomta, Östra Harg, Östra Skrukeby.

Cirka 2.000 ex. delas ut i egen regi, och tidningen finns därför tillgänglig även på följande platser:

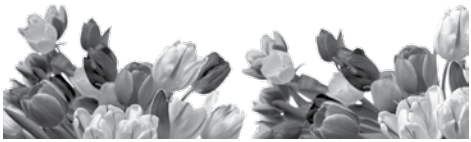
Bankekind: Gummiverkstan, Högloftet Företagcentrum
Björsäter: Tempo
Gistad: Gistad Veterinärpraktik
Grebo: ICA-affären
Hjulsbro: ICA Flamman
Kimstad: Pizzeria Vi och Ni
Kvarnvik: Sjöberga Lanthandel
Linghem: Biblioteket, Himnahallen, Magasinet, Frisörstationen, Åkerbobladets kontor
Linköping Berga: ICA Supermarket Berga Centrum
Linköping Centralt: VVS-lagret, Nettans
Linköping Ekholmen: Biblioteket, Ekholmens Centrum
Linköping Johannelund: Biblioteket, ICA Supermarket, Berntine, Mia's Hantverk, Er Veterinär
Linköping Kallerstad: Linköping Sportcenter
Linköping Majelden: Hund & Kattshopen, ME Studio Mariette
Linköping Steninge: Friskushälsan
Linköping Tannefors: Halldens Tobak, ICA Supermarket, Tannefors Optik, Dekorationsverksta'n
Linköping Vidingsjö: Lasses Livs
Ljungsbro: Hemköp, ICA Nära Brunnby, Biblioteket
Norsholm: ICA Brasken, Kapten Billes
Skärblacka: Biblioteket, Etiopienhjälpen Second Hand, ICA Supermarket, Konsum, Shell-macken,
Sturefors: ICA-affären
Tallboda: Macken, Tempo
Vreta kloster: ICA Nära Vretahallen
Åtvidaberg: Biblioteket, Gåvan Second Hand
Östra Ryd: Östhjälpen Second Hand

Välkommen som annonsör!

Åkerbobladet

Planerad utgivning 2011

Nr	Manusstopp	Utdeln.dag
4	Tis 5/4	Sön 17/4
5	Tis 10/5	Sön 22/5
6-7	Ons 8/6	Sön 19/6
8	Tis 2/8	Sön 14/8
9	Tis 6/9	Sön 18/9
10	Tis 11/10	Sön 23/10
11	Tis 8/11	Sön 20/11
12	Tis 6/12	Sön 18/12



Den här rutan läses av cirka 20 000 personer och kostar endast 250:- plus moms. Kan du som företagare annonsera billigare?

Åkerbobladet

Postadress: Tellbovägen 3, 585 64 Linghem
Besöksadress: Stationshuset, Linghem
Telefon: 013 - 21 96 20, 070 - 211 60 42
Telefax: 013 - 21 96 91
e-post: info@akerbo.nu
Hemsida: www.akerbo.nu

MEDLEMMAR I GRATIS TIDNINGARNA
Mer information: www.gratistidningarna.se

Åkerbobladet ges ut av Mineo Media.
Ansvarig utgivare: Nils-Erik Öhlund.
Annonsbokning: 013-21 96 20, info@akerbo.nu
Annonsgranskning: Vi förbehåller oss rätten att avböja olämpliga annonser.
Betalningsvillkor: Kontant eller faktura 15 dagar.

Gummiverksta'n Bankekind AB

UTÖKADE ÖPPETTIDER: Vardagar 8-18, lördagar 10-14

SPECIALPRISER PÅ SOMMARDÄCK

Gäller så långt lagret räcker.

CONTINENTAL PREMIUMCONTACT 2

195/65/15 91V	**950:-**
205/55/16 91V	**1150:-**

CONTACT 3

225/45/17 94Y	**1595:-**

HANKOOK K115

195/65/15 91V	**895:-**
205/55/16 91V	**995:-**
215/55/16 97W	**1200:-**
225/45/17 94W	**1400:-**

Alla priser gäller "KLART PÅ BIL".

Skifte, FÖRVARING och tvätt 500:-

NORDEXX

185/65/15 88T	**695:-**
205/55/16 91V	**795:-**
225/45/17 94W	**995:-**
225/40/18 92W	**1095:-**

Vid skifte ingår alltid hjultvätt.

MekoPartner

ALUMINIUMFÄLGAR 15" från 795:-

Besök www.alushow.se och se hur fälgarna ser ut på Din bil!

Betala ett däck i månaden *med SUPERDÄCK-kortet. Räntefritt och utan uppläggningsavgift!*

Däckonomen fälgar & däck

013-510 60

www.gummiverkstan.se

SUPER DÄCK

Ni hittar oss utmed Åtvidabergsvägen, ca 1 km efter Bankekind, på vänster sida