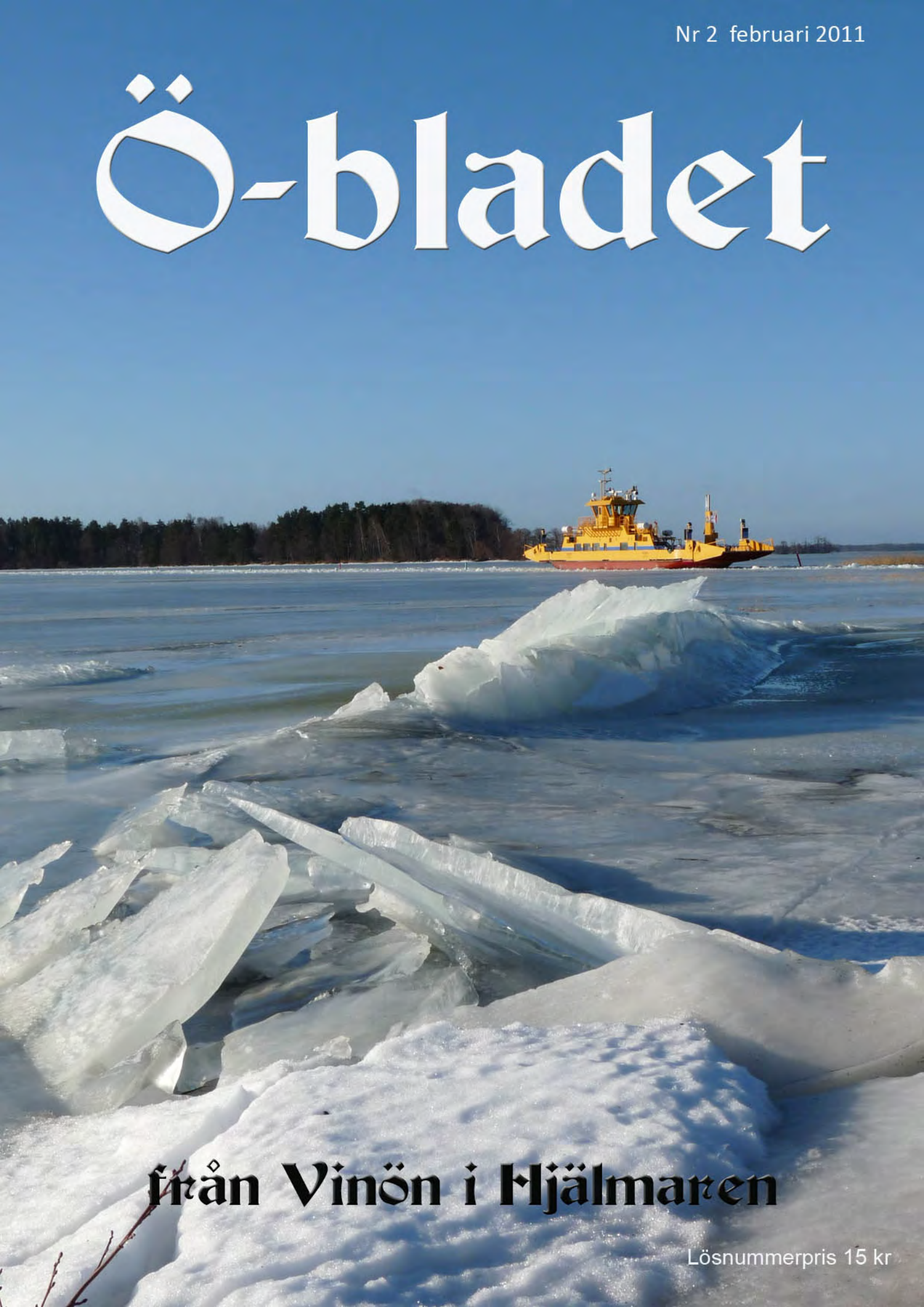
Nr 2 februari 2011

Ö-bladet



från Vinön i Hjälmaren

Lösnummerpris 15 kr

Några ord från redaktionen ...

Så är vi åter inne i en ny månad – årets kortaste – och dags igen för ett nytt Ö-blad. Vad har hänt sedan förra numret? Jo vi går mot ljusare tider, dagarna blir längre och de senaste dagarna har vi haft riktigt fint väder med sol, blåst och plusgrader. Snön är nästan helt borta och isen är kanske inte riktigt att lita på överallt, så ska man ut på den bör man kontakta våra fiskare som känner till isläget.

Februari brukar vara en lugn månad men tittar man i kalendariet är aktiviteterna många.
Eva Widlund har flera kurser i utomhus-pedagogik som pågår. Det är alltså mycket folk som söker sig till Vinön denna månad, inte bara pimpelfiskare.

Men det pågår inte bara aktiviteter för besökare. Tjejgruppen startade sin verksamhet redan i januari och nu är det flera intressanta saker på gång – t ex teaterbesök, en dag med tovning, bowling mm. Program finns i detta nummer - läs det noggrant.
Tänk på att anmäla dig i tid eftersom vissa aktiviteter kräver lite förberedelser.
Ingen anmälan – ingen aktivitet! Studiecirkeln ”Vinön förr” fortsätter sina träffar vissa lördagar. Titta gärna in och se vad de håller på med. Några simkunniga damer far dessutom varje tisdag till Vingåker för uppfriskande simtur och träning. Du som ännu inte kommit dig för att följa med – ryck upp dig – det känns jättebra efteråt!

Denna månad är det två aktiviteter som vi vill slå ett extra slag för. Lördag 12:e är det samling vid ångbåtsbryggan för röjning mm. På kvällen blir det isparty! Söndag 13:e är det aktivitet på isen. Läs mer om detta inne i Ö-bladet. Vi hoppas att så många som möjligt kan komma.

Fotograf i detta nummer är Carin Fremling, RoseMarie Hellén och Eva Widlund.
BIDRAG till nästa nummer vill vi som vanligt ha senast den 25:e!

Ö-bladet är Vinöns lokala tidning, utgiven och bekostad av Vinöns Kultur- och hembygdsförening. Förutom utdelningen i brevlådorna kan man prenumerera på Ö-bladet som vanlig post eller som e-post. Lämna adresserade och frankerade kuvert med **dubbelt porto** och märkta med de månader som du vill ha tidningen, så kan redaktionen lätt stoppa ner ett Ö-blad i färdiga kuvert.

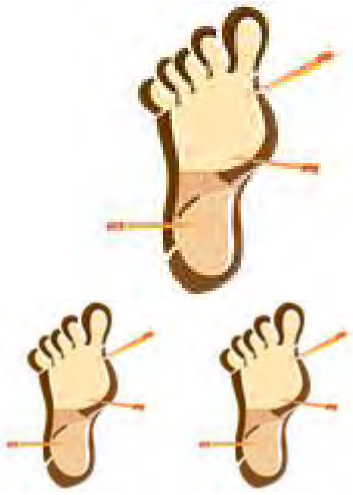
Postadress: Ö-bladet, Vinöns skola, 715 93 Vinön
E-postadress: o-bladet@vinon.se Hemsida: www.vinon.se

Vill du bli medlem i föreningen? Medlemsavgiften för 2011 är 80 kr för enskild och 150 kr för en familj.
Kom ihåg att skriva avsändare om du sätter in avgiften på föreningens konto.

VINÖNS KULTUR- OCH HEMBYGDSFÖRENING, pg 46 94 70 - 9

Tjejgruppens vårprogram 2011

12 januari	Julgransplundring
19 januari	Film
26 januari	Vi syr dragkorvar
2 februari	Stickcafé
9 februari	Spelkväll – ”När då då”? *OBS! Hemma hos Christina J. Alla hjärtligt välkomna!*
16 februari	Vi tillagar sushi. *Anmälan till Yvonne senast 9 februari*
23 februari	Film eller spel
2 mars	Matlagning *Ta med något från ditt kylskåp*
12 mars lördag	Ev tovningskurs *Intresseanmälan till Christina J senast 9 februari*
18 mars fredag	Ev teaterbesök *Intresseanmälan till Eva senast 12 februari*
24 mars torsdag	Bowling i Vingåker *Anmälan till Yvonne senast 17 mars*
30 mars	Film eller spel
6 april	?
13 april	Cykelorientering
20 april	Påskknytis med ölprovning med respektive *Anmälan till Christina J senast 10 april*
5 maj torsdag	Avslutning på Hornudden



Fotvård

Inga-Lill Sevefjord, medicinsk fotterapeut,

kommer till Vinön

torsdag 3 februari

Tidsbeställning: tel 019-13 66 04 eller
070-557 48 03

Färjegruppen informerar

Avtal om beredskap för Vinöleden

Beredskapen för SOS alarm är nu undertecknat av Trafikverket och Landstinget. Detta innebär att färjan har en inställelsetid av 30 minuter vid larm från SOS alarm. Således är allt som tidigare.

Inför sommaren

Efter mötet i oktober 2010 i Eskilstuna med Trafikverket och Färjerederiet om trafiksituationen på Vinön, har informationen från Trafikverket varit sparsam så färjegruppen har blivit ombedd att efterlysa svar på frågor inför sommarens färjetrafik. ***Se brevväxling nästa sida!***

FÖRTURER

Inför sommaren måste alla förturer sökas om.(se nedan)
Ansökningsblanketter kommer att finnas i passagerarhytten på färjan.
Sprid information om detta till alla berörda!

TRAFIKVERKET

Viktig information om förtur till och från Vinön

Från och med förtursperioden den 1 juni – 15 augusti 2011 gäller endast nya förtursmärken. Detta innebär att alla gamla förtursmärken upphör att gälla.

Du ansöker om förtur hos Trafikverket. Ansökningsblankett finns i brevlådan i passagerarutrymmet på färjan.

Förtursmärke kan utfärdas till åretruntboende samt de med fast arbete på Vinön som under större delen av året utnyttjar färjeleden.

Brev till Trafikverket

Vinön 2011-01-22

Karl-Erik Hermansson, Trafikverket

Planeringen av aktiviteter, besöks och affärsverksamheter är i full gång inför turistsäsongen och det är bara 3 månader till säsongstart. Det är därför av betydelse att snabbt få information från Trafikverket.

Frågor från vårt möte i Eskilstuna 2010-10-05 är fortfarande öppna men är av vital betydelse och fordrar därför omgående svar.

Många frågor ställs till färjegruppen. Därför undrat vi nu:

1. Hur ser nya turlistan ut (för ordinarie färja) och från vilket datum den gäller. Kommer färjegruppens förslag att beaktas?
2. Sommarfärjans regelverk och turlista med hänsyn tagen till trafikbehovet. EX. Fredag eftermiddag från Hampetorp och söndag eftermiddag från Vinön.
3. Skall samtliga förturer förnyas innan sommaren? Kontroll av förtur? Skyltning? Vägmarkering? mm.

Vår avsikt är att publicera detta brev i Februari numret av Ö-BLADET och då tillsammans med den information Trafikverket/du kan ge på våra frågor .

Med vänlig hälsning
Peter Kumlin Ulf Johnsson
Vinöns färjegrupp

Bifogat utdrag från Trafikverket/färjerederis hemsida som vi avser att använda i kommande nummer av Ö-bladet.
Kopia: Mikael Klingstedt Trafikverket, Magnus Lagergren Örebro

Svar från Trafikverket K-E Hermansson

HEJ!!

Jag har mottagit er skrivelse angående Vinöleden.

Vi i Trafikverket har för avsikt, som vi tidigare lovat, att bjuda in till ett uppföljningsmöte till oktobermötet förra året. Vi planerar att ha mötet i mars och återkommer om tid och plats.

På det mötet kommer vi att presentera och diskutera våra tankar om tidtabellen och sommartrafiken för Vinöleden. Vi kommer även att diskutera planerade åtgärder med skyltning och vägmarkering i terminalerna.

Tills vidare så gäller den fastställda tidtabellen.

Från och med den kommande sommaren gäller endast nya förtursmärken. Alla gamla förtursmärken upphör att gälla. Se bifogad pdf-fil som vi är tacksamma om den publiceras i Ö-bladet.

Vi vill få ut ansökningsblanketterna för förtur, i tid och har antagit att Ö-bladet delas ut 4/2, stämmer det?

Med vänlig hälsning
Karl-Erik Hermansson
Nationell Färjesamordnare

Detta är ett utdrag från Trafikverket/Färjerederiets hemsida. Adress nedan.

Handlingsplan för förbättringar

För den som bor på en ö är vägfärjan en livlina. Den är en förutsättning för att vardagslivet ska fungera.

Om färjetrafiken ska fungera på ett bra sätt, är det förstås nödvändigt att föra en dialog mellan boende, färjerederi, trafikbeställare och andra som berörs av trafiken. Det kräver tydlighet och samarbete.
Vinöleden fick inte så bra resultat vid den senaste mätningen av resenärernas åsikter. Det är något vi i Färjerederiet tar itu med. Bland annat har det resulterat i en handlingsplan som kommer att följas upp. Det här är punkterna:

- Förtursshanteringen ses över. Besked om åtgärder från Trafikverkets region 2011.
- Elektronisk infotavla, skyltar och stoppljus. Besked om åtgärder 2011.
- Åtgärder i syfte att minska sommarträngseln. Förslag tas fram inför sommaren 2011.
- Tidtabell. Trafikbeställaren ser över vad som är möjligt inför sommaren 2011.
- Dialog. Trafikverkets olika enheter ska samverka och erbjuda tillfällen för dialogmöten där de som berörs av färjetrafiken bjuds in.
- Alla former av aggressivitet i och vid färjan. Nolltolerans.
- Information. Ny webbplats för Vinöleden (där du just nu befinner dig!), proaktivitet i mediafrågor, öppenhet och dialog ska prioriteras.
- Förhållningssätt och attityder: Vi ska eftersträva och uppmana till ett positivt och stödjande samarbetsklimat!
- Nya mätningar: Nöjd Kund Index kommer att mätas på Vinöleden vid två tillfällen under 2011.

Ställda frågor och svar om Vinöleden

Här har vi samlat frågor som vi fått av våra resenärer. Vill du ställa frågor om Vinöleden? Du når oss via kontaktfliken överst till höger på sidan.

På sommaren uppstår ibland långa köer till färjan. Vad gör ni åt det?

Svar: Många vill till Vinön på sommaren! Då har färjan utökad turlista och tidvis beställningstrafik.

Leden trafikeras av färjorna Sedna och Vinösund som vardera tar 123 passagerare och 12 bilar. Större fartyg är inte möjliga att använda eftersom transportleden via Hjälmare kanal har begränsad kapacitet.

Det är inte svårt att räkna ut, att får vi stora fordon ombord så minskar lastutrymmet. Därför behöver vi våra resenärers hjälp för att hantera kapaciteten på ett bra sätt. Ett exempel: Kanske kan man lämna den stora turistbussen i land – då blir det mer plats för människor

Varför kan ni inte ge oss resande bättre service? Vinöfärjan är vår livlina!

Svar: Från färjerederiets sida vill vi erbjuda medborgarna en god service inom ramen för vårt samhällsuppdrag och utifrån de skattefinansierade resurser och de avgränsningar som vi får av vår uppdragsgivare. Vi kör helt enkelt färja enligt avtal eller enligt beställning. Det är vår tjänst. Regionalpolitik är inte vårt jobb. Däremot behöver vi våra resenärers stöd för att trafiken ska kunna rulla på så bra som möjligt.

Vi för en regelbunden dialog med de som på olika sätt berörs av trafiken. Det tror vi är en bra grund för att utveckla färjetrafiken på ett positivt sätt.

Varför finns det inte toaletter ombord eller vid färjeläget?

Svar: Överfarten från Hampetorp till Vinön tar 20 minuter, det är en kort resa, mindre tid än vad många tillbringar på lokalbussen eller pendeltåget. Att prioritera bort toaletten ombord är samtidigt ett sätt att hålla kostnaderna för färjetrafiken i schack.

Färjerederiets ansvar är att köra färjan. Toaletter i land ingår inte i vårt uppdrag.

Förtursystemet på Vinöleden fungerar inte tillfredsställande!

Svar: Förtur finns på ett par av Färjerederiets leder. Avsikten är, att öbor ska ha förtur om det blir kö till färjan. Det ska finnas en särskild fil för de som har förtur.

Men systemet är inte lätt att hantera. Färjepersonalen har ingen skyldighet att kontrollera rätten till förtur. Filmarkeringen är svår att se. Tillstånden kommer ibland på avvägar.

Under våren 2011 kommer Trafikverkets Mälardalsregion att ta ställning till hur förtursshanteringen på Vinön ska fungera i fortsättningen.

Tidtabellen för Vinöleden är inte tillräckligt bra synkroniserad med övrig tidtabell, tycker jag. Vad gör ni åt det?

Svar: Vi för en dialog med de som berörs. Tidtabellen fastställs sedan av Trafikverkets beställare utifrån en rimlig bedömning av behov, ledens kapacitet och en rimlig konstad för tjänsten. Det är inte vår personal som kör färjan, som bestämmer tidtabellen.

Adress till Färjerederiets hemsida:

http://www.trafikverket.se/Farjerederiet/Farjeleder/Farjeleder-i-ditt-lan/Farjeleder-i-Vastra-Gotaland216/Vinoleden/

Röjning av Ångbåtsbryggan lördagen den 12/2 kl 10.00

Nu när det är is är det ju alldeles utmärkt att ta sig an en röjning, tag med motorsågar, sågar, yxor, fika, korv och annat man kan behöva för en arbetsdag. Den ved som blir får de som vill ta med sig hem.

För att det ska bli lite roligare att jobba kommer svävaren, som sjöräddningen har fått stationerad på Vinön, finnas på plats så att man kan få titta på den i pauserna mellan jobbandet.

Det kommer att bli en hel del ris som måste eldas så efter inspiration från Söderöra i Stockholms skärgård så inbjuds det till ett ”isparty” i skymningen då vi eldar upp rishögen grillar korv och dricker lämplig dryck.

På Söderöra byggde man en isbar och vi ska väl inte vara sämre på Vinön så alla med erfarenhet av byggande med is hälsas varmt välkomna under dagen så baren står klar till ispartyt.

Varmt välkomna!

/Arbetsgruppen Ångbåtsbryggan genom Martin och Sjöräddningen

VINÖNS VINTERUTFLYKT

söndag 13/2 kl.11:00

I år byter vi väderstreck och drar väster ut.
Vi träffas på den exotiska och sällan besökta paradisön ÄSPHOLMEN.
Vi tänder en brasa som lämpar sig för grillning av diverse matvaror eller som värmekälla.
Tag med egen matsäck då restaurangverksamheten på Äspholmen ännu ej kommit igång.

Om intresse finns kan en rundtur runt ön anordnas under dagen.

Transportvägar till Äspholmen är lite beroende av väderlek och snötillgång. Skoterspår kommer att finnas från Norra land och från Västeräng. (Utfarten för vintervägen till Biskopsvrak).

Vid riktigt dåligt väder ställer vi **inte in**. Då träffas vi istället vid ”Sven-Åkes jaktstuga” på HORNUDDEN, varifrån vi i väster kan skymta det tänkta utflyktsmålet.

ALLA är hjärtligt välkomna!

Vinöns Kultur och hembygdsförening

.....

DAGS för ny karta Hjälmaren Runt

Hur ska VINÖNS ruta se ut?

Vill du vara med och annonsera?
Har du synpunkter på övrig information på kartan?

e-post: kartan@hjalmaren.net

Det är hög tid att höra av sig nu om det ska komma med i nya kartan!

Kontakta:
Eva Widlund, Vinön *för samordning Vinö-info*
e-post: eva.widlund@vinon.se

Urban Århammar*, ordf Hjälmaren Runt*
e-post: kartan@hjalmaren.net eller popoga@algonet.se

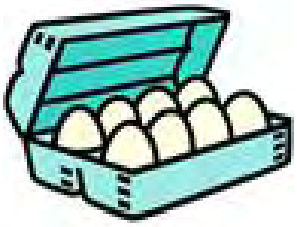
eller ***Håkan Bergkvist****, Hjälmaren Runt*
e-post: kartan@hjalmaren.net eller h_ bergkvist@ bredband.net

Kartor och annan info finns i Vinöns skola!

VINÖBAGAR'N

påminner om att kaffetårtor och smörgåstårtor kan beställas som tidigare

Sten tel 070 - 239 02 11



FÄRSKA VINÖÄGG

Peter och Carina

Tel 019 - 44 80 33

KONFERENSER i nygammal skolmiljö

Vinökonferenser HB i Vinöns skola

Vi ordnar dagkonferenser för mindre grupper upp till 25 personer, även fika och mat på möten och privata tillställningar t.ex. födelsedagsfester, dop, begravningar

Bokning och förfrågningar: tel 019 - 44 80 57

Yvonne Karlsson 073 - 928 04 05
Veronika Persson 070 - 743 82 45

e-post: info@vinokonferenser.se Hemsida: www.vinokonferenser.se

MASSAGE

Elisabeth Behr, zon och massageterapeut, kommer till Vinön

onsdag 23 februari

Boka tid på

tel 070 - 399 58 08, tel.tid 8.00 - 9.00

Några härliga dagar på isen…

En helt vanlig torsdagseftermiddag fick jag med mig gossarna ut på isen, det känns lite lyxigt att bara kunna åka ut på spark en timme eller två.

Det kom lite snö till nästa gång vi kom ut men det gjorde inte så mycket.

Det finns alltid mycket saker att upptäcka på små öar, isen som har gjort en koja och en rot i luften. Vi hoppas på många fler dagar på isen.

Hälsningar från RoseMarie, Karl-Erik,
Olle-Gustav och moster Eva-Marie

Spänning på Vinön i sommar

Lärarinnan på den lilla ö-skolan dör plötsligt. Hur har det gått till?

Elin Eriksson, teaterledare som tidigare satt upp flera egenskrivna sommarspel i Stora Mellösa har skrivit en deckargåta i femtiotalsmiljö som kommer att spelas under några augustihelger.

Repetitionerna har dragit igång under ledning av Elin, det är 17-18 amatörskåde-spelare från olika orter i länet. Ett par personer har Vinö-anknytning. Det är stor spännvidd i ålder, från 10 år och upp över 70. Till en början repeterar man på Nya Teatern, men framåt sommaren flyttar man ut repetitioner-na till ön. Ett par veckor är fria från repetitioner, för övrigt kör de minst två gånger i veckan från mars.

Större delen av ensemblen

Skådespelarrollerna är tillsatta, man har till och med tvingats tacka nej till några då det var stort intresse.

Elin Eriksson, manus och regi, och Anette Jakobsson, producent

Däremot söker man folk som är vill hjälpa till med kostymarbete eller scenografi. Om du som läser detta är intresserad av att sy, måla eller snickra och vill vara delaktig i föreställningen kan du höra av dig till Elin, 0722 - 40 30 50.

Pjäsen sätts upp av Amatörteatersamverkan i Örebro län, i samarbete med Vinöns kultur- och hembygds-förening.

Några år i slutet på förra milleniet var jag med och spelade ”Vinön brinner” på somrarna. Det var väldigt roligt. I år får vi alla en ny chans att uppleva teater på Vinön. Det ska bli jättekul!

//Åsa Ödman

Vinön förr,
gamla foton

Vinöns skola

Vi fortsätter att presentera gamla fotografier. Här kommer två bilder av skolhuset. Lägg märke till hur öppet det var runt omkring. Vilka år kan dessa bilder vara ifrån? Ett förslag på det första fotografiet är att det är från 1951 och att det andra är äldre.

Landskapet förändras hela tiden och mycket växer igen. Det är roligt att se på gamla bilder.
Vi fortsätter att publicera gamla Vinöbilder. Det är nog många som har gamla fina kort. Kan du själv skanna av och skicka som e-post är vi tacksamma. Annars går det även att lämna in fotografier och vi skannar av dem. Skicka in till redaktionen på o-bladet@vinon.se.
Om möjligt vill vi veta när fotografiet är taget och vem som var fotograf.

Eva Widlund

OST- OCH BROCCOLISOPPA

4-6 port

500 g broccoli
8 dl vatten
½ tsk salt
1 ½ hönsbuljongtärning
1 liten ask mjukost, 225 g
140 g ädelost

Gör så här

Tina broccolin. Skär bort stjälkarna. Lägg knopparna åt sidan. Koka stjälkarna tillsammans med vatten, salt och buljongtärning ca 10 min eller tills de är mjuka. Finfördela stjälkarna i mixern. Häll tillbaka i kastrullen och vispa ner mjukosten tillsammans med den smulade ädelosten. Koka upp. Tillsätt knopparna och låt koka tills de är nätt och jämt mjuka. Servera med rostat bröd med vitlökssmör.

KYCKLINGSOPPA MED BROCCOLI

4 port

2 kycklingfiléer eller ca 250 g annat kycklingkött
1 gul lök
8-10 kyckling- eller hönsbuljong
400 g färsk eller fryst broccoli
2 msk smör
2 msk vetemjöl
1 msk hackad färsk timjan, rosmarin eller salvia
salt, peppar

Gör så här

Dela kycklingköttet i små tärningar. Skala och hacka löken. Koka upp buljongen, lägg i lök, kyckling och broccoli skuren i bitar. Koka 5-8 min. Gör en redning genom att blanda smör och vetemjöl. Klicka i redningen och rör om så att soppan blir simmig. Låt soppan koka någon minut. Smaka av med örtkryddor, salt och peppar.

Servering: 1 dl grädde + 2-3 tsk riven pepparrot. Vispa grädden till hårt skum och blanda ner pepparroten. Klicka grädden på soppan vid servering. Bjud ett gott bröd till.

FESTLIG LAXSOPPA

2 port

2 morötter
2 stjälkar blekselleri
½ liten purjolök
4 dl vatten + 1 fiskbuljongtärning
1 dl minifraiche
250 g laxfilé
8-10 svarta oliver
2 krm citronpeppar

Tillbehör: vitlöksrostat bröd

Gör så här

Strimla morötter, selleri och purjolök tunt. Koka upp vatten och buljongtärning. Lägg i grönsakerna och koka ett par minuter. Vispa i minifraiche. Skär laxen i ganska stora kuber. Lägg i dem och låt sjuda ca 5 min. Lägg i oliver, strö över citronpeppar och dill.

ITALIENSK TOMATSOPPA

4 port

2 burkar krossade tomater à 400 g
2 gula lökar
2 röda paprikor
2 msk smör
2 vitlöksklyftor
1 tsk oregano
1 tsk basilika
1 dl risoni
3 dl matlagningsgrädde
salt, peppar

Topping

75 g parmesanost, grovriven
hackad paprika
kryddgrönt

Gör så här

Skala och hacka löken. Ansa och finhacka paprikan, lägg undan hälften till toppingen. Hetta upp matfettet i en tjockbottnad kastrull och fräs löken mjuk. Pressa i vitlök, tillsätt kryddorna och låt puttra någon minut. Rör ner tomatkross, paprika och risoni. Låt soppan puttra på låg värme 20 min. Rör ner grädden och låt koka upp. Smaka av med salt och peppar.

SELLERI - & POTATISSOPPA

4 port

5-6 potatisar
1 bit (ca 200 g) rotselleri
½ purjolök
½ msk smör
8 dl grönsaksbuljong
1 dl grädde
salt, peppar

Gör så här

Skala potatis och rotselleri och skär den i cm-stora bitar. Ansa och strimla purjolöken. Fräs grönsakerna i smöret i en kastrull ett par minuter. Tillsätt buljongen. Låt koka ca 10 min. Mixa soppan slät. Tillsätt grädde och smaka av med salt och peppar. Låt koka upp. Servera med ett gott bröd.

OSTSOPPA

4 port

200 g västerbottenost eller lagrad prästost
3 msk majzena
1 l vatten
2 hönsbuljongtärningar
1 dl vispgrädde
2 krm hel fänkål

Tillbehör

1 finstrimlad fänkål
färsk körvel
1 pkt grissini med lufttorkad skinka eller annat bröd

Gör så här

Riv osten. Rör ut majsstärkelsen med lite av vattnet i en gryta. Tillsätt resten av vattnet och buljongtärningarna. Låt koka upp. Dra grytan av värmen. Tillsätt grädde, fänkål och ost under omrörning och rör tills osten har smält. Värm eventuellt, men soppan får inte koka mer. Häll upp soppan i portionsskålar och lägg i fänkål. Garnera med körvel. Servera gärna med grissini ev lindat med lufttorkad skinka eller bröd.

Tips! Fänkål sätter lite extra krydda på den milda soppan. Soppan får inte koka när osten rörts ner.

LITEN AVOKADOSOPPA I GLAS

4 port som förrätt

5 dl grönsaksbuljong, 1 tärning
3 avokador
2 msk pressad citron
1 dl naturell yoghurt
1 knivsudd sambal oelek
salt, peppar
4 selleristjälkar

Gör så här

Koka upp buljongen och låt den svalan. Mixa avokadoköttet med citron. Tillsätt yoghurten och späd med avsvalnad buljong till lagom konsistens. Krydda med sambal oelek och smaka av med salt och peppar. Häll upp i små glas eller kaffekoppar och ställ i kylen minst någon timme. Vid serveringen sticks den yttersta biten (med bladen) på stjälksellerin ner i glasen.

VARMA KRYDDÄPPLEN MED ROSTAD MANDEL

4 port Ugn 225°

3 äpplen
1 tsk kanel
½ tsk kardemumma
2 msk flagad mandel
2 dl vaniljyoghurt

Gör så här

Skiva äpplena och lägg dem i en ugnsfast form, strö över kanel och kardemumma och flagad mandel. Grädda mitt i ugnen ca 20-25 minuter. Servera med vaniljyoghurt.

KRISPIGA KOKOSÄPPLEN

4 port Ugn 200°

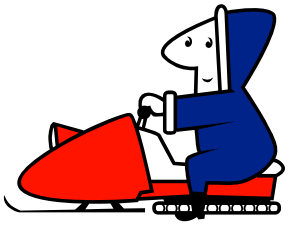
3 äpplen
1 ½ dl kokosflingor
¾ dl vetemjöl
3 msk socker
50 g smör
Gör så här

Skala, kärna ur och klyfta äpplena. Lägg dem i en ugnssäker form. Nyp ihop resterande ingredienser och bred över äpplena. Grädda i nedre delen av ugnen 15-20 min. Servera ljummen med glass.

En värmande och mättande soppa smakar alltid gott i vinterkylan. Dessutom har jag med en liten soppa som förrätt. Att sen avsluta måltiden med något gott men enkelt är inte så dumt.

Smaklig måltid önskar Christina J

februari 2011



vecka 5	1	tisdag	17.40 18.00	Simresa till Vingåker Samling vid färjan för samåkning. Brandövning Beställ mat! handla24.se
	2	onsdag	19.00	Tjejträff
	3	torsdag		Fotvård - Ingalill Sevefjord TIDSBESTÄLLNING 070-557 48 03
	4	fredag		
	5	lördag		Kursstart Å11
	6	***söndag***	16 -17	Biblioteket öppet
vecka 6	7	måndag		
	8	tisdag	 17.40	Kurs F10 ti-to Simresa till Vingåker Samling vid färjan för samåkning. Beställ mat! handla24.se
	9	onsdag	14.30 19.00	Öppet hus i Missionshuset Tjejträff
	10	torsdag		
	11	fredag		
	12	lördag	10.00 14.30	Röjning vid ångbåtsbryggan Cirkeln ”Vinön förr”
	13	***söndag***	11.00 16 -17	Vinterdag på isen för alla vinöbor, arr Hembygdsföreningen Biblioteket öppet
vecka 7	14	måndag		Sophämtning Alla hjärtans dag
	15	tisdag	 17.40	Kurs B11 ti-o Simresa till Vingåker Samling vid färjan för samåkning. Beställ mat! handla24.se
	16	onsdag	19.00	Tjejträff
	17	torsdag		
	18	fredag		
	19	lördag	14.30	Cirkeln ”Vinön förr”
	20	***söndag***	16 -17	Biblioteket öppet
vecka 8	21	måndag		
SPORTLOV	22	tisdag	17.40	Simresa till Vingåker Samling vid färjan för samåkning Beställ mat! handla24.se
	23	onsdag	 19.00	Zonterapi och massage - Elisabeth Behr i skolan TIDSBESTÄLLNING Tjejträff
	24	torsdag		
	25	fredag		
	26	lördag		Kurs Å11 lö-må
	27	***söndag***	10.00 16 -17	Gudstjänst i Missionshuset, Lennart Lundström Kaffe Biblioteket öppet
vecka 9	28	måndag		Sophämtning
Mars	1	tisdag	17.40 18.00	Simresa till Vingåker Samling vid färjan för samåkning Brandövning Beställ mat! handla24.se
	2	onsdag	19.00	Tjejträff
	3	torsdag		
	4	fredag		
	5	lördag	14.30	Cirkeln ”Vinön förr”
	6	***söndag***	16 -17	Biblioteket öppet
vecka 10	7	måndag		