

# NY inflyttad

En tidning för alla nya Haningebor

**Haninge  
fortsätter att växa**

**Mot Stockholms  
bästa skola**

**Ny grön stadsdel  
i Vega**







Foto: Fredrik Hjerling



Foto: Scandinav

# Varmt välkommen till ett växande Haninge

Du är i gott och växande sällskap. Allt fler människor vill och väljer att flytta till vår kommun. Tack vare bred politisk vilja att växa och utvecklas samt gott samarbete med investerare är Haninge idag en ledande tillväxtkommun. Vi är en av de kranskommuner som bygger flest bostäder av alla i hela Stockholms län och vi fortsätter i samma höga takt. Vi har nu passerat 91 000 kommuninvånare.

Invid vår fantastiska natur skapar vi stad. Bygandet av Vega, förtätningarna i Handen och Brandbergen samt de framtida sammankopplingarna mellan de tre stadsdelarna bildar Haninge stad. Vi utvecklar stadskärnan med medvetenhet om att en plats inte blir stad endast för att människor bor där utan först när vi lever våra liv här. Med handel, arbetsplatser, kultur, vård och annan kommersiell samt offentlig service ska vi skapa levande och attraktiva mötesplatser för dagens och framtidens Haningebor.

Kommunens ambition är att utveckla alla stadsdelar och vi ser nu att intresset för hela Haninge växer sig allt starkare bland näringslivet. Bostadsbristen i Stockholmsregionen ställer höga krav på kvantitet men i Haninge har vi också kvalitet i fokus. Haninge blir bättre när vi bygger. Genom förtätning och nya bostadsområden skapar vi möjligheter för de stadsmässiga kvaliteterna som allt fler efterfrågar. Närheten och utbudet av service såsom kollektivtrafik och handel stärks genom tillväxten.

Varje år tillkommer ungefär 200 nya företag i Haninge. Genom nya etableringar och förbättrade förutsättningar för befintliga företag att växa jobbar vi för att skapa fler arbetstillfällen i Haninge. Bygandet av Norviks hamn i vår grannkommun gör att Haninge placeras i ett strategiskt viktigt läge mellan hamnen och Stockholm city. Efterfrågan på planlagd företagsmark i vår kommun är hög och vår nya gröna företagspark Albyberg byggs ut för fullt.

För att hantera utbyggnaden av förskola, skola och omsorg krävs ordning och reda i kommunens ekonomi. Vi gör nu stora investeringar för att bygga nya och renovera gamla förskolor och skolor för att tillhandahålla goda läromiljöer för våra unga Haningebor. Höstterminen 2016 invides Sveriges modernaste yrkesgymnasium i Haninge och samtidigt skapade vi ett sammanhållet gymnasiecampus. Fredrika Bremergymnasiet är nu en av Stockholmsregionens största kunskapsplatser för ungdomar.



Foto: Fredrik Hjerling

Det finns mycket att upptäcka i Haninge. Vår kommun erbjuder hög livskvalitet och en aktiv fritid. Med vår vackra skärgård, urskogen i Tyresta nationalpark och alla gröna rekreationsområden precis runt hörnet är en utflykt alltid nära. Under sommaren märks det tydligt att Haninge är Stockholms sydkust då man kan upptäcka alla våra fantastiska badställen.

Haninge har ett livskraftigt föreningsliv som erbjuder våra kommuninvånare en rikare fritid. Tillsammans med kommunen drivs kulturskola för unga där man kan utöva teater, musik, dans och andra kulturyrtingar. Vi har höga ambitioner och satsar på att utveckla Haninge till Sveriges bästa idrottskommun. Förutom att stärka verksamheterna med föreningsstöd jobbar kommunen för fullt med att tillgodose behovet av lokaler och idrottsanläggningar. Vi är i startgropen för flera nya idrottshallar, en ny simhall, utomhusgym och aktivitetshus. Du hittar information om mycket som kommunen har att erbjuda i form av service och upplevelser i den här tidningen.

Kommunen har ungefär 4 700 engagerade medarbetare som jobbar för att din och alla andra Haningebor vardag ska fungera. Samtidigt vet jag att vår kommun förmår mer och vi drivs av viljan att alltid bli bättre.

Varmt välkommen hit och tack för att du är en del av Haninges utveckling.

**Välkommen att följa med på en spännande resa.**

**Magnus Gyllestad**  
Kommundirektör i Haninge kommun

## Nyinflyttad.

Utgivare: Tidningshuset Storstadspress AB. Bolaget grundat 1898.  
Ansvarig utgivare: Alexander Eriksen.  
Annonsavd.: Peter Gudmundsson.  
Adress: Box 55157, 501 14 Borås.  
Telefon: 010-160 09 00.  
E-post: info@storstadspress.se  
Hemsida: www.storstadspress.se



Nyinflyttad är resultatet av ett samarbete mellan Haninge kommun och Tidningshuset Storstadspress AB.

Text: Haninge kommun, Håkan Filipsson.

Foto: Tidningshuset Storstadspress AB om inte annat anges Omslagsfotograf: Vodovosoff.

Nyinflyttad distribueras till samtliga nyinflyttade över 16 år veckovis under perioden oktober 2019 – oktober 2020 i Haninge kommun.

Grafisk form: Malin Hamberg, Tidningshuset Storstadspress AB.

Tryck: MittMedia Print. Papper: Miljöcertifierat enligt ISO 9001 och ISO 14001.

Som nyinflyttad har du fått tidningen med posten, dina adressuppgifter har vi hämtat från SPAR. Vill du veta hur vi hanterar dina personuppgifter hittar du denna information i vår integritetspolicy som finns på [www.storstadspress.se/dataskydd](http://www.storstadspress.se/dataskydd)





I kommunhuset kan Haningeborna få hjälp med stora och små frågor.

Foto: Magnus Wegler



Foto: Fredrik Hjerling



## Kontakta din kommun

Som nyinflyttad är det mycket man kan behöva ta reda på. I Haninge är det lätt att få information om kommunens verksamheter och komma i kontakt med företrädare och tjänstemän.

Besöksadress: Rudsjöterrassen 2  
Telefon: 08-606 70 00  
E-post: receptionen@haninge.se  
Öppettider: Måndag–onsdag kl 8–17,  
torsdag kl 8–18, fredag kl 8–15

### Budget- och skuldrådgivning

Kommunens budget- och skuldrådgivare ger råd i ekonomiska frågor. Du kommer i kontakt med rådgivarna via telefon 08-606 92 45 alternativt 08-606 80 26.

### Haninge.se

På haninge.se hittar du information och kontaktuppgifter. Dessutom nås flera välbesökta funktioner direkt från startsidan, som lediga jobb, evenemangskalendern och vissa e-tjänster.

### Energi- och klimatrådgivning

Haninge kommun erbjuder kostnadsfri och opartisk energirådgivning i samarbete med 26 andra kommuner i Stockholmsregionen. Rådgivarna kan hjälpa till om du har funderingar kring exempelvis energiförbrukning och uppvärmning. Telefon 08-29 11 29

## Här får alla vara med och bestämma

Haninge kommun vill engagera medborgarna i de kommunala besluten. Det finns flera sätt för invånare i Haninge att engagera sig och komma till tals.

### Synpunkter

Ett enkelt sätt att göra din röst hörd är att lämna en synpunkt. En synpunkt kan vara ett förslag, en idé, beröm eller ett klagomål. En direktlänk till formuläret för synpunkter finns på haninge.se. Synpunkterna skickas direkt till ansvarig person och du får snabbt ett svar.

förslag och synpunkter till kommunens politiker. På haninge.se kan du skriva ett eget förslag eller stödja andras. Det krävs att minst 25 personer stödjer ett förslag för att politikerna ska ta upp det till diskussion.

### Medborgarförslag

Alla Haningebor, även minderåriga och utländska medborgare, får lämna medborgarförslag. I medborgarförslaget lämnar du ett

konkret förslag på något som du vill förändra i Haninge. Förslaget kan handla om allt som rör kommunens verksamhet. Medborgarförslag kan lämnas direkt i ett formulär på haninge.se eller i receptionen i kommunhuset. Vill du skicka in ett förslag gör du det till kommunstyrelseförvaltningen, Haninge kommun, 136 81 Haninge.

### Ungdomsrådet

I Ungdomsfullmäktige får ungdomar 15–24 år möjlighet att vara med och påverka de politiska besluten i kommunen. Målet för

ungdomsrådet är att öka ungdomars inflytande i kommunen. Läs mer på haninge.se.

### Speak app

Speak app gör det enklare för ungdomar att göra sin röst hörd i kommunen. Via appen finns möjlighet att lämna e-förslag samt synpunkter till Ungdomsrådet. Det finns även möjlighet att svara på enkäter från politiker och tjänstemän som vill veta mer om vad unga tycker i olika frågor. Läs mer på haninge.se.



I vår gammaldags miljö  
hittar du kaffe & te i lösvikt,  
leksaker, kort & presentpapper,  
fina presenter & inredningsdetaljer.  
Vi har även sylt, saft, marmelad,  
choklad & godis m.m.



*Änglahimlen*  
kaffe - te - presenter



**Din** present butik  
**Västerhaninge Centrum**

Tel: 08-411 81 19    Öppettider: måndag-fredag: 9 30 - 19 00

lördag: 10 00 - 16 00

söndag: 10 00 - 14 00

*-nära biblioteket!*



**Var med och förbättra  
Haninge!  
Bli medlem!**



Swisha 100 kr till 1233360070  
ange namn och  
personnummer.



**Välkommen  
till Haninge!**

**Besök oss:  
haninge.sd.se**



*Sverigedemokraterna*  
Trygghet & Tradition




# ALLT UNDER ETT TAK!

## Välkommen till ICA Maxi Haninge



- ✓ Manuell chark-, ost- och fiskdisk
- ✓ Eget bageri, där vi bakar från grunden alla dagar i veckan
- ✓ Sushikök och catering
- ✓ Onlinehandel
- ✓ Barnpassning i Minihuset
- ✓ Leksaker - Kläder - Köksprylar - Böcker
- ✓ Min doktor, en drop-in vårdmottagning
- ✓ Apotek Hjärtat
- ✓ God mat från vårt eget kök



Följ oss på facebook, här kan du se veckans erbjudanden varje måndag morgon  icamaxihaninge

**Vi är ett bra miljöval för Haninge.**



ÖPPET ALLA DAGAR

**7-22**

Söderbyleden. Tel: 08-448 57 00  
www.icamaxihaninge.se



APOTEK  ICA

HANINGE  
**MAXI**  
ICA STORMARKNAD

## HÄRINGE SLOTT



### HOTELL | KONFERENS | RESTAURANG

Endast 15 minuter från Haninge Centrum, vackert och idylliskt beläget, ligger Häringe Slott. Storstaden känns långt bort när du vandrar över de vidsträckta ägorna, granne med havet och ett stort naturreservat. När du besöker Häringe kommer du äta middag i en av våra matsalar, dricka kaffe i någon av slottets många salonger och spendera natten i en slottsflygel. Dagarna är fyllda med promenader i naturreservatet, bastubad med utsikt över Landfjärden och bowling på den klassiska kätgelbanan från 1930-talet.

HARINGESLOTT.SE  
INFO@HARINGESLOTT.SE  
08-504 204 40

  
HÄRINGE SLOTT

HÄRINGE SLOTT  
VÄSTERHANINGE



# Hela Haninge växer

**1** Pulsen stiger i Haninge. Samtidigt som vi bygger mer ser vi till att det goda livet i Haninge utvecklas och du har alltid nära till natur och skärgård. Här är några platser som får fler bostäder under de kommande åren.

**2** Nu flyttar företagen in i Stockholms nya och gröna företagsområde ALBYBERG. Läs mer om Albyberg på sidan 18.

**3** I den nya stadsdelen VEGA byggs cirka 3 400 nya bostäder, skola, förskolor, butiker och en ny pendeltägsstation. Läs mer om Vega här intill.

**4** I VÄSTERHANINGE byggs cirka 600 bostäder i Ribby och det finns även planer för två nya förskolor och bostäder i Åby.

**5** TUNGELSTA växer med 160 nya bostäder, äldreboende och förskola i Lillgården.

**6** I GUDÖ pågår planering för upp till 40 nya bostäder.



Illustration: Gugge Norinder

**7** i NORRBY planeras för cirka 150 nya bostäder, skola och förskola.

**8** I BRANDBERGEN planeras för nya bostäder och fler butiker i centrum.

**9** JORDBRO ska växa med nya bostäder.

**10** På DALARÖ pågår planering för nästan 100 nya bostäder.

**Bor du i hyresrätt?**

**Bli medlem idag!**

**Rimliga hyror!**

Rimliga hyror och inflytande över sitt boende tycker vi är en självklarhet! Hyresgästföreningen jobbar för att Du som hyresgäst ska ha så goda boendeförhållanden som möjligt. Därför förhandlar vi hyror med fastighetsägarna, vi är hyresgästernas röst i rättsliga tvister och vi stöttar Dig som individ om Du hamnar i konflikt med Din hyresvärd. Dessutom får du massor av medlemsförmåner och medlemstidningen Hem & Hyra, som trillar ner i brevlådan åtta gånger om året. Vi arbetar för dig och ditt boende.

Bli medlem idag!  
[hyresgastforeningen.se/bli-medlem](http://hyresgastforeningen.se/bli-medlem)

## Ösmo Plantshop

### Allt för din trädgård

100-tals olika sorters rosor från gammaldags till moderna slottsrosor. Clematis, många olika sorter och färger.

Stort utbud av buskar, träd och perenner, stora som små!

I butiken finns inredning för hem och tädgård. Binderier för alla tillfällen.

Passa på att ta en paus i vårt

### Växthuscafé

En spännande miljö med utsökt vegetarisk buffé, hembakade kakor och bakverk

Vid avfarten mot Ösmo.  
 Öppet: Mån-fre 9-18  
 Lör sommartid 9-16, vintertid 10-16  
 Sön 10-16.  
 Tel 08-520 272 30 • [www.osmoplantshop.se](http://www.osmoplantshop.se)

Följ oss gärna på Facebook och Instagram





Stadskärnan i Haninge ska erbjuda det bästa av stad och förort.

Illustration Krook & Tjäder



Illustration: Semrén & Månsson

# Haninges nya stadskärna tar form

I framtiden kommer det att bli ännu trevligare att röra sig i centrala Haninge. Nu trappas arbetet upp med att skapa en ny stadskärna som kombinerar förortens kvaliteter – tillgänglighet, natur och trygghet, med stadens fördelar – täthet, service och utbud.

Stockholmsregionen växer och kommer att fortsätta växa. En stor del av befolkningsökningen ska ske i åtta regionala stadskärnor runt innerstaden, som får bättre service och kollektivtrafik.

Haninge är en av dem och kommer inom de närmaste åren att utvecklas till en levande stadsmiljö med en blandning av bostäder, kultur, fritidsaktiviteter och arbetsplatser. Målet är en regional stadskärna som är ljus och trygg och sjuder av liv fler timmar om dygnet.

– Utbudet för Haningeborna kommer att bli bättre, större och bredare framöver. Just nu tittar vi på vad som finns i stadskärnan och vad som saknas i dag, säger Andreas Paulsson, stadsarkitekt i Haninge kommun.

I dag är gatorna i centrum ganska folktomma efter kontorstid och det är därför önskvärt med fler kvällsöppna serveringar som ger mer liv och rörelse i stadskärnan om kvällarna. Men något nytt Stureplan lär det knappast bli.

– Vi måste fundera på vad Haninge ska vara och vilken typ av kvällsliv det ska finnas här. Vi vill absolut ha ett bättre utbud av restauranger och kommer att försöka locka hit de aktörer vi

tror skulle passa in här. Men vi måste också göra miljöerna mer trivsamma för att man ska vilja strosa runt här på kvällstid och slå sig ner på en restaurang.

## Stad och natur tillsammans

Stadskärnan omfattar både Handen och Vega och antalet boende ska dubblas från dagens cirka 16 000 personer till drygt 30 000 personer. Kommunen ska tillsammans med de stora fastighetsägarna ta fram en plan för hur stadskärnan ska växa och hur kopplingarna mellan de olika stadsdelarna ska se ut.

– Vi strävar alla åt samma håll och försöker hitta den bästa kombinationen av stad och förort, där man kan känna dofter från olika restauranger och samtidigt höra suset i trädkronorna. Stadskärnan ska vara som ett stort vardagsrum för Haningeborna, säger Andreas Paulsson.

Strax intill stadskärnan ligger naturområdet Rudan där det finns möjlighet vandra, bada och fiska.

– Vi vill att natur, vatten och grönska ska bli en del av staden i Haninge. Det är en dröm att göra Rudan till en del av stads-



Illustration Brunberg & Forshed Arkitektkontor AB

kärnan, så att man får kontakt med det vackra. Det är en av de största fördelarna med att vara på just den här platsen.

## Hanigeterrassen först ut

Inom fem till tio år kommer det att märkas att Haninge har blivit mer stadsligt, men redan nu är utvecklingen i gång med byggandet av Hanigeterrassen.

Den gamla bussterminalen flyttas ned en våning och ger i stället plats för en attraktiv stadsmiljö med bostäder, butiker, restauranger, kaféer och kanske också en biograf. I området finns dessutom ambitioner om nya moderna lokaler för vård och omsorg samt hälsoinriktade verksamheter.

Det kan tidvis upplevas som stökigt när gator stängs av och läggs om, men Andreas Paulsson hoppas att Haningeborna ska ha tålamod.

– Haninge kommer att bli en ännu bättre plats framöver. Det kommer att bli enklare att röra sig till fots och det kommer att finnas mer att göra. Det ska vara lätt att trivas i Haninges stadskärna.

Läs mer om utvecklingen av stadskärnan på [haninge.se](http://haninge.se).





Illustration: Wästbygg och Sundell Arkitekter



Foto: Fredrik Hjerling

Nu påbörjas byggnationen av etapp två i Vega.

## Ny naturnära stadsdel i Vega

En helt ny hållbar stadsdel växer just nu fram i Vega. Inom kort finns här bostäder för 10 000 personer, ett nytt stadsdelscentrum med naturen inpå knuten. Sedan i april 2019 finns en helt ny pendeltågsstation.

I Vega finns plats för alla och de första invånarna har redan flyttat in. Inom fem till sju år ska Vega vara fullt utbyggt med hyresrätter, bostadsrätter, radhus och småhus.

Vega får också ett nytt stadsdelscentrum med affärer, restauranger samt kommunal service som skola och förskolor. I området byggs flera torg och parker, men i närheten finns även orörda naturstråk som de boende kan använda för avkoppling och fritid.

– Vi satsar mycket på hållbarhet och husen byggs tätt ihop för att bevara grönområdena. Vi har faktiskt ett helt naturreservat mitt i stadsdelen, säger Peter Jemtbring, Näringslivs- och utvecklingsdirektör i Haninge kommun.

### Hållbarheten är viktig

I Vega invigdes en helt ny pendeltågsstation i april 2019, så att det snabbt går att ta sig till Stockholm. Utanför sta-

tionen byggs ett busstorg med rulltrappor och bekväma anslutningar för gående och cyklister. Området utvecklas nu steg för steg.

I Vega ska det vara enkelt att röra sig utan bil och i alla trafiklösningar är gående och cyklister prioriterade.

– Alla huvudstråk har gång- och cykelstråk på både sidor av vägen med olika höjdnivå för bättre säkerhet. Vid bussterminalen kommer vi att bygga tre riktiga cykelparkeringar under tak.

Vega kommer dessutom att få flera nya busslinjer och den nya infarten från motorvägen stod klar hösten 2018.

– Jag är mycket stolt över Vega. Vega kommer att lyfta hela Haninge och komplettera stadskärnan. I Handen finns handel, men man behöver också ett område där man kan ta en promenad och gå på utflykt – och det är Vega, säger Peter Jemtbring.

Mer information finns på [www.vega.se](http://www.vega.se).



Illustration: Trafikverket

Vega ska bli en hållbar stadsdel och husen byggs tätt ihop för att bevara grönområdena i stadsdelen.

### VÄLKOMMEN TILL VEGA!



vega

I Vega, Haninge bygger vi en helt ny stadsdel. 1.500 lägenheter och radhus. Bostadsrätter och hyresrätter. Anmäl ditt intresse på [boivega.se](http://boivega.se)

  
**Stena Fastigheter**

## Haninge & Nynästaxi

Ert lokala taxibolag, men vi har hela Stockholm som vårt arbetsfält.



Vi har bilar från 1-8 personer.

Vi har fasta priser, för resor utanför kommunen

För info gå in på vår hemsida [www.hanytaxi.se](http://www.hanytaxi.se)

Ring för taxibokningar

08-7774500 eller 08-52011111

Boka gärna  
taxi genom  
vår App.

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



# Här knyts nya kontakter!

Svenska kyrkan i Haninge är en öppen kyrka där människor möts i vardagen. Här finns handlingskraft, inspiration och chans att träffa nya vänner i de olika verksamheter som erbjuds.

Vi bedriver en stor barn- och ungdomsverksamhet, erbjuder körsång och meditation. Vi ordnar konserter, föreläsningar och firar gudstjänst. När livet är svårt finns stödgrupper och enskilda själavårdssamtal. Vi stödjer människors lika rättigheter och internationellt hjälparbete.

Kom och se vad som passar dig och din familj. Vi ses!



Välkommen till Svenska kyrkan i Haninge!

svenskakyrkan.se/haninge  
facebook.com/svenskakyrkanhaninge  
08-555 670 00

Svenska kyrkan   
HANINGE



Foto: Eva Simonson

## Ett medlemskap i Villaägarna ger dig:

- en organisation som tar strid i en mängd viktiga husägarfrågor.
- Vi har stort inflytande på det kommunala planarbetet!
- bra förmåner och rabatter på varor, tjänster och försäkringar.
- Vår verksamhet är i huvudsak koncentrerad till plan- och byggfrågor, men vi ägnar oss även åt trafikfrågor i vid bemärkelse, samt åt miljöfrågor.
- tillgång till kostnadsfri rådgivning av våra experter i riksförbundet. De svarar på frågor inom det mesta som rör ditt ägande/boende.
- Du kan läsa mer om vår verksamhet på hemsidan, där du också har kontaktuppgifter till Styrelsen: [www.villaagarna.se/lokalt/region-abc2/lokalforeningar/haningetyresokretsen](http://www.villaagarna.se/lokalt/region-abc2/lokalforeningar/haningetyresokretsen)
- Vi har ca 3 500 medlemmar i Haninge kommun och runt 2 200 medlemmar i Tyresö kommun – det gör oss till en tung remissinstans på kommunal nivå.

Välkommen som medlem!

  
Haninge-Tyresökretsen



## Västerhaninge



Vi har allt du kan behöva för en god ögonhälsa!

- Glasögon
- Kontaktlinser
- Solglasögon



SYNCHECK


50%

Du betalar endast **195 kr**

för en synundersökning.

Ord pris 390 kr. Kan ej kombineras med andra erbjudanden eller rabatter. Gäller t.o.m dec 2019.

 Västerhaninge

KLIPP UT OCH TAG MED TILL BUTIKEN 

För tidsbokning, ring 08-500 103 26

Centrumvägen 7 | Vi finns vid Apoteket

Mån-fre 9.30-18. Lör 10-15 | [www.dinsyn.se](http://www.dinsyn.se) | [vasterhaninge@dinsyn.se](mailto:vasterhaninge@dinsyn.se)





Foto: Shutterstock

# Fokus på kunskap

Vi ska ge eleverna den kunskap de behöver för att de ska stå väl rustade för framtiden. Det säger Henrik Lindh som är chef på utbildningsförvaltningen i Haninge.

I kommunen pågår ett omfattande utvecklingsarbete för att höja kunskapsresultaten i grundskolorna.

– Vi har alla förutsättningar: bra lärare, engagerade rektorer och ordnad ekonomi. Det ser positivt ut, fortsätter Henrik Lindh.

## Rätt förutsättningar

För att lyckas krävs att rektorer och lärare håller koll på resultaten, gör prognoser och ser till att genomföra de åtgärder som behövs för att alla elever ska nå målen.

– Eleverna måste känna att vi ständigt frågar hur det går och vad vi kan göra för att hjälpa dem. En lyckad skolgång ger oss möjlighet att förverkliga oss själva. Man kan bryta sociala mönster och få chanser som ens föräldrar kanske inte fick, eller ta det där extra steget för att nå sin fulla potential. Det är därför så viktigt att vi vuxna skapar rätt förutsättningar för våra elever.

## Stimulans och stöd

En av lärarens viktigaste uppgifter är att

hjälpa elever som har halkat efter i något ämne att komma ikapp men också att ge utmaningar till elever som har lätt för sig och behöver extra stimulans.

– När man ska reparera kunskapsluckor räcker det inte med lite stödundervisning här och där. Då måste läraren kanske stryka schemat helt för en vecka eller två och bara jobba med det eleverna har kommit efter i. På samma sätt måste läraren utmana högpresterande elever för att de ska känna sig motiverade, säger Henrik Lindh.

## Redan burit frukt

Det målmedvetna arbetet med att utveckla Haninges grundskolor har redan burt frukt. Haninge ligger i dag över rikssnittet för gymnasiebehörighet.

– Det är förstas roligt att vi ligger över snittet. Vi måste tro på förändring och utveckling och inte nöja oss med där vi står. Vi ska skapa Sveriges framtid, generösa och glada barn som tror på sig själv och andra, säger Henrik Lindh.

## Haninge satsar på hållbar skolmat

Skolmåltiderna är viktiga – för barn och elever samt för den sociala och ekologiska hållbarheten. Därför vill kommunen servera skolmat lagad från grunden med en stor del ekologiska råvaror och minska på matsvinnet.

I kommunens skolkök använder man så stor andel ekologiska livsmedel som möjligt – cirka 35 procent. För att få råd med mer ekologisk skolmat måste skolköken laga mat från grunden av bra råvaror, utöka mängden grönsaker

och minska på matsvinnet. På detta sätt hoppas kommunen även kunna inspirera invånarna till att välja miljövänliga och hälsosamma råvaror i matlagningen.

**Kajas Musikskola**  
Erbjuder undervisning i piano, gitarr och sång

[www.kajasmusikskola.se](http://www.kajasmusikskola.se)  
tel: 073 980 52 73  
Vendelsö Gård

Att få vara barn är en mänsklig rättighet.

Post/bankgiro 90 2003-3  
Tel. 0771-90 20 03, [www.rb.se](http://www.rb.se)

**Rädda Barnen**  
Save the Children Sweden

**Haninge Djurklinik**  
Hermantorpsvägen 4,  
136 48 Handen  
Tel. 08-741 27 00  
Öppettider:  
Mån–tors 08.00–20.00,  
fre 08.00–16.00, lör–sön stängt.  
[www.haningedjurklinik.se](http://www.haningedjurklinik.se)

**BLÅKULLA  
GÅRD  
RIDSKOLA**

Blåkullavägen 75, Västerhaninge  
Tel. 08-500 207 18, fax 08-500 225 00  
Mobil: 070-564 69 56  
ridskolan@hbrf.nu  
[www.blakullagard.com](http://www.blakullagard.com)

Till oss är alla välkomna!

**Vendelsö  
Ridskola  
etablerad  
1965**

[www.vendelsoridskola.se](http://www.vendelsoridskola.se)  
RIDSKOLAN MED KVALITET OCH OMTANKE  
Österängs Gård, Vendelsö. Tel: 08-776 10 15

**Mobbad?**

Barnens Hjälptelefon  
0200-230 230  
för dig upp till 18

**BRIS**  
BARNENS RÄTT I SAMHÄLLET  
[www.bris.se](http://www.bris.se)



**T:S ÄVENTYR  
lek & paket**

**Välkommen in till  
TS Äventyr en riktig och  
annorlunda leksaksbutik.**

**Vi ses i Port73 i Haninge!**

**20%**  
Nyinflyttningsrabatt  
på en valfri vara.  
Går ej att kombinera med andra erbjudanden.

- Centrum Vux erbjuder flera olika yrkesutbildningar på sfi-, grund och gymnasial nivå.
- Kurser på grundläggande eller gymnasial nivå.
- Sfi på olika nivåer och tider.
- Sfh, svenska för hantverkare tillsammans med Sfi.

För mer information angående våra utbildningar och kurser kan du gå in på vår hemsida.

[www.centrumvux.haninge.se](http://www.centrumvux.haninge.se)

**FREDRIKA BREMER GYMNASIET**

**BLI VAD DU VILL.  
VI GÖR DET MÖJLIGT.**

En av Stockholms största och populäraste gymnasieskolor finns i Haninge.

**Fredrika Bremergymnasiet** är en av länets modernaste och populäraste gymnasieskolor, med sin satsning på nya byggnader och investeringar i ny teknik. Vi är också en av de riktigt breda, med alla de inriktningar som finns under taket. Vår skola är branschrekommenderad och du får värdefulla kontakter inför ditt framtida yrkesliv. Fredrika Bremergymnasiet inrymmer även ett Vård- och omsorgs-college samt idrottsakademier.

**FREDRIKA BREMERGYMNASIET ERBJUDER  
14 PROGRAM OCH CIRKA 30 INRIKTNINGAR**

Barn- och fritidsprogrammet	Industri tekniska programmet
Bygg- och anläggningsprogrammet	Introduktionsprogram
Ekonomiprogrammet	Naturvetenskapsprogrammet
El- och energiprogrammet	Samhällsvetenskapsprogrammet
Estetiska programmet	Teknikprogrammet
Fordons- och transportprogrammet	VVS- och fastighetsprogrammet
Handels- och administrationsprogrammet	Vård- och omsorgsprogrammet

Fredrika Bremergymnasiet 136 81 HANINGE • Besök: Dalarövägen 64, HANINGE. Tel: 08-606 77 77 • [www.fredrika.se](http://www.fredrika.se)

**Haninge kommun**





Foto: Fredrika Bremer



Foto: Fredrik Hjerling

Här invigs nya Fredrika Bremergymnasiet i närvaro av statsminister Stefan Löfvén (S), statsrådet Anna Ekström (S) och Haninges kommunstyrelseordförande Meeri Wasberg (S)

## Brett utbud av gymnasieprogram

I Haninge kommun finns flera kommunala gymnasieskolor som anordnar de flesta av de nationella gymnasieprogrammen, nationella idrottsutbildningar och gymnasiesärskola.

Gymnasieskolorna i Haninge kommun har ett stort utbud av gymnasieprogram i Haninge. Utöver de nationella gymnasieprogrammen finns möjlighet att läsa lärlingsutbildning där eleven tillbringar lika mycket tid ute på en arbetsplats som i skolan. På så sätt får eleven möjlighet att lära sig ett yrke praktiskt.

På Fredrika Bremers idrottsakademier kan blivande elitidrottare kombinera gymnasiestudier med träning på elitnivå på de Nationellt godkända idrottsutbildningarna. Eleverna får möjlighet att använda nästan 20 procent av skoltiden till sin

idrott. I Haninge erbjuds utbildning i boxning, fotboll, golf, innebandy, orientering, simning och karate.

Berga naturbruksgymnasium drivs av Stockholms läns landsting och erbjuder naturbruksprogram mot häst eller lantbruk.

För elever med utvecklingsstörning finns gymnasiesärskolan som erbjuder utbildning som är anpassad till varje elevs förutsättningar. Utbildningen motsvarar så långt det är möjligt den vanliga gymnasieskolan och det är möjligt att välja något av flera nationella program, specialutformat program eller indivi-

duellt program. Inom gymnasiesärskolan i Haninge finns även möjlighet att läsa det nya yrkesinriktade programmet för administration, handel och varuhantering.

Elever i Haninge har också möjlighet att söka till gymnasieskolor i hela Stockholms län. Ansökan till gymnasiet görs på Gymnasieantagningen Stockholms läns webbplats [www.gyantagning.se](http://www.gyantagning.se).

Mer information om utbildningar som erbjuds i Haninge finns på [haninge.se](http://haninge.se).



Foto: Haninge kommun

## Sommarjobb för Haninges unga

Ungdomar 17-18 år har möjlighet att sommarjobba i Haninge kommun. På så sätt får de både arbetslivserfarenhet och tjänar egna pengar.

Det finns ett stort antal arbetsplatser i kommunen som erbjuder jobb till ungdomar under sommaren, exempelvis inom förskola, äldreomsorg, parkskötsel och ideella föreningar. Platserna slumpas ut och de ungdomar som får jobb garanteras 100 arbetstimmar under 3-4 veckor.

Sommarjobben i Haninge ger ungdomarna egna pengar och en fot in på arbetsmarknaden – några har även fått fortsatt tidsanställning efter sina sommarjobb.

Mer information om sommarjobben finns på [haninge.se](http://haninge.se).

## Ett livslångt lärande

På Centrum Vux, den kommunala vuxenutbildningen, finns möjlighet att lära hela livet. Här finns möjlighet att läsa bland annat svenska för invandrare, yrkeshögskoleutbildningar och kurser på grundläggande och gymnasial nivå.

Centrum Vux har även ett brett utbud av yrkesutbildningar, som ekonomiassistent och undersköterska samt lärlingsutbildningar till bland annat florist och bagare.

Centrum Vux erbjuder även särsvuxutbildningar för personer med inlärningssvårigheter som beror på utvecklingsstörning eller förvärvat hjärnskada. Utöver de sedvanliga skolämnen finns möjlighet att läsa ämnen som självkännedom, verklighetsuppfattning och omvärldsorientering.

Samtliga vuxenutbildningar är kostnadsfria och alla utbildningar utom sfi och särsvux är studiemedelsberättigande.

På Centrum Vux finns tre studievägledare som kan hjälpa till att välja rätt utbildning.

Centrum Vux finns vid pendeltågstation Handen, på Marinens väg 30, plan 4 och 5.

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





**Boka  
en gratis  
prov-  
träning!**

## Välkomsterbudande! Boka en gratis provträning för dig och en väninna.

- Helkroppsträning för kvinnor på bara 30min
- Träningscoach på alla dina träningspass
- Drop-in

För bokning av ditt kostnadsfria träningspass, ring 08-777 10 03 eller gå in på vår hemsida [www.curves.eu/se](http://www.curves.eu/se)

**Curves Haninge**  
G. Nynäsvägen 3G (nära mio möbler)  
Tel: 08-777 10 03

**Curves**

## VÄLKOMMEN TILL BODY SHINE!

Stärker in & utsidan, bli ditt absolut bästa JAG!  
Den personliga lilla salongen med lite mer att erbjuda  
finns i Vega.



**20%**  
på din första  
behandling

Kan ej kombineras med  
andra förekommande  
rabatter/kampanjer

- **Bicom-Friskvårdsbehandling**  
Upplev Harmoni & Balans med bioresonans! Vill du få bättre hälsa, harmoni och balans i din kropp? Behandlingen skräddarsys på individnivå.
- **Resultat inriktad Hud & Kroppsvård**  
Här finns det senaste inom avancerad hudvård. Med våra behandlingar kan du förbättra, förebygga samt underhålla din hudkvalité

Body Shine  
G.Nynäsvägen 3G (ovanför Curves)  
136 47 Haninge. Tel: 0728985500  
E-post: [info@bodyshine.se](mailto:info@bodyshine.se)  
[www.bodyshine.se](http://www.bodyshine.se)

**BOD  
YSH  
INE**



**h** **haninge  
hälso  
studio**

Kom och  
provträna  
hos oss.  
Välkommen!

Vi tar hand om dig!  
Det personliga gymmet i Haninge

**Träna gratis  
2 månader**

vid tecknande av autogiro  
Gäller endast nya medlemmar.

Öppet 365 dagar om året | Vi finns i golfhallen

### ÖPPETTIDER

Mån-tors 05:00-23:00  
Fre 05:00-21:00  
Lör-sön 07:00-21:00

DROP IN  
PÅ ALLA PASS/  
KLASSER

GILLA OSS PÅ HANINGE HÄLSOSTUDIO FÖLJ OSS PÅ HANINGEHÄLSOSTUDIO

NYNÄSVÄGEN 150 » HANINGE » TEL. 08-745 00 40 » [WWW.HANINGEHÄLSOSTUDIO.SE](http://WWW.HANINGEHÄLSOSTUDIO.SE)

**Välkommen  
till oss!**

Mot uppvisande av denna  
kupong får du

**20% rabatt**  
på 12 mån Träningskort.  
Gäller endast ny medlem.

Giltig tom 31/12-2020.

[www.friskissvettis.se/haninge](http://www.friskissvettis.se/haninge)  
Kilowattvägen 9, 136 44 Handen. Tel: 777 75 33




## DIN LEVERANTÖR AV

Cyklar • Mopeder • Motorsågar • Röjsågar  
Gräsklippare • Åkgräsklippare • Snöslungor



**Harrys Cykel & Motor**

[www.harryscykelochmotor.se](http://www.harryscykelochmotor.se)  
[www.harryscykelochmotor.stihl-viking.se](http://www.harryscykelochmotor.stihl-viking.se)

Öppettider: Månd - fre 9-18 • Lunchstängt 12-13 • Lörd 9-13  
Åbyplan • Västerhaninge • 08-500 200 98





### Kultur- och fritidstips

Letar du efter något roligt och meningsfullt att göra på fritiden? I katalogen Kultur- och fritidstips finns mer än 170 aktiviteter för dig som är mellan 0 och 100 år och som behöver extra stöd. Du kan exempelvis enkeljympa och måla tavlor, spela schack och spela musik. Här finns också tips på var du kan lära dig rida, åka skateboard och få hjälp med läxorna. Läs mer på: [www.haninge.se/fritidfunktionsnedsattning](http://www.haninge.se/fritidfunktionsnedsattning)

Foto: Jeanette Åkesson

# Upplevelser för alla sinnen

Haninge kommun har ett rikt kulturutbud med teatrar, musikscener, konsthall och kulturhus. Strax utanför tätorten ligger de populära utflyktsmålen Årsta slott och Häringe slott, omgivna av en fantastiskt vacker natur.

## Museum

### Dalarö skärgårdsmuseum

Museet ligger i det vackra tullhuset från 1788. Här finns två utställningar, Dalarö i stormaktstidens Sverige och Dalarö – sommarlandet.

### Naturum Nationalparkernas hus

I Tyresta by ligger Naturum Nationalparkernas hus med information om samtliga svenska nationalparker. Huset har formen av en Sverige-karta med de sex största sjöarna infällda som stenpartier i golvet. Här finns också bildspel, guidningar och försäljning av kartor och böcker om Tyresta.

### Ornös bygdemuseum

Museet är inrymt i en tidigare krog, skola och sockenstuga från 1700-talet. Här finns en permanent utställning om Ornös hembygd och historia och varje sommar också en temautställning.

### Utö gruvmuseum

Varje dag under sommaren visas här utställningar om Utös historia med betoning på geologi och gruvarbete.

## Kulturhus och mötesplatser

### Haninge kulturhus

I kulturhuset vid Poseidons torg i Handen finns ett brett utbud av scenkonst, konserter, filmvisningar, dans- och teaterföreställningar för barn och vuxna. Här finns också konsthall och huvdbiblioteket.

### Jordbro kultur- och föreningshus

Jordbro kultur- och föreningshus är en mötes-

plats för kreativitet, nyskapande, lärande och underhållning. I huset finns bland annat en orkester, inspelningsstudior, bibliotek, musikskola, dansskola, miljöverkstad, olika ungdomsverksamheter, mötesrum och scener.

### Porten

På ungdokumenthuset Porten kan alla mellan 16 och 25 år skapa konst, göra musik, pyssla i ateljén, dansa, filma och klippa ihop en video, baka och laga mat, uppträda på scen och festival, titta på film och mycket annat.

## Biblioteken

På Haninges bibliotek finns böcker för alla åldrar, ljudböcker och filmer, tidskrifter och tidningar samt möjlighet att släktforska och söka i olika faktdatabaser och uppslagsverk. Biblioteket har även ett brett utbud av talböcker och lättlästa böcker.

Huvudbiblioteket ligger i kulturhuset i Handen. Det finns även bibliotek i Brandbergen, Jordbro, Ornö och Västerhaninge samt en bokbuss och en bokbåt för dem som inte har möjlighet att komma till biblioteket.

### Boken kommer

Om du på grund av långvarig sjukdom, rörelsehinder eller annan funktionsnedsättning inte själv kan komma till biblioteket kan du en gång i månaden få böcker hemkörda kostnadsfritt. Förutom böcker finns även talböcker, språkurser, tidskrifter och CD-skivor att låna. Ring 08-606 82 94 för mer information.

### Taltidning

Haninge taltidning innehåller kommunal in-

formation, reportage och intervjuer. Tidningen kan du få på MP3-fil eller Daisy-skiva som distribueras helt gratis till prenumeranterna med postutdelning på fredagar. Tidningen publiceras också på [haninge.se](http://haninge.se), där du också kan prenumerera.

## Teater, musik och film

### Teatern i Haninge kulturhus

På scenen visas teater för både barn och vuxna, dans och konserter i många olika genrer.

### Ormteatern

Teatern som ligger i Rudans friluftsområde erbjuder amatörteater och barnteater. Föreningen har också teatergrupper för barn.

### Roj-teatern

Varje år sätter Roj-teatern upp en större musikteaterföreställning och ett antal mindre kultur-evenemang.

### Teater Sesam

Sesam är en liten mångkulturell teaterensemble i Jordbro. I teaterns uppsättningar deltar barn, ungdomar och vuxna.

## Konst och design

### Konsthallen i Haninge kulturhus

I kulturhusets konsthall visas svensk och internationell samtidskonst av både etablerade och mindre kända konstnärer. Konsthallen har dessutom en dialog med publiken genom workshops, vernissager, föredrag, aktiviteter i verkstaden och samarbeten med skolor.

## Offentlig konst

Konsthallen i Haninge kulturhus ansvarar även för kommunens offentliga konst och köper in lös konst till kommunens samling. I Haninge finns verk av bland andra Anders Widoff, Jan Häfström, Bianca Maria Barmen och Johan Thurfjell.

## Sevärdheter och utflyktsmål

### Häringe slott

Slottet ligger vackert beläget vid Landfjärden och Häringe-Hammerstas naturreservat. Här har både Gustav Vasa och Torsten Kreuger bott. I dag används slottet som hotell, restaurang samt fest- och konferensanläggning.

### Årsta slott

Det nuvarande slottet byggdes cirka 1660, men har anor redan från medeltiden. Då var Årsta centrum för Tyska orden i Sverige. Här bodde den kända författarinnan Fredrika Bremer. Hennes våning och slottet visas på söndagar under sommaren av guide från Årstasällskapet för Fredrika Bremerstudier.

### Österhaninge kyrka

Kyrkan är en av Haninges äldsta byggnader. Kyrkan byggdes över en gammal offerkälla och de äldsta delarna är från slutet av 1200-talet. Mest berömd är kyrkan för sitt lutande trätorn. På kyrkogården ligger Fredrika Bremer begravd.

### Jordbro gravfält

En liten bit från Jordbro pendeltågsstation ligger Sveriges näst största järnåldersgravfält, med omkring 800 kända gravar. Jordbrogravfältet är en trolsk och lugn plats att njuta av.





Foto: Magnus Wegler

# Mer kultur för Haninges barn och ungdomar

2016 startade Haninge kulturskola sin verksamhet. Det innebär att Haninges unga utöver musik och sång nu även får möjlighet att spela teater, dansa och göra film. Och det är bara början.

Det är tidig kväll och lugnt och stilla i Rudans friluftsområde, men inne i teatersalen på Ormteatern är det full rulle.

Ett gäng tjejer marscherar fram genom rummet och skanderar "Här kommer vi! Här kommer vi!" och stannar framför tjejerna på andra sidan rummet. Men hjälp av charader ska de visa upp en Disney-karaktär och när de andra efter mycket skratt lyckas lista ut vem det är blir det kull över till andra sidan av rummet.

Varje onsdagskväll samlas tjejerna här för att leka, improvisera och hitta på sketcher. Några av dem vill bli skådespelare och andra vill bara ha en rolig fritidsaktivitet, men alla älskar de teater.

På teatern kan man vara sig själv och ingen är taskig mot någon annan. I skolan har man sin roll i klassen, men här får man vara den man vill, säger Wilda Söderman, 13 år.

Agnes Emanuelsson är också 13 år och spelar utöver teater även basket tre gånger i veckan och har matcher varje helg.

Här är man mycket friare, man får leka och ha roligt. Det är skönt, säger hon.

## Kultur för dagens ungdomar

Teater är en del av nya Haninge kulturskola. Det är den kommunala musikskolan tillsammans med fria aktörer inom kulturlivet som nu kan erbjuda barn och unga ett större utbud av kulturaktiviteter.

Vi ville bredda verksamheten så att alla barn ska kunna få tillgång till kultur, inte bara de som spelar ett instrument eller sjunger. De kulturaktörer som är utvalda speglar dagens ungdomsintressen och ett stort behov som finns, säger Uno Karlsson, chef Kulturskolan Haninge.

Haninge kulturskola startade 2016, i ett förstaskedeharkommunen tecknat avtal med fyra fria aktörer som erbjuder kurser i dans, teater, film och animation för barn i åldern 6-18 år. Framöver hoppas kommunen kunna erbjuda fler fria aktörer och många nya kulturformer.

Med fria aktörer får man en mer flexibel organisation. Vi har ett levande samhälle och framöver kanske det finns andra saker som är intressanta för ungdomar att göra, då kan organisationen följa med tiden på ett bättre sätt, säger Uno Karlsson.

För kulturaktörerna i Haninge är Kulturskolan också ett sätt att bredda verksamheten.

Det här öppnar upp för nya samarbeten och vi hoppas kunna utöka verksamheten med fler grupper och kanske också olika inriktningar, som musikal till exempel, säger Josef Szabo, konstnärlig ledare och chef för barn- och ungdomsverksamheten på Ormteatern.

## Vågar mycket mer

Inne i teatersalen har ungdomsledare Erik Mattsson samlat tjejerna runt sig på golvet för att berätta om nästa uppgift. Han delar in dem i grupper och ber dem att improvisera fram korta sketcher med en början, en vändpunkt och ett slut. Och de måste vara den karaktär som de valde i början av terminen.

Improvisation är viktigt och jag vill ge ungdomarna en möjlighet att skapa. De har så mycket energi och jag vill få den energin på rätt plats. Genom övningarna får de lära känna varandra och lita på varandra, säger Erik Mattsson.

Karaktärerna är med i alla uppgifter eftersom det är dem eleverna sedan kommer att bygga sin stora föreställning runt. Varje termin avslutas nämligen med en stor teaterfestival där alla elever får möjlighet att stå på scen.

Teater är fantastiskt eftersom man får vara olika roller och prova olika sidor av sig själv. Att stå inför publik gör också att man utvecklas, säger Josef Szabo.

Han får medhåll av Tuva-Lo Glansholm som är 11 år.

Sedan jag började med teater är jag inte längre nervös när jag ska visa upp något för klassen och jag tycker det är roligt med föreställningar i skolan. Jag vågar mycket mer nu. Läs mer om Haninge kulturskola på haninge.se.



Varje vecka samlas de på Ormteatern för att leka och spela teater.



Ungdomsledare Erik Mattsson stödjer ungdomarna.





Foto: Magnus Wegler

# Härlig fritid i Haninge

I Haninge finns massor att göra på fritiden. Var du än befinner dig i kommunen är det alltid nära till motionsspår, badplatser och mysiga skärgårdsöar

## Bad och simning

I Haninge finns goda möjligheter till bad både utomhus och inomhus.

### Friluftsbad

I Haninge är det nära till både hav och sjö. På öarna och utefter Haninges skärgårdskust finns många fina bad med lena sandstränder, hopptorn, bryggor och servering. Gälö havsbad, Schweizerbadet vid Dalarö, Årsta havsbad och Östnorabadet söder om Västerhaninge nås enkelt med buss eller bil. För den som föredrar sötvattensbad finns Rudanssjöarna i Handen med sandstrand och stora grönytor. Vid Drevviken i Vendelsö ligger Gårdens och Dalens badplatser. I Tyresta nationalpark finns de fina skogssjöarna Årsjön, Långsjön och Stensjön.

### Simning

Torvalla sportcentrum har en simhall med 25-metersbassäng, barnbassäng, undervisningsbassäng, bastu, romersk badanläggning, simskola för barn och vuxna samt vattengymnastik. Det finns även två tempererade utomhusbad i Haninge, Brandbergsbadet och Höglundabadet i Jordbro. Båda är öppna under sommaren.

## Idrottsplatser

Torvalla sportcentrum är Haninges största idrottsplats med gräs- och grusplaner, friidrottsarena, ishallar, uppvärmd konstgräsplan, simhall och sporthall. Även Hanvedens IP och Haningevalen är stora idrottsplatser. Dessutom finns många bollplaner i kommunen, ofta nära skolorna.

### Konstgräsplaner

I Haninge finns konstgräsplaner på Tungelsta Bollplan, Hanvedens IP, Jordbro IP, Torvalla IP, Vendelsömalms Bollplan, Brandbergs IP och

Dalarö IP. Konstgräsplanerna får användas av allmänheten när de inte är bokade.

## Motionsspår och vandringsleder

I Haninge finns ett stort antal spår och leder för såväl upptäcktsfärden som söndagspromenaden och träningsrundan.

### Sörmlandsleden

Sörmlandsleden är Sveriges längsta vandringsled som går genom ett vackert naturlandskap, förbi historiska minnesmärken och kulturbygder. Flera etapper av den totalt cirka 100 mil långa leden går via Haninge – genom Tyresta by och Rudans gård.

Leden passerar genom skog och ängar, utsiktsplatser och dalar, runristningar och gravfält, förbi sjöar och rastplatser.

### Maxingeslingan

Maxingeslingan vid Rudan är en motionslinga anpassad för personer som har ett rörelsehinder. Motionsslingan har en hård yta att gå eller rulla på. Det finns dock några branta backar som gör det svårt att ta sig runt slingan på egen hand med rullstol.

### Hälsans stig

Hälsans stig är en åtta kilometer lång slinga som går i omväxlande miljö i Handen. Leden är ett samarbete mellan Haninge kommun och Riksförbundet Hjärtlung. Den kom till för att inspirera till motion för folkhälsans skull. Karta över Hälsans stig i Haninge finns på [www.hjart-lung.se](http://www.hjart-lung.se) eller hos receptionen i kommunhuset.

### Elljusspår- och motionsspår

- Dalarö IP: Elljusspår 1,25 km, motionsspår 2,5 km och 7,5 km.
- Hanvedens IP: Elljusspår 7 km. Tre motionsspår 2,5km, 5km och 10km.

- Jordbro: Elljusspår 1,8 km.
- Musköskolan: Motionsspår 2,5 km och 5 km.
- Rudan: 2,5 km elljusspår och fyra motionsspår från 2,5 km till 16,7 km.
- Vendelsö-Lyckeby: Elljusspår 1,7 km.
- Tungelsta-Lillgården: Elljusspår 2 km.
- Tyresta: Skogsslinga runt Bylsjön för rullstolsburna med ledsagare. Utgår från Tyresta by, 5 km.

## Rackethallar

Västerhaninge Tennisklubb i Jordbro har fyra tennisbanor inomhus, sex tennisbanor utomhus, åtta badmintonbanor och en innebandyplan.

Vid Torvalla idrottsplats finns en tennishall som drivs av Haninge tennisklubb. I Brandbergs hallen finns två squashbanor. Det finns även tennisbanor utomhus vid idrottsplatsen Haningevalen, Vendelsömalmskolan, Svartbäckens skola, samt en i Brandbergen.

## Skate och parkour

En skatepark för nybörjare och yngre barn finns i Vendelsömalmsgropen i Vendelsö. Det finns även ramper i Lillgården i Tungelsta och på Jägartorpsvägen i Västerhaninge. I Höglundaparken i Jordbro finns en parkourpark för nybörjare.

## Utomhusgym

På våra utomhusgym kan du träna på olika sätt med din kropp som motstånd. Utomhusgymmen finns vid Hanvedens IP, Rudans friluftsområde och Brandbergsparcken.

## Skärgårdens öar

Upptäck Haninges vackra öar som erbjuder allt från vindpinade skär till lummiga vikar och långa vita sandstränder.

### Dalarö

Till Dalarö har Stockholmsarna vallfärdat under somrarna sedan slutet av 1800-talet och August

Strindberg ska ha beskrivit Dalarö som ”porten till paradiset”.

Dalarö är ett pittoreskt skärgårdssamhälle med en stor del bebyggelse från 1800-talet bevarad.

I Tullhuset från 1788 finns turistbyrå, skärgårdsmuseum och utställningar. Dalarö kyrka från 1600-talet är en av de två byggnader som klarade sig undan rysshärjningarna 1719.

Schweizerbadet har en långgrund sandstrand, stora gräsytor och kiosk. Badet är populärt också bland vindsurfare och kitesurfare. Vid Askfatshamnen kan du att hyra kajak.

Det finns flera kända vrak utanför Dalarö och här finns även en dykpark. Området har nyligen fått status som marint kulturreservat och det finns möjlighet att via båt ”torrduka” och få berättat om livet under ytan. Dalarö når du enkelt med buss eller bil.

### Fjärdlång

Fjärdlång är ett av Haninges tjugoen naturreservat och en plats för den som söker avskildhet och orörd natur.

Här finns många vandringsleder. En av dem leder upp till den högsta utkikspunkten Tysta Klint, 36 meter över havet, med en underbar utsikt långt ut i havsbandet. På ön finns fina naturhamnar och en mindre gästhamn. Här finns också vandrarhem, stugor och tältcamping. Till Fjärdlång går reguljär båttrafik med Waxholmsbolaget.

### Gälö

På halvön Gälö finns skärgårdens längsta sandstrand, Gälö havsbad. Här kan man fiska från stranden eller hyra en roddbåt. Du kan övernatta på campingen, i stugor eller på vandrarhem. Restaurangen har öppet sommartid.

Ett alternativ är Ekuddens vandrarhem på Gälös västside. På Gälö kan man vandra genom

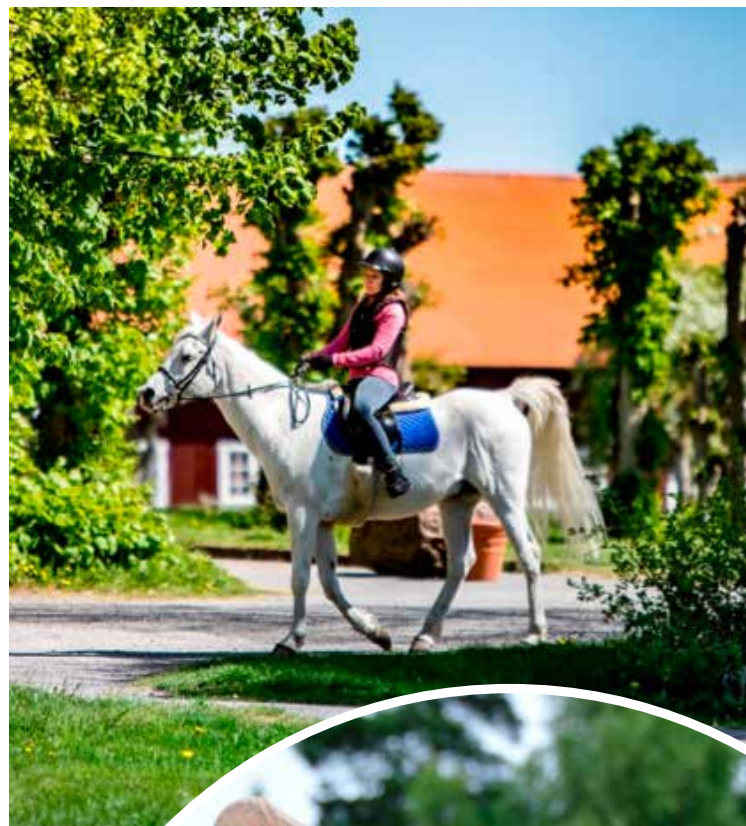


Foto: Fredrik Hjerling





Foto: Eva Simonson



Stockholms största ekskogslandskap eller längs vandringslederna vid havet. Till Gälö åker du med buss eller bil.

#### Huvudskär

Arkipelagen Huvudskär liknar inte något annat i Haninges skärgård. Längst ut i havsbandet, innan Östersjön tar vid, ligger 200 öar och kobbar utspridda. De nakna klipporna är blankslipade och skiftar i olika färger och mönster. Kanske får du se både säl och havsörn.

Huvudön Ålandskär är ett gammalt fiskarsamhälle från 1400-talet. Det finns ett vandrarium i tullhuset, men annars är servicen begränsad. Det finns inga restauranger eller affärer här, så om du vill övernatta får du ta med dig det du behöver.

Båt till och från Huvudskär går regelbundet från Fjärdlång under vår, sommar och höst.

#### Muskö

På Muskö bodde människor redan på 600-talet och det finns mycket historia att upptäcka. Muskö träkyrka invigdes under Gustav II Adolfs tid, år 1630. Det gamla torpet Grytholmen är ett friluftsmuseum med undantagsstuga, smedja, vedbod, sjöbod, brygga och båtar.

Muskö sjökrog har öppet sommartid och vissa helger under lågsäsong. Till Muskö åker du med bil genom en 2,9 kilometer lång tunnel.

#### Nättarö

Naturresevatet Nättarö är ett riktigt badparadis. De flesta badgästerna går rakt över ön till Stora Sand, en av skärgårdens största och populäraste badstränder. Vill du bada mer avskilt tar du i stället den norra vägen till Skarsand. På Nättarös stränder växer många ovanliga växter. På södra Nättarö finns helt orörd urskog.

Strax intill ångbåtsbryggan finns en skärgårdskrog, en liten lanthandel och Stockholms läns första snorkelled. Till Nättarö går reguljär båt med Waxholmsbolaget från Nynäshamn.

#### Ornö

Naturen är omväxlande på den största ön i södra skärgården. Här finns skogar, hällmark och sjöar – samt sällsynta exotiska orkidéer. Stunträsk är en av Stockholms läns djupaste insjöar. Det finns gott om promenadstigar och vandringsleder. Djurlivet är också rikt.

Ornö upptäcks med fördel på cykel som kan hyras på plats. Det finns många cykelvägar. Kajakuthyrning finns också. Från Dalarö går bilfärja året runt.

Till Ornö går direktbåt med Waxholmsbolaget från Stockholm och Saltsjöbaden under sommaren.

#### Rånö

På Rånö finns fina små sandstränder mot

Mysingen i väster. På västra sidan av Rånö finns en stugby med en långgrund vik och fina klippor.

Hundra meter från ångbåtsbryggan ligger krogen Rånö Källan.

Till Rånö går reguljär båt med Waxholmsbolaget från Nynäshamn.

#### Utö/Ålö

Utö var en populär badort redan under 1900-talet och här har kända personer som Strindberg, Fröding, Taube, Greta Garbo och Carl Larsson njutit av sommaren.

På Utö finns förutom bad, mycket att göra. Ta en cykeltur över bron till Ålö eller paddla kajak som du kan hyra vid gruvbryggan.

På Utö finns Sveriges äldsta järngruvor. De gamla gruvarbetarbostäderna från 1700-talet och

den kvarnen från 1791 finns fortfarande kvar.

Utö har flera restauranger och några har fisk och skaldjur som specialitet. Till Utö kommer de med båt från Årsta havsbad eller Stockholm.



## Edward satt hos oss i 210 dagar. Nu har han nytt hem.

Edwards historia fick ett lyckligt slut. Men för att vi ska kunna fortsätta ge underbara hundar, som precis som Edward blivit vanvårdade, en ny chans, så behövs mycket stöd. Ditt stöd.

Ge ditt bidrag på PG 90 05 57-0 eller gå in på vår hemsida [WWW.HUNDSTALLET.SE](http://WWW.HUNDSTALLET.SE).







Illustrationer: Anna Eriksson/ÅF

## Stort intresse för grön företagspark

Nu växer Stockholms nyaste – och kanske också grönaste – företagsområde fram i Albyberg. Den första fastigheten står redan klar och de första företagen har flyttat in.

Företagsområdet Albyberg ligger strategiskt placerat mitt i det viktiga kommunikationsstråket mellan Stockholm och den nya storhamnen i Nynäshamn. Men lika snabbt som man når motorvägen når man också skogsstigen.

Albyberg byggs med en tydlig hållbarhetsprofil. Tanken är att företagsområdet ska vara energieffektivt och i detaljplanen finns utrymme för eventuella små vindsnurror på taken för lokal produktion av energi. Alldeles intill området finns stora grönområden för en stunds avkoppling från jobbet. Även själva företagsparken smyckas med mycket grönska och naturens egna uttryck.

Den första etappen av utbyggnaden omfattar drygt 30 hektar företagsmark, varav Ha-

ninge kommun och Albyberg fastigheter AB äger hälften vardera. Kommunen erbjuder färdiga tomter till företag som själva vill bygga och äga sin lokal, medan Albyberg fastigheter bygger och hyr ut verksamhetslokaler och kontor till företag.

Intresset för att etablera i Albyberg är stort och verksamheter med en tydlig miljöprägel prioriteras, liksom verksamheter som tillför ett större antal arbetstillfällen i kommunen. Förhoppningen är att områdets hållbarhetsprofil ska stärkas genom etablering av företag inom den så kallade cleantech-sektorn, som innovatörer och producenter av förnybar energi.

Läs mer om Albyberg på [haninge.se](http://haninge.se) och [albyberg.nu](http://albyberg.nu).

## Drivna företagare skapar ett dynamiskt näringsliv



Haningeborna är vana att bygga från grunden. I stort sett varje dag föds en ny verksamhet i Haninge och i dag finns det cirka 6 000 företag i kommunen.

Haninge har ett dynamiskt näringsliv som till den största delen utgörs av småföretag. Det finns en stor blandning av företag i Haninge kommun, men de dominerande branscherna är handel, logistik och bygg.

Det mest kända företaget i Haninge är Coca-Cola som också är en av de största privata arbetsgivarna i kommunen. Några av de andra större företagen som har etablerat sig i Haninge är Frigo Scandia, Green Cargo och Kemetyl. Här finns också stormarknaderna Coop Forum och Ica Maxi.

### En del av Stockholm

Tillsammans med ett femtiotal andra kommuner i Stockholm-Mälarenregionen ingår Haninge i Stockholm Business Alliance. Syftet med samarbetet är att fördjupa och utveckla det lokala och det regionala näringspolitiska arbetet.

För att locka utländska företag och besökare till Stockholm-Mälarenregionen marknadsför regionen som Stockholm – the Capital of Scan-

dinavia. Ett annat viktigt arbete är att förbättra kommunernas service till de lokala företagen.

### Inspirerande möten

För kommunen är det viktigt med fler nya företag, kanske framtidens storföretag. Därför erbjuder Haninge kommun hjälp till Haningeborna som driver företag eller vill starta eget. Fem gånger om året träffas Haninges företagare och kommunen till gemensamma frukostmöten. Vid varje tillfälle deltar runt tvåhundra företagare som får lyssna till intressanta föredragshållare. Dessutom anordnas Näringslivets dag i april varje år.

### Nyföretagarcentrum

Nyföretagarcentrum i Haninge ger kostnadsfri och konfidentiell rådgivning till den som funderar på att starta eget företag eller redan har startat. Nyföretagarcentrum har erfarna rådgivare som kan hjälpa till med affärsidé, frågor kring budget och marknadsföring. Telefon 076-101 07 45.

### Nätverka mera

I Haninge finns goda möjligheter till nätverkande för företagare. Några av de nätverk och föreningar som arbetar för att främja affärskontakter och förbättra företagarnas villkor i Haninge är Företagarna, Handelskammaren, Visit Haninge och Jordbro företagspark.

Haninge kommun ger också ut ett nyhetsbrev för företagare. Nyhetsbrevet innehåller viktig information om kommunens näringsliv samt inbjudningar till frukostmöten, Näringslivets dag och andra evenemang.

Läs mer om nätverkande och anmäl dig till nyhetsbrevet på [haninge.se](http://haninge.se).



# Vissa naturupplevelser gör att man bara måste ta fram mobilen

Swisha en stor eller liten gåva till Naturskyddsföreningen och stöd kampen för natur och miljö. Vilken upplevelse vill du naturskydda?



Naturskyddsföreningen



Öppna din Swish-app och scanna QR-koden eller ange mottagare 901 303 8.







# Så kan vi sköta om vårt vatten

Många års syndande har bidragit till en övergödning av Östersjön, våra sjöar och vattendrag. Därför planerar kommunen nu ett antal åtgärder som ska leda till långsiktiga förbättringar.

– Haninges grundvatten mår bra och vi har goda grundvattentillgångar. Däremot finns det en hel del ytvatten som inte mår så bra. Vi försöker nu hitta ett sätt att åtgärda alla dessa problem, säger vattenstrateg Per Tholander.

Kommunen har tagit fram en vattenplan som ger en heltäckande bild av Haninges vatten och kommer att ta fram skötselplaner.

– Om vi skapar tillflöde till sjöarna, som är renare än sjöarna är nu, kommer sjöarna att självlåka. Men i en del fall måste man gå in och åtgärda problemen, säger Per.

Vattenplanen för Haninge kommun finns tillgänglig på [haninge.se](http://haninge.se).

## Tre tips för att ta hand om Haninges vatten:

- Se över ditt enskilda avlopp. Kontakta kommunens va-rådgivning för mer information.
- Använd inte gödningsmedel i trädgården. När det regnar rinner stora mängder näringsämnen ut i närmaste vattendrag.
- Tvätta inte bilen på gatan. Använd i stället bensinstationernas tvätthallar som har särskilda slam- och oljeavskiljare.

## Rådgivning för dig med eget avlopp

För att förenkla för fastighetsägare som måste uppgradera sina enskilda avlopp har Haninge kommun inrättat en va-rådgivning som ger råd om godkända, miljövänliga avloppslösningar och gemensamhetsanläggningar. Några gånger per år anordnas även va-kvällar då det finns möjlighet att få mer information och ställa frågor.

Mer information om rådgivningen och datum för va-kvällarna finns på [haninge.se](http://haninge.se).

### Va-rådgivningen

Telefon 08-606 80 70

Måndag, onsdag och fredag 8.30-11.30.  
[va-radgivning@haninge.se](mailto:va-radgivning@haninge.se)



Foto: Björn Oliviusson



Foto: Björn Oliviusson

Haninge kommun arbetar för att hitta det bästa sättet att odla klimatsmart och ta tillvara regnvatten.



# Hej!

Det är vi som tar hand om dina sopor.

Du som bor i villa kan sortera ut ditt matavfall och få **lägre avfallstaxa**.

Vill du slippa gå till återvinningsstationen med dina förpackningar kan du välja vår tjänst **Sorterahemma**.

Byggt om eller städat källaren? Du kan **hyra container** av oss för att bli av med soporna.

Farligt avfall, grovsopor, trädgårdsavfall och en hel del annat kan du lämna på våra **återvinningscentraler**. Då behöver du ett **passerkort**.

Alla villa- och fritidshuskunder har fått passerkort hemskickade i brevlådan. Bor du i lägenhet kan du beställa ett kort. Med kortet kommer du in på alla våra åtta återvinningscentraler.

Mer information om oss och våra tjänster hittar du på

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

Kundservice

E-post: kundservice@srvaterving.se

Telefon: 0200-26 46 00



# Upptäck. Upplev. Utforska.



**Storslagen natur. Smultronställen. Livet runt omkring oss. Hjälp till att bevara vår natur och miljö för framtida generationer.**

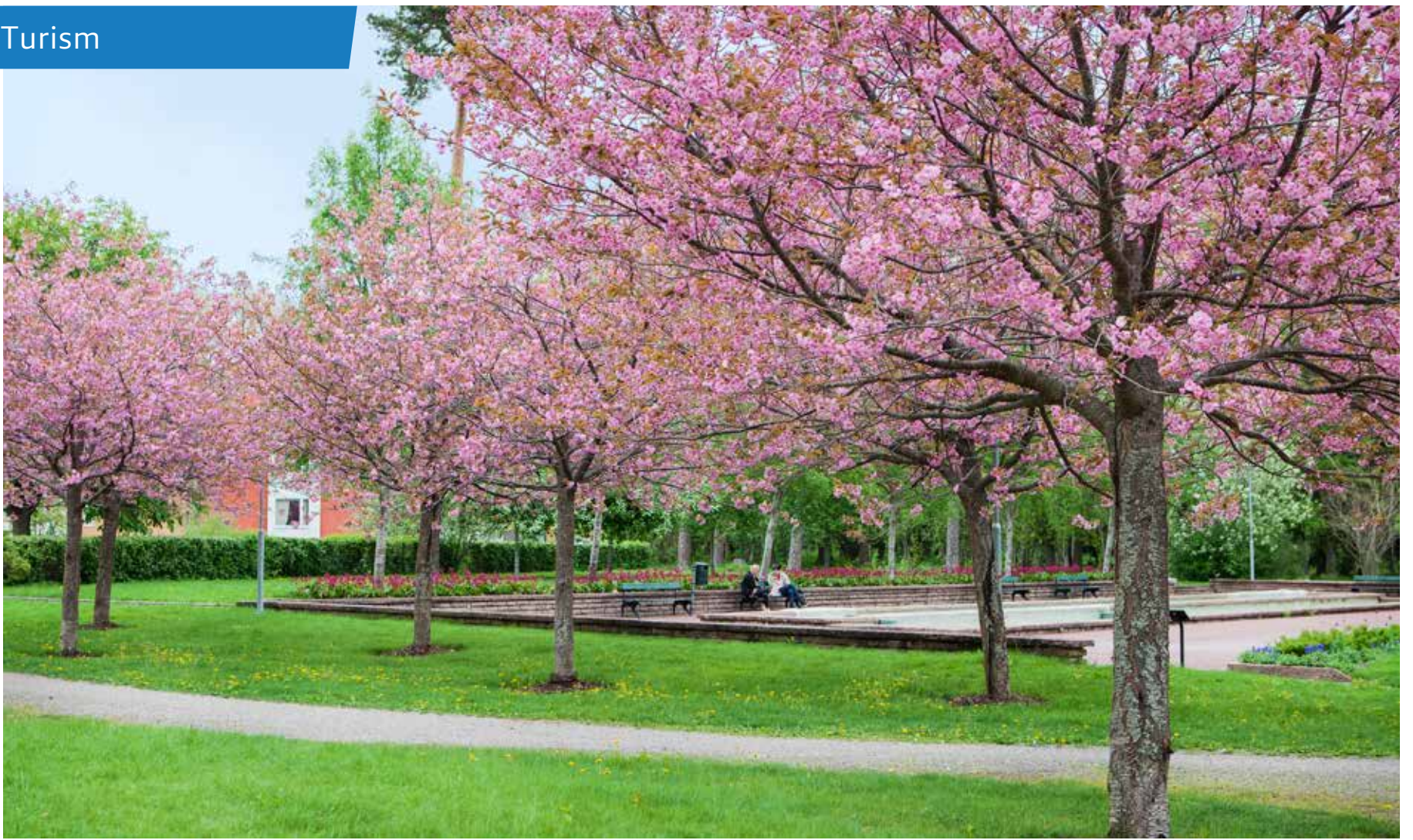
Bli medlem i Svenska Naturskyddsföreningen eller stöd vårt arbete med en gåva. För privatpersoner finns flera olika stödformer och som företag kan ni bli Företagsfadder.

**Läs mer på [www.snf.se](http://www.snf.se)**



Svenska Naturskyddsföreningen





Åbyparken är en riktig pärla med blommande körsbärsträd och spegelblank prydnadsdamm.

Foto: Tomas Södergren

# Upptäck Haninges gröna rum

Det är alltid nära till gröna parker i Haninge. Här finns mötesplatser och stråk för aktiviteter, lek och motion, men även för en stunds avkoppling i vardagen.

## Brageparken

En liten park i närheten av Haninge centrum med blommande perenner, parkbänkar och en skulptur föreställande en dovhjort med sitt kid. I anslutning till parken finns en lekplats och en bollplan.

## Brandbergsparken

Större park i anslutning till Brandbergsbadet och Brandbergen centrum. Här finns en större lekplats i flera nivåer, tennisbanor och en belyst pulka- och cykelbacke. Brandbergsparken har nyligen renoverats med bland annat en hundrastgård med några agilityhinder, ett litet utomhusgym och en ny trädgårdsinspirerad sittplats.

## Centrumparken, Västerhaninge

En lummig park med många stora träd vid pendeltågstationen. Här finns vackra bänkar och flera av de stora träden är belysta av en ljuskonstnär. Här finns även spännande underjordiska talrör för barnen.

## Eskilsparken

Haninges "stadspark" är mycket populär både sommar och vinter. Här finns utrymme för lekar, bollspel, pulkaåkning och musikevenemang. Andra delar av parken inbjuder till lugn och ro med blommande perenner och konstverk. I parken finns även två hundrastgårdar.

## Höglundaparken

Jordbros "gröna lunga" är en del av ett längre gröonstråk mellan Västerhaninge och Handen. De stora gräsytorna inbjuder till umgänge, utflykt och bollspel. Parken är flitigt använd. Här finns även Jordbro parklek, Höglundabadet, en ny konstgräsplan och en hundrastgård.

## Slät mossens naturpark

Ett uppskattat promenadstråk som knyter samman norra Jordbro med Handen. Dammarna i parken både renar dagvattnet och bildar en härlig miljö med ett rikt naturliv. Här finns möjlighet att mata änder eller se bävrarnas försök till att dämna vattnet.

## Sågenparken

Omväxlande parkmiljö i Vendelsö med en lekplats, grusplan, en BMX-bana och hundrastgård. Lyckån slingrar sig genom parken och flera broar går över ån. Den södra delen av parken övergår i skog medan det i den norra delen finns en fruktlund. Precis utanför parken finns det odlingslotter.

## Tungelsta trädgårdspark

En intim trädgårdspark med gamla fruktträd och välklippta häckar. Här finns även två trädgårdsrum som kan inspirera entusiaster. Genom parken rinner Rocklösaån.

## Åbyparken

I den södra delen av parken finns en dammanläggning med blomsterplanteringar, medan den norra domineras av gles tallskog och naturgräs. Här finns en populär lekplats och en mindre hundrastgård. Parken kommer att renoveras under åren 2016 och 2017.



I Haninges stadspark, Eskilsparken, finns stora ytor för lek och bollspel.

Foto: Eva Simonson

## Haninge är en blommande kommun

Det är inte bara i parkerna som Haninge blommar. Varje år planterar kommunen säsongsblommor i ett program med både vårfior, sommarblommor och höstfärging. Säsongsblommorna finns på centrala platser runt om i kommunen och vid våra äldreboenden. På våarna kan man också njuta av stora lökplanteringar i rondeller och parker. Läs mer om planteringarna på [haninge.se](http://haninge.se) under rubriken Bygga, bo och miljö.

## Nu blir parkerna bättre

För att höja kvaliteten på Haninges parker har kommunen tagit fram en parkplan samt en metod för medborgardialog – Nyfiken park. I medborgardialogen får parkens användare och närboende tycka till om vad som är bra, vad som kräver lite extra omvårdnad och vad som saknas i parken. På så sätt blir parkerna bättre för alla Haningebor. Läs mer om Nyfiken park på [haninge.se](http://haninge.se).

## Bättre rastgårdar för hundar

Även våra fyrfota vänner ska kunna njuta av parkerna. Haninge kommun har genomfört en medborgardialog om hundrastgårdarna. Det har resulterat i en genomgång av sju rastgårdar så att de får tillräckligt höga staket, effektiva grindar och bänkbord både inne i rastgården och utanför. Kommunen har även förbättrat belysningen i alla hundrastgårdar. Läs mer om hundrastgårdarna på [haninge.se](http://haninge.se).

I boken "Vägvisare till naturen i Haninge" hittar du tips på platser att upptäcka. Kommunen ordnar också naturguidningar. Guidningarna är samlade i broschyren "Välkommen till naturen i Haninge". Boken och broschyren är gratis och finns att hämta i kommunhuset och på biblioteken.







Runt ängsmarkerna i Tyresta naturreservat trivs många fjärilar.



Vacker, men farlig. Den köttätande växten sileshår växer vid Årsjön.

# Tyresta i Haninge

## – urskog för återhämtning och friskvård

Tyresta nationalpark och naturreservat är en av de finaste urskogarna söder om fjällregionen. Här kan man vandra i riktig vildmark bara några kilometer från närmaste bostadsområde.

Det är gryning en sommarmorgon i början av juli. Solen har ännu inte gått upp och det är skumt och tyst i Tyresta nationalpark. Plötsligt knakar det till i en dunge, tunga dova steg hörs och en utdragen frustning. Något riktigt stort gömmer sig där inne i skogen.

I Tyresta nationalpark finns det goda möjligheter att stöta på älg, rådjur, räv och skogshare. Men det unika med skogen är de stora träden, några 400 år gamla, med sina väldiga kronverk högt ovanför huvudet. Den äldsta tall som påträffats i nationalparken är över 500 år.

Tyresta nationalpark ligger i ett omväxlande spricklandskap med tallar uppe på hållmarkerna och granar i de bördigare dalsänkorna. Det är tack vare den karga marken som skogen har fått stå orörd så länge. De smala dalgångarna mellan

hållmarkerna dög nämligen varken till något storskaligt skogsbruk eller till odling.

Stockholms stad köpte Tyresta 1936 som friluftsområde åt den växande befolkningen och 1993 blev Tyresta en nationalpark.

### Vackra skogssjöar

I skogens virrvarv av grenar, rotvälter och multnande träd och längs de mjuka stigarna med flera hundra år gamla barr sticker ett kaos av små och stora rötter upp. Det gäller att se sig för var man går.

I nationalparken finns ett tiotal sjöar och tjärnar där man sommardag kan ta sig ett dopp. Den här morgonen står luften still och solen börjar så småningom silas genom trädens stammar. Men vid Årsjön ser det ut att regna och



Morgonljuset vid Årsjön är bedövande vackert.

små ringar täcker hela ytan. Det är tusen små skraddare som sprätter fram över sjön.

En gök gal och det ekar mellan bergen. Snart får han sällskap i sången och tidvis låter det som ringande kyrkklockor. En del påstår ju att skogen är naturens tempel.

### Skogen som medicin

Naturen är viktig för många svenskar. Dessutom finns det flera vetenskapliga rapporter som bekräftar naturens läkande verkan, inte minst när det gäller stresslindring. För den som har fått fysisk aktivitet på recept finns möjlighet att delta i vandringar i Tyresta nationalpark. Skogens stillhet, frid och skönhet är en effektiv medicin, men kanske framför allt en friskvård – och den utnyttjas av många.

En räv kommer kilande i den starka morgonsolen över gångplankorna som ligger över våtmarkerna vid Årsjön. Gångplankorna fyller samma funktion för rävarna som för den miljon människor som varje år besöker nationalparken.

Tyresta nationalpark omfattar nästan 2 000 hektar. Runt nationalparken ligger Tyresta naturreservat med innerskärgård, rika lövskogsområden och värdefulla gamla odlingsmarker med fantastiska blommor.

Solen har nu gått upp över trädtopparna och över ängsmarkerna svävar hundratals fjärilar i rosa, vitt, blått och orange. Bland blommorna på en äng ligger en ettårig älgkalv och värmer sig i solen. Den iakttar intresserat besökaren som är på väg ut från urskogen – en aning upplivad, något piggare och kanske lite friskare.

## Ta en promenad längs Haninges historia

Är du nyfiken på hur Haningeborna levde för länge sedan? Längs Harspåret får du lära dig både mer om naturen och hur livet kring Rudan såg ut förr i tiden.

Vid Rudans friluftsområde finns en ny stig – Harspåret. Stigen är 3,7 kilometer lång och längs vägen finns sju stationer som berättar om hur människor levde förr.

Utmed den snirkliga stigen ser du bland annat en gammal källa där man hämtade friskt vatten och en liten igenväxt skogsåker där skogsbönderna odlade sin mat. Här kan man också se en stor kolbotten och få

veta mer om hur man tillverkade kol förr i tiden.

I Rudans skogen finns också många spår från istiden och stigen passerar flera jättegrytor – stora hål i berget. De kallas för jättegrytor eftersom människor förr i tiden trodde att jättarna använde dem när de lagade mat.

Harspåret tar ungefär en och en halv timme att gå och det finns flera rastplatser längs vägen.

### Tips!

Tyresta by är huvudentrén till Tyresta nationalpark och naturreservat. Byn var befolkad redan på 1300-talet och den gamla tidens struktur finns ännu kvar. I Tyresta by finns servering, lanthandel, hantverkare och grillplats. Här finns också Naturum Nationalparkernas hus som presenterar alla Sveriges nationalparker i en utställning. Fri entré.





Skjorttvätt vid Hyttanträsk på Muskö.

Foto: Haninge bildarkiv

# Från skärgårdskobbe till storkommun

En gång i tiden var hela Haninge ett ändlöst havslandskap och Tornberget, kommunens högsta punkt, stack bara upp som en liten kobbe ur vattnet. Det var hit de första Haningeborna flyttade för 9 000 år sedan.

De försörjde sig på att fiska och jaga och allt eftersom vattnet drog sig undan befolkades även andra delar av Haninge. Under järnåldern började människorna bruka jorden och byar växte fram bland annat i dagens Västerhaninge, Vendelsö, Tungelsta och Jordbro. Det stora Jordbrogravfältet med omkring 800 synliga järnåldersanläggningar tillkom under denna tid.

I Haninge finns runristningar med unika motiv – tjädertuppar. Den tuppen pryder i dag Haninge kommuns vapen. Det finns dessutom teorier om att det är tjäderhanen som har gett namn åt Haninge. Under medeltiden uppförde präster och adel stormansgårdar i Haninge och under 1600-talet byggdes de tre ståtliga slotten Häringe, Sandemar och Årsta.

Årsta slott är främst känt för att författaren Fredrika Bremer under 1800-talet utförde en stor del av sitt författarskap och tillbringade sina somrar här.

## Första feministen

Fredrika Bremer föddes 1801 och anses vara kvinnorörelsens främsta pionjär. Hennes roman Hertha blev opinionsbildande och medförde, efter en livlig debatt i riksdagen 1858, att kvinnor myndigförklarades.

Fredrika Bremer växte upp i Stockholm, men vistades helst ute på familjegodset Årsta.

Där ägnade hon sin tid åt att skriva och förbättra livet för trakten många fattiga och sjuka. Fredrika Bremer avled efter en kort tids sjukdom på nyårsafton 1865 i sin kammare på Årsta slott. I ett rum på andra våningen finns hennes möbler kvar. Fredrika Bremer ligger begravd i familjegraven vid Österhaninge kyrka.

## Viktig tvätterinäring

På 1800-talet ökade Haninges befolkning kraftigt. Allt mer jord odlades upp, men inkomsterna från jordbruket räckte inte riktigt till och en ny servicenäring utvecklades.

Det var nämligen inte bara Fredrika Bremer som uppskattade Haninges rena lantluft och klara vatten. I slutet av 1800-talet blev det bland Stockholms borgare populärt att skicka sin tvätt till Haninge.

Här skulle den tvättas i källvatten och torkas i frisk lantluft och därmed bringa hälsa till storstadsborna. Under 1920-talet fanns omkring 140 tvätterier runt om i Haninge och en stor del av Haningeborna var engagerade i näringen.

Till en början tvättades linnet för hand och fick hänga på tork på gårdsgårdarna. Så småningom infördes en handdriven tvättmaskin och tvätten fick torka i speciellt utformade torkklador.

Haningeborna tvättar inte längre Stockholms lakan, men många torkklador finns fortfarande bevarade på flera ställen i kommunen. I rondellen vid Wärmarksplan i Vendelsömallm finns också en modern torkklada som en liten påminnelse om vad tvätterinäringen har betytt för kommunen.

## Ett växande samhälle

I dag bor drygt 91 000 personer i Haninge. Det naturnära läget och närheten till Stockholm gör att allt fler söker sig hit. Haninge utpekas som en av Stockholms läns regionala stadskärnor och flera nya stadsdelar växer fram, samtidigt som kommunen aktivt arbetar för ett hållbart klimat och friska kuster.

Haninge vill fortsätta att vara det växande samhället med den rena luften och det klara vattnet.



Fredrika Bremer tillbringade många somrar på Årsta slott.

Foto: Haninge bildarkiv





#### Tips!

Haninge kommun har tagit fram en kulturmiljökarta med guide till många av de spännande platserna i landskapet. Kartan och guiden kan laddas ner på [haninge.se](http://haninge.se) eller finns att få gratis på bland annat kulturhuset och kommunens bibliotek samt i kommunhuset.



# Spännande kulturmiljöer i Haninge

I Haninge har människor levt och verkat i cirka 9 000 år. Spår från alla tider finns i kommunens kulturmiljöer. Några av dessa är ett av Nordens största järnåldersgravfält, en runristning med förebilden till kommunens logga, en tandvårkstall som sades bota tandvård och ett skeppsvraksområde där man kan "torrdyka".

#### Järnåldersgravfältet

i Jordbro är förmodligen Nordens största gravfält från äldre järnåldern, cirka 500 år före Kristus till cirka 500 år efter Kristus. Här finns omkring 800 kända gravar med bland annat skeppssättningar, resta stenar och ett stort gravröse.

#### Tyresta by

har anor från forntiden. Här finns flera gravfält från järnåldern och en runristning från cirka 1 000 år efter Kristus med en tupp avbildad

– inte helt olik den tjädertupp som i dag pryder Haninges kommunvapen och logga.

#### Galgstenen

som står invid gamla Nynäsvägen mellan Jordbro och Västerhaninge var Sotholms härads avrättningsplats. Den siste som avrättades här var drängen Gustav från Näringsberg, som avrättades 1855 för att ha mördat sin husbonde.

#### Tandvårkstallen

skulle ta över tandvårken om man petade med

en spik i sin onda tand och sedan slog in spiken i tallen. Enligt folktron drabbas den som faller tallen av all dess inneboende tandvård – och därför står tallen kvar än i dag.

#### Dalarö skeppsvraksområde

är ett marint kulturresevat som invigdes i maj 2014. I Dalaröområdet finns ett 30-tal registrerade fartyglämningar från 1600-till 1900-talet. Tre vrak som är representativa för sin tid har valts ut för att ingå i kulturresevatet. Läs mer om organiserad dykning och torrddykning på [haninge.se](http://haninge.se).

#### Moderna kulturmiljöer

Kulturmiljöer kan vara mycket gamla eller helt moderna. Några moderna miljöer som bär på kulturhistoria är exempelvis miljonprogramsområdet Huggarvägen och Mormontemplet i Västerhaninge.

#### Kulturmiljö

En kulturmiljö är en miljö som har formats av människor genom tiderna. Det kan vara alltifrån en enskild plats eller byggnad till hela landskap.

## Kommunens service på finska



Haninge ingår i förvaltningsområde för finska språket. Det betyder att du som finsktalande har rätt att använda ditt modersmål i kontakten med din hemkommun.

Finskspråkig personal finns naturligtvis inte alltid på plats, men vi försöker att så snabbt som möjligt hitta lämpliga lösningar utifrån dina behov.

Finsktalande vårdnadshavare har rätt att få plats för sina barn i helt eller delvis finskspråkig förskoleverksamhet. Kommunen erbjuder service och omvårdnad inom äldreomsorgen, där hela eller delar av verksamhetens personal behärskar finska.

## Kunnan palvelua suomeksi



Haninge kuuluu suomen kielen hallintoalueeseen. Se tarkoittaa sitä, että sinulla suomenkielisenä on oikeus käyttää omaa äidinkieltäsi asioidessasi kotikuntasi kanssa.

Suomenkielistä henkilökuntaa ei luonnollisesti ole aina paikalla, mutta pyrimme mahdollisimman pian löytämään sinun tarpeitasi vastaavat, sopivat ratkaisut tähän.

Suomenkielisillä lasten huoltajilla on oikeus saada lapsensa kokonaan tai osittain suomenkieliseen esikouluun. Kunta tarjoaa myös vanhustenhuoltopalveluja, joissa henkilöstö on kokonaan tai osittain suomen kielen taitoista.

En aktiv röst  
[www.amnesty.se](http://www.amnesty.se)



amnesty

 **BRANDBERGENS  
LÅSHÖRNA AB**  
Din säkerhetsbutik i Haninge

#### Brandbergens Låshörna AB

Träffgatan 1,  
Brandbergens Företagsområde  
136 44 Handen

Tfn. 08-777 11 11

[info@lashornan.se](mailto:info@lashornan.se)

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

**Lås – Nycklar  
Säkerhetsprodukter**



# Professionell telefonpassning

Prova oss under tre  
månader utan  
bindningstid och  
fasta avgifter.

**033-700 71 00**  
**www.diatel.se**



DIAGONAL TELEFONPASSNING  
Box 55157, SE-504 04 Borås





## HJÄLP FLER CANCERSJUKA BARN ATT BLI FRISKA



www.barncancerfonden.se  
020-90 20 90

Välkommen till  
Apotek Hjärtat  
i Haninge Centrum!



Hos oss får du hjälp med råd och recept, egenvård och friskvård. Vi har även djurläkemedel och djurprodukter. På vår hemsida kan du beställa både receptbelagda läkemedel och receptfria produkter.

Vår ambition är att ge varje kund bättre hälsa och välbefinnande genom personligare service, bredare sortiment och utökade tjänster.

Vi kommer flytta till en ny lokal i centrumet under året med ett bredare sortiment, för mer information gå in på vår hemsida.

### Apotek Hjärtat Haninge Centrum

Runstensvägen 1  
Vardagar 9-19  
Lördag 10-18  
Söndag 11-17

apotekhjartat.se  
0771-405 405

APOTEK 

# HÄLSOCENTRALEN AKKA

Vårdcentralen för dig!

Öppettider måndag-fredag 8-17

- Läkarmottagning
- Barnvårdscentral
- Dsk-mottagning
- Diabetesmottagning
- Rehab – sjukgymnast, arbetsterapeut, dietist
- Lymfterapeut
- Astma-kol mottagning
- Hypertonimottagning
- Äldremottagning
- Medicinsk fotsjukvård
- Kurator
- Livsstilmottagning
- Prickmottagning
- Vaccinationer
- Telefonrådgivning
- Karolinska Laboratoriet och apotek finns i samma hus

Vård och läkarbesök online via mobil och dator  
Se information på hemsidan samt 1177.se



### Hälsocentralen Akka

Klockargatan 17,  
137 38 Västerhaninge

Telefonrådgivning:  
08-500 731 00

Fax: 08-500 731 49

E-Tjänster via 1177

Välkommen att lista  
dig hos oss!

www.halsocentralenakka.se

Vi har avtal med  
Stockholms läns landsting





Foto: Shutterstock

## För dig som vill bli en varm och omsorgsfull pappa eller en trygg och inklämmande sambo – delta i icke-våldsgrupp för män!

Tappar du kontrollen ibland? Höjer du rösten eller pratar nedvärderande till dina närmsta i syftet att få tyst på, bestraffa eller styra och påverka dem till att göra något de inte har lust med? Då är du välkommen till oss. Våld ska inte bemötas med våld. Detta är grundtanken i den metod som gruppen bygger på. Vi gruppledare kommer att bemöta dig med värme och förståelse men också med utmaningar. Vi tror på den enskildes lust och vilja till att utveckla sig i frågan om sina handlingar gentemot

andra. Det är en stor och krävande uppgift att förändra sig. Det kan vara en ännu större uppgift att ta på sig ansvaret för det man gjort och trygga sina närmaste. Vi vill hjälpa till att inge både tro och hopp, men också realism.

### Kontakta oss nu för ett informations- och motivationssamtal:

Familjeresursen, Tel: 08-606 73 42

Manscentrum, Tel: 08-448 50 91

E-post: info@manscentrumsodertorn.se

## Hjälp för dig som hjälper

Att ta hand om eller stötta en närstående är en viktig uppgift, men ibland kan det kännas svårt att räcka till och hinna med. Anhörigkonsulenten ger dig som anhörig stöd för att orka och för att själv må bra.

Du som hjälper och vårdar en närstående som är äldre, har psykisk ohälsa, funktionsnedsättning eller missbruksproblematik har rätt till anhörigstöd från kommunen.

Anhörigstöd kan innebära att stödja, underlätta och bidra till ökad livskvalitet för

anhöriga och deras närstående. Det kan till exempel handla om avlösning i hemmet eller i dagverksamhet, avlastningsplats, samtalsstöd, utbildning i cirkelform eller föreläsningar.

Kontakta kommunens anhörigstödare via växel 08-606 70 00

# Trygghet, service och roliga aktiviteter för seniorer

Haningeborna ska kunna leva ett rikt och aktivt liv – hela livet. Här ska seniorerna få möjlighet att bo kvar hemma så länge de önskar, men det finns också flera boendelalternativ för dem som behöver mer vård och omsorg.

Haninge kommun strävar efter att alla ska kunna bo kvar hemma så länge det är möjligt. Hemtjänsten gör det möjligt genom att du i din vardag kan få hjälp och stöd med exempelvis personlig omvårdnad, inköp, städning och tvätt.

En anpassning av bostaden kan också underlätta att bo kvar hemma längre. Om du har en bestående funktionsnedsättning som gör att du behöver anpassa din bostad, kan du ansöka om bostadsanpassningsbidrag hos kommunen. Kommunen erbjuder även dagverksamhet och korttidsboende samt stöd till anhöriga som vårdar närstående.

När du inte längre kan bo kvar hemma kan du ansöka om en plats i vård- och omsorgsboende. Kommunen erbjuder också till viss del seniorboende med hyresrätt för personer som fyllt 65 år.

För mer information kontakta Äldre direkt på 08-606 76 00 eller läs mer på [haninge.se](http://haninge.se).

Det finns flera träffpunkter för äldre i Haninge. Hit kan du komma för en pratstund, fika eller för att delta i någon aktivitet, som sittgympa, bingo eller hantverk. Besökarna kan själva påverka utbudet genom egna förslag och idéer.

Adresser till träffpunkterna samt aktivitetsprogram finns på [haninge.se](http://haninge.se). Det går också bra att ringa äldreförvaltningen på 08-606 76 00 för mer information.

### Kontakt

Mer information om äldreförvaltningens service och tjänster hittar du på [haninge.se/aldre](http://haninge.se/aldre)

### Må bra-cirklar

Du som är över 65 år och vill lära dig mer om hur du kan hålla dig frisk kan gå med i en må bra-cirkel. Cirklarna hålls på träffpunkterna och du får bland annat lära dig mer om träning med lätta rörelser, hur du övar upp balansen samt kunskap om kost, sömn och stress. Läs mer på [haninge.se](http://haninge.se) eller ring Jane Persson på 08-606 81 58.

### Fixarservice

Är du över 65 år och behöver hjälp i hemmet med tillfälliga arbeten som du har svårt att klara av själv, kan du få hjälp av fixarservice. Det kan handla om uppsättning av gardinstång, byte av glödlampa eller hjälp vid tunga lyft. Fixarservice nås på 08-606 88 34.

## Färdtjänst

Färdtjänsten är till för att personer med en funktionsnedsättning ska få samma möjligheter att resa som övriga som reser med kollektivtrafiken. Färdtjänsthandläggare nås via kommunens växel 08-606 70 00.

## Service för personer med funktionsnedsättning

Personer med fysiska eller psykiska funktionsnedsättningar har rätt till stöd och service för att kunna leva ett aktivt och självständigt liv. Om du eller ditt barn har någon funktionsnedsättning är du välkommen att kontakta socialförvaltningen genom kommunens växel 08-606 70 00 eller läsa mer på [haninge.se](http://haninge.se).

# Stöd för barn, tonåringar och deras föräldrar



Foto: Fredrik Hjerling

Generellt kan man säga att en trygg miljö under den tidiga uppväxten ökar chansen för att det ska gå bra senare i livet. Risken att utveckla problem minskar när barn och föräldrar har en varm relation och när barns positiva handlingar uppmärksammas mer än de negativa.

Nyckeln till framgång verkar vara ett gott samspel mellan föräldrar och barn. Men ibland är det inte alltid lätt att vara förälder. Därför erbjuder Haninge kommun föräldraträffar, stöd och rådgivning för föräldrar och par som behöver hjälp att lösa problem och konflikter.

**ABC** är föräldraträffar för alla föräldrar med barn 3-12 år som vill utveckla och stärka relationen med sitt/sina barn. Träffarna leds av utbildade gruppledare som går igenom olika teman som att visa kärlek, vara med, visa vägen och välja strider. Information

varvas med filmer och diskussioner. Träffarna är kostnadsfria. Läs mer: [haninge.se/abc](http://haninge.se/abc)

**Älskade förbannade tonåring** är föräldraträffar för alla föräldrar med barn som snart eller redan är i tonåren. Föräldraträffarna leds av utbildade gruppledare och tar upp olika teman, som exempelvis tonårstiden – en ny fas för utveckling, svåra samtal och utmaningar. Träffarna är kostnadsfria. [haninge.se/tonaring](http://haninge.se/tonaring)

På **föräldramottagningen** kan du få personliga samtal med kunnig personal om ditt föräldraskap.

**Familjecentralerna** i Brandbergen och Jordbro är en mötesplats för föräldrar med barn i förskoleålder, i samverkan mellan Haninge kommun, Haninge primärvård och Svenska kyrkan. På familjecentralerna finns bland annat öppen förskola, barnvårdscentral och socialtjänsten.

**Familjerådgivningen** ger råd till par och andra vuxna med relationsproblem. Kontakten är frivillig och söks på eget initiativ. Varje besök är avgiftsbelagt.

Läs mer om de olika familjerådgivarna som Haninge kommun har avtal med på [haninge.se](http://haninge.se).

**Nattvandring** Haninge kommun samarbetar med polisen, [nattvandring.nu](http://nattvandring.nu) och föreningar som vill ge av sin tid för att skapa ett tryggare Haninge för alla.

Nattvandringar i Haninge är en politiskt och religiöst obunden verksamhet med

syfte att skapa ett tryggare Haninge för alla. [haninge.se/nattvandring](http://haninge.se/nattvandring)

**Mottagning barn och unga** ger råd och hjälp för barn och unga som lever i en hemmiljö med våld, alkohol, droger eller psykiska problem. Mottagningen nås på telefon 08-606 79 96.

**Hanba** är grupper för barn och ungdomar som lever eller har levt i en orolig hemmiljö. I grupperna får du möjlighet att prata med andra i samma ålder som har upplevt en liknande situation. Hanba vänder sig till dig som är 7-18 år och nås genom kommunens växel 08-606 70 00 eller på 08-606 92 34.

**Ungdomsmottagningen** ger rådgivning och annan hjälp i frågor som rör relationer, sex, preventivmedel och droger. På mottagningen finns läkare, barnmorskor och kuratorer. Telefon 08-606 55 25.





Foto: Shutterstock

## Stöd för dig som upplever hot och våld

Våld i nära relation omfattar alla typer av våld som kan förekomma mellan närstående oavsett ålder, kön eller könsidentitet.

### Du som är utsatt för hot och våld i nära relation

Det finns hjälp att få! Socialtjänsten erbjuder stödsamtal, försörjningsstöd och skyddat boende. Du behöver inte ha gjort en polisanmälan för att få hjälp. Även Hanninge kvinnojour och Hanninge/Nynäshamns Brottsofferjour erbjuder stöd och hjälp.

Är du över 65 år ska du vända dig direkt till äldreförvaltningen som har en särskild äldrelots som arbetar med våld i nära relation.

### Du som utövar våld mot någon närstående

Du som utövar våld kan också få hjälp! Socialtjänsten och Manscentrum Östra Södertörn erbjuder stöd- och motivationssamtal.

### Du som är anhörig

Är du orolig för att någon närstående kan vara utsatt för våld i nära relation kan du också

kontakta någon av dem som arbetar med våld i nära relation för att få råd och stöd.

### Tolk

Om du inte talar svenska har du rätt att få en tolk när du talar med socialtjänsten.

### Kontaktuppgifter för våldsutsatta

Akut behov av hjälp ring polisen på 112  
Socialjouren (kvällar och helger) 08-778 48 60

**Om du är barn:** 08-606 92 78

E-post: barnlotsen@hanninge.se

**Om du är vuxen:** 08-606 73 14, 08-606 92 39

E-post: valdinara@hanninge.se

**65 år eller äldre:** 08-606 74 95

E-post: aldrelots@hanninge.se

### Kontakt för dig som utövar våld

Tel: 08-606 73 14, 08-606 92 39

E-post: valdinara@hanninge.se

## Alkohol och droger

Upplever du att du själv eller någon i din närhet har problem med alkohol eller droger?

Hanna-mottagningen är till för dig som är mellan 13–25 år och dina föräldrar. Hanna har öppen mottagning flera gånger i veckan varav en kvällstid och behandlingen är kostnadsfri.

Är du vuxen och har problem med alkohol och droger vänder du dig till socialförvaltningen via kommunens växel 08-606 70 00.

Tillsammans kan vi halvera antalet hjärtattacker på tio år. Forskarnas mål är att halvera dödstalen och på sikt besegra hjärtsjukdomarna. De är på god väg! Men för att nå målet måste de få mer resurser.

## Hjärt Lungfonden

HJÄRTSJUKDOMARNA SKA BESEGRAS

# Ring 0200-89 19 00

eller pg 90 91 92-7 eller [www.hjart-lungfonden.se](http://www.hjart-lungfonden.se)



## Välkommen till Folktandvården

Till oss är både barn och vuxna välkomna. Vi erbjuder den bästa allmän- och specialisttandvården på våra 80 kliniker i länet.

Hitta din klinik och boka tid på [folktandvardenstockholm.se](http://folktandvardenstockholm.se)



Folktandvården

### VÅRA VERKSAMHETER PÅ HANDENS SJUKHUS

Rudans vårdcentral  
Tidsbokning 08 606 4050

Rudans Rehab  
Tidsbokning 08 606 4180

ASIH Hanninge Östra och Västra  
08 606 4004 och 08 606 4123

Handengeriatriken Avd 1 och 3  
08 606 4001  
08 606 4003

Minnesmottagningen Handen  
08 606 4114

Palliativa avdelningen Handen  
08 6064002

PRÄTIKERTJÄNST N.Ä.R.A. AB  
086064100

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

## VH kliniken

Leg. Naprapater  
Jenny Viklund  
Linda Andersson

Osteopat DO  
Ylva Eriksson

08 - 500 104 50  
Klockargatan 17, 1 tr  
137 38 Västerhanninge

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

## Välkommen till Hanninge

## Köp ett nöd-kit till kvinnor i Syrien

240 kr



90 SVENSK  
INSAMLINGS  
KONTROLL

Sms:a **NÖDKIT** till **72900** och bidra med 100 kr eller köp ett nöd-kit på [redcross.se](http://redcross.se)

Jag godkänner att Röda Korset kontakter mig.  
Mina personuppgifter behandlas enligt PUL.







## VÄLKOMMEN TILL PRAKTIKERTJÄNST N.Ä.R.A.

### VERKSAMHETER PÅ HANDENS SJUKHUS

Rudans vårdcentral  
Tidsbokning  
08 606 4050

Rudans Rehab  
Tidsbokning  
08 606 4180

Handengeriatriken  
Avd 1 08 606 4001  
Avd 3 08 606 4003

Minnesmottagningen  
Handen 08 606 4114

ASIH Haninge Östra  
08 606 4004  
ASIH Haninge Västra  
08 606 4123

Palliativa avdelningen  
Handen 08 6064002

**VI LÄGGER STOR VIKT VID PATIENTENS DELAKTIGHET OCH VÅRD GENOM TEAMARBETE.** Vi har nära samarbete med övriga vårdgivare i närområdet. Vi är HBTQ-certifierade och den vård vi ger oavsett var den sker utförs med tillgänglighet, respekt, ansvar, kompetens och omtanke. Detta vill vi ska genomsyra våra möten med patienter och närstående.

**RUDANS VÅRDCENTRAL** - En trygg och personlig vårdcentral där vi erbjuder husläkare, distriktssköterska, psykolog - vuxna och barn, äldremottagning för dig som är 75 år eller äldre, vaccinationer, hälsoundersökningar mm. Vi har en öppen mottagning för dig som är listad hos oss, vardagar mellan 08.30 - 11.30.

**RUDANS REHAB** - Vår primärvårdrehab där du oavsett ålder kan få rehabilitering efter skada eller sjukdom. Du är delaktig i hur din rehabilitering ska genomföras och ingen remiss behövs. Vi har både mottagningsverksamhet och hemrehabilitering där vi kommer hem till dig och genomför träning eller provar ut hjälpmedel efter dina behov. Välkommen att boka tid hos oss!

**AVANCERAD SJUKVÅRD I HEMMET OCH SPECIALISERAD PALLIATIV VÅRD - VÅRD NÄRA DIG.** Vår verksamhet ingår i ett vårdvalssystem där du som är i behov av avancerad sjukvård i hemmet - ASIH, själv kan välja utförare. För våra palliativa patienter erbjuds både ASIH och vårdavdelning, som det smidigt går att förflytta sig mellan beroende på hur sjukdomen och symtomen utvecklar sig. Vården är personcentrerad och planeras tillsammans med dig.

**HANDENGERIATRIKEN - DIREKTINTAG OCH EN SAMMANHÅLLEN VÅRDKEDJA** Geriatrik är en egen specialitet med inriktning mot medicin och rehabilitering, företrädesvis för personer 65 år och äldre. Vi kan erbjuda dig vård både på sjukhuset och i hemmet. Vi har samarbete med andra vårdgivare genom 1177, akutavdelningar, närakut, vårdcentraler och ambulans för direktintag från hemmet, dygnet runt till våra vårdavdelningar.

Läs mer om oss: [www.praktikertjanstnara.se](http://www.praktikertjanstnara.se)



På uppdrag av  
Stockholms  
läns landsting



## LISTA DIG HOS OSS - RUDANS VÅRDCENTRAL

Kontakt och  
tidsbokning  
08 606 4050

Vi har öppet vardagar  
08.00 - 17.00

Öppna mottagningen  
08.30 - 11.30

Vårdval Stockholm innebär att alla medborgare kan och bör välja vårdcentral aktivt. Din listning underlättar om du är i behov av att träffa en husläkare och eventuellt väljer att komma till vår öppna mottagning där du får hjälp med nytillkomna besvär eller behöver boka tid för ett ordinarie läkarbesök.

**Lista dig genom att logga in på 1177 Vårdguidens e-tjänster och välja, Rudans Vårdcentral, Handen som vårdgivare.**

*Välkommen att bli patient hos oss!*

Praktikertjänst N.Ä.R.A. AB • Dalens Sjukhus • Åstorpsringen 6, 121 31 Enskededalen • växel 08 606 41 00 •

**P** Praktikertjänst  
**N.Ä.R.A.**

Praktikertjänst N.Ä.R.A. AB bedriver geriatrik, ASIH, sluten palliativ vård, vårdcentral, primärvårdsrehabilitering och basal hemsjukvård. Ett tydligt vårdkoncept med god samverkan möjliggör säkra vårdövergångar för våra patienter. Våra medarbetare drivs av stort engagemang, hög delaktighet och delar våra värderingar tillgänglighet, respekt, ansvar, kompetens och omtanke. Vi är en del av Praktikertjänst AB, Sveriges äldsta vårdföretag inom privatentreprenördriven hälso- och sjukvård.



# vård nära dig

## NÄRSJUKVÅRDEN I HANINGE

### Brandbergen

Vårdcentral 08-606 14 00  
Familjecentral 08-606 72 78

Äldremottagning 08-123 450 61  
För dig som är 75 år eller äldre och är listad hos oss  
Telefontid:  
vardagar 13:30 -14:30

**Dalarö** 08-123 418 90  
Dalarömottagningen

**Handen** 08-606 12 28  
Vårdcentral

Äldremottagning 08-123 36 834  
För dig som är 75 år eller äldre och är listad hos oss. Tel  
tid kl 10:15 - 11:15

Sjukgymnastik, kiropraktor 08-606 12 40  
Arbetssterapi, dietist 08-606 12 66, 08-123 368 80  
Logoped 08-123 360 10  
Neuroteam 08-123 360 10

**Haninge**  
Barnmorskemottagning 08-123 406 20  
Haninge BVC 08-123 368 70

**Jordbro**  
Vårdcentral 08-606 14 65  
Familjecentral 08-606 93 49

**Vendelsö** 08-606 15 31  
Vårdcentral  
Psykosocialt team med psykologer och psykoterapeut  
Äldremottagning: För dig som är 75 år och äldre  
Telefontid: 11-12



### OM DU BLIR AKUT SJUK:

Dagtid kontaktar du i första hand din vårdcentral.

NÄRAKUTEN - Handens närsjukhus, tel 08-123 366 00. Öppet alla dagar 08.00-22.00.

För allmän sjukvårdsrådgivning, ring 1177 Vårdguiden. Vid allvarig akut skada eller sjukdom, ring 112.



# Fyra tips för att trivas i ditt nya hem.

1. Inflyttningsfest? Möbeltassar är toppen att fästa under klackskor. Bor du i lägenhet? Spara två tassor till brevinkastet så dämpas ljudet när metallplattan slår mot dörren.

2. Har du adressändrat? Bra! Hos en del kundklubbar, matkasseleverantörer och tidningar kan du också behöva uppdatera adressen manuellt.

3. Gör framtida gäster en tjänst: ändra ditt krångliga wifi-lösen en gång för alla.

4. Man vet aldrig när man behöver en kopp socker (eller akut skjuts till Arlanda) så glöm inte att hälsa på grannarna. Vill du sätta ribban högt men orkar inte baka? Hos Port 73 finns grannkompatibla sötebröd, möbeltassar och ännu fler saker som underlättar din vardag. Välkommen hit!

## PORT 73

Port 73 är ett köpcentrum på Nynäsvägen 21 vid Haninge-avfarten.  
Öppettider, butiker: mån-fre 10-20, lör-sön 10-18. Jula: mån-fre 7-20. Öppettider, livs: alla dagar 8-22.  
Följ oss på [facebook.com/port73](https://facebook.com/port73) för tips, trams och aktuella event.