



HÖKARÄNGSNYTT

Våren 2014



Bygplaner
Vårdcentral
Träna gratis
Stopp för matsvinn
Företagarförening

Hökarängsnytt är en lokal tidning i Hökarängen.

Den ges ut av Hökarängens Stadsdelsråd som är en ideell förening – en paraplyorganisation för föreningar som driver verksamhet i Hökarängen. Rådet har till syfte att driva gemensamma frågor av övergripande art. Det gör vi för att vi tror på att delaktighet och samarbete i föreningslivet gynnar det lokala utvecklingsarbetet. Tidningen delas ut av föreningar och av boende.

Vill du annonsera eller ge tips på något som du tycker passar i tidningen, hör av dig till redaktionen info@hokarangenssdr.se

Trasig cykel?

**Alla slags
Reparationer & Service
av cyklar
och äldre mopeder**

Öppet måndag – onsdag 10-18
Tel. 073-553 60 14
Pepparvägen 4 (ingång från gården)

HÖKARÄNGENS DAG LÖRDAG 24 MAJ

Planeringen inför Hökarängens Dag är nu i full gång. Vill du bidra med något eller har du goda idéer?

Hör av dig till Stadsmissionen
Remake Maria Lagerman!

Kastanjegården



Kastanjegårdens bridgegång träffas måndagar 12-16 och torsdagar 16-20
Dataträffar på tisdagar 12.30-14.30
Öppet Café måndag – torsdag 10-15
Släktforskning planeras att starta under våren Välkomna!
Tel. 08-604 94 27

Hökarängens Stadsdelsråds hemsida:
www.hokarangenssdr.se
Omslagsbilden:
Fotocollage: Per Ellström

Hökarängens Stadsdelsråd

Kallelse till Hökarängens Stadsdelsråds årsmöte



Tisdag den 25 mars kl. 19.00

i Kollektivet Cigarrlådans matsal på Cigarrvägen 24.

Varje medlemsförening kan skicka två röstberättigade representanter till årsmötet men självklart vill vi att alla som är intresserade av Stadsdelsrådets verksamhet skall känna sig välkomna.

Vi ska:

- Behandla verksamhetsberättelse och plan för 2014
- Behandla bokslut och revisionsberättelse för 2013
- Välja styrelse för kommande verksamhetsår

Efter årsmötesförhandlingarna berättar Boendekollektivet Cigarrlådan kollektivets historia och hur framtiden ser ut för denna boendeform. En enklare måltid kommer att serveras och eftersom utrymmet är begränsat till 30 personer ber vi dig att anmäla om du kommer till årsmötet, anmäl dig till info@hokarangenssdr.se.

Dagordning och handlingar som skall behandlas kommer att finnas tillgängliga på plats en halvtimme före mötet och hos kontaktpersonerna i respektive förening tisdag veckan före mötet. Glöm inte att nominera till styrelsen och att utse kontaktperson från din förening.

Välkomna!

Styrelsen

Hökarängens företagare har bildat ny förening

Den 19 februari firade Globen världens största sfäriska byggnad 25 år. Då passade företagarna i Hökarängen, med världens första gågata, att bilda en ny företagarförening.

Föreningens ändamål och målsättning är bland annat:

Att verka för att det blir ett företagervänligt klimat i Hökarängen så att fler företagare vill etablera sig i stadsdelen, samt att verka för att skapa trygghet och säkerhet för kunder, besökare och personal i Hökarängen. Till ordförande valdes Linus Gustavsson, Hökarängens Zoo. Den nybildade föreningen har redan 16 medlemmar men hoppas förstås att alla företagare som vill vara med och utveckla företagsamheten i Hökarängen går med i föreningen.



Nya mål på Hökarängsskolans fritidshem

Hökarängsskolan gör stora satsningar för att höja kvaliteten i skolans fritidshemsverksamhet

På senare tid har skolan anställt tre nya högskoleutbildade lärare i fritidshem som tillsammans i arbetslagen fortsätter att utveckla verksamheterna, så att barnen lär sig mycket och är med om många upplevelser.

– All fritidspersonal på Hökarängsskolan får fortlöpande intern och extern utbildning i ämnen som berör deras



Aktivitetstavla på fritids.

arbete i fritidshemmet, till exempel om fritidshemmets historia, uppdrag och styrdokument, genus och jämställdhet, berättar Mattias Hillbom, arbetslagsledare för fritidshemmen på Hökarängsskolan.

– Fritidshemmen har liksom skolan ett viktigt pedagogiskt uppdrag som skall synliggöras. På fritidshemmet ska omsorg förenas med lärande, säger biträdande rektor Anette Sollén.

– Alla aktiviteter, lekar och övningar som vi erbjuder kopplas till läroplanen (Lgr11), säger Mattias Hillbom och berättar att Hökarängsskolans fritidshem är representerat i Utbildningsförvaltningens nätverk för fritidshem i Stockholm. I nätverket diskuterar vi hur vi kan utveckla fritidshemmen och delger varandra goda exempel från våra olika skolor.



Byggkonstruktioner av kapla-stavar.

– Fritids är en viktig del av skolan, säger Hökarängsskolans rektor Heidi Hård af Segerstad. Det är härligt att se barnen leka tillsammans på vår fina skolgård och veta att här är de trygga och lär sig mycket.

Stopp för matsvinn på Hökarängens skolor

Det finns undersökningar som visar att det varje dag i Sverige slängs mat till ett värde av 1,1 miljoner kronor. I Hökarängsskolans och Skönstaholmsskolans matsalar äter 700 elever varje skoldag. Här, liksom på de flesta andra skolor, hamnar en del av maten i soptunnan istället för i elevernas magar.

Nu är skolorna med i ett projekt som ska minska mängden mat som hamnar i soporna. Med hjälp av vågar i matsalarna ska svinnet minska. När eleverna ätit färdigt får de skrapa av tallriken i ett kärl på vågen och får återkoppling på en skärm som visar om de slängt någon mat och i så fall hur mycket. En animerad figur, "Svinnmonstret", gör det både interaktivt och roligt att slänga mindre mat. Informationen lagras i en databas och skolorna får rapporter som visar det totala svinnet.

Tanken med projektet är att synliggöra matsvinnet för eleverna och få dem att tänka efter så att de inte tar mer mat än de äter upp. I samband med att vågarna installeras på skolorna går lärarna på skolorna igenom med eleverna vad matsvinnet får för följder, såväl för miljön som för skolans ekonomi. Om projektet lyckas och matsvinnet minskar över tid väntar en förstås en belöning för alla skolornas elever.

Projektet är ett samarbete mellan skolorna, Hållbara Hökarängen och Grace Organic.



Matsvinnsvåg



ICA Bomben
Tobaksvägen 4

Välkommen till en riktigt bra
Matbutik

**5% pensionärsrabatt
på alla matvaror varje
onsdag kl. 8-15**

**Öppet
VARJE DAG 8-20**

**Postens
utlämningsställe**

Tel 94 18 49

KONStiga FÖNStret

Sirapsvägen 3 - Hökarängen

21-27 mars / Annelie Malm /

Abstrakta akrylmålningar med struktur av spackel och sand

28 mars-3 april / Johnny Wiriden /

Teckningar i tusch, bläck, blyerts, färgpenna. Målningar i olja. (Dessutom finns Annelie Malms målningar kvar även under denna vecka)

4-10 april / Christina Andersson /

Frösunda Dagliga verksamhet "Höken"

11-17 april / Zörg Lind /

Tuschteckningar och målningar på tjockt papper

18-24 april / Johan Hamrin /

Konstprojektet "Syster Tjära" o "Broder Djärv" workshop o showcase

25 april-1 maj / Niina Kulgavaja /

Målningar i akvarell, akryl o olja. Eduard Melnikov / Akvarellmålningar m tema: Stockholm, Gamla Stan o Slussen

Välkomna att se utställningarna i Konstiga Fönstret, Sirapsvägen 3 i Hökarängens Centrum! Utställarna meddelar i fönstret under vilka tider de är där själva. Det mesta kan emellertid ses genom fönstren.

Fotoutställning om hippies i Farsta återuppstår på Stadsmuseet

Bästa Svängens uppmärksammade utställning, "70-talets hippiekultur i Farsta" kommer att vara en del i Stadsmuseets utställning "Skuggsidan"

Utställningen har visats på Tuben i Farsta men vissa delar även i Konstiga Fönstrets lokaler. Utställningen visar unika bilder tagna av fotografen Per Björn. Motiven rör sig runt Hippies i Farsta med omnejd. Nu är det Stadsmuseets tur att få ta del av utställningen, och därmed får en större publik chansen och se den.

Det är en del av en större utställning som kommer att pågå under 2014, som heter "Skuggsidan", som kommer att

visa brott och straff i och på Stockholms gator och torg över tid.

Bilderna av Per Björn visas 4-9 mars. Bästa Svängen kommer även att ordna ett panelsamtal med inbjudna deltagare i panelen. Temat blir: Missbruk då och nu - vad kan vi lära? Alla är hjärtligt välkomna att delta i samtalen. Den äger rum tors 6 mars kl.15.00 i Tessinsalen, på Stadsmuseet.

Aktiviteter med Bästa Svängen



Danskurs

Det som står på agendan är "danskurs för skräckslagna" som i höstas blev väldigt uppskattad. Då var det Foxtrot, nu är det Bugg som står på schemat. Kursen håller denna termin till på Tuben torsdagar kl. 18-20, då Söderledskyrkans lokaler var upptagna för annan verksamhet.

Silverhantverk

Vi har även startat en kurs i silverhantverk, som äger rum i våra egna lokaler på Russinvägen 47, fredagar kl.18.00. Den leds av den generöse Peter Guldsmid, som har sin butik i Hökarängens centrum.

Lises Klipperi
Klipper hela familjen
Pensionärspriser
Hålltagning i örnen!

Tidsbokning!
Drop in i mån av tid.
Öppet: Tis - Fre 10-18, Lör 10-14
Tel: 08 - 120 99 399
Sjösåkersvägen 2-4
www.lisesklipperi.se

Välkommen till Kronans Apotek!

Här kan du hämta ut dina recept samt
få råd om läkemedel och hälsa

Vi har öppet:

Vardagar 10-18
Lunchstängt 12.30-13.30

Du hittar oss på
Hökarängsplan 18



Barnkläder av hög kvalitet till lägre pris
Alltid 30-70% på massor av plagg

MiniOutlet Hökarängsplan 12
på gågatan i Hökarängens C
08-533 375 00
www.minioutlet.se
Tis-Tors: 10-18, Fre: 10-17
Lör: 11-15, Sön-Mån: Stängt



Farsta Lås
vår kunskap din trygghet

Öppettider:

Mån - Tor 8.00 - 17.00
Fred 8.00 - 16.00

Pepparvägen 3

Tel: 08-604 50 50
www.farstalas.se

Hökiswood – Filmbolag i Hökis

Olavi Linna och Uno Helmersson är två gamla vapendragare som beslöt att starta gemensamt filmbolag och hamnade i Hökarängen. Där gamla loppis låg vid torget lyser nu en skylt – Film.

Historien om samarbetet mellan Olavi, Uno och Kajsa började uppe i Haparanda 1997. Olavi och Kajsa blev så småningom ett par och Kajsa är grafisk formgivare och har öppnat eget i gamla Bombens lagerlokal, på Tobaksvägen. Hon designar kultur i alla former och har arbetat med Dramaten, böcker och annat. Uno Helmersson är musiker och kompositör och gör mycket filmmusik.

Det var inte självklart att hamna i Hökarängen. Först flyttade Olavi och Kajsa till Köpenhamn och så småningom sökte Olavi in till Danmarks filmskola där han gick i lära hos danska storheter i fyra år. I samband med examen fick paret Olavi och Kajsa sin förste son. Olavi arbetade med Danmarks alla TV kanaler, även de svenska, och började etablera sig. Ett val måste göras – var skulle de bo? Familj finns i Finland och Sverige och valet blev naturligt. Son två kom och av tillfälligheter föll valet på Tallkrogen, där man hittade ett överkomligt hus. Olavi och Uno blev visade olika arbetslokaler. De hittade en perfekt lokal för arbetet och filmpälarna bankades ner.



Efter att ha sett hur det är i Hökarängen kändes det helt rätt, att vi skulle arbeta här, säger Olavi. Man kan inte ha det bättre, jag *går* till jobbet!

Olavi har erfarenhet från ett kreativt Köpenhamn, men även Berlin, och hoppas på att kunna få ingå i ett kreativt sammanhang med öppna människor i Hökarängen. Människorna här är tillåtande, säger Olavi. När han får mindre att göra ställer han fram ett bord på trobaren och alla som kommer förbi och vill ha en kaffeslurk kommer också att få det.

Det har tisslats om en särskild produktion som är kopplad till Hökarängen och Olavi är förtegen och hänvisar till att det är ännu ej officiellt.

– Men det handlar om ett större projekt med utgångspunkt från Hökarängen som kommer att visas på SVT i den närmsta framtiden, säger han som en slipad diplomat med ett leende.

Snart kommer hökarängsborna kunna bänka sig i soffan och skåda den första produktionen från Hökiswood!

Rebecca Hybbinette

Lite info från **Konsthall C**

Tisdag 11/3 kl 13-20 Pannrummet.
Installationen OPTION av konstnären Per Hasselberg.

Lördag 22/3 kl 18-22
Centralköket Commedore,
middag med samtal, konst och politik utifrån seminarium i Puerto Rico.
Konsthall C, Cigarrvägen 16, Hökarängen
Pris 50,- om du kan, annars lägg det du kan. OSA till: arbetslaget@konsthallc.se om du kommer – begränsad plats till 30 personer. Först till kvarn gäller!

Tisdag 26/3 kl 13-15 **Stockholmsskolan**
Konsthall C, Cigarrvägen 14, Hökarängen.
Är du mellan 18 och 25 år? Är du intresserad av konst? Detta är ett samarbete med Konstfrämjandet. Anmäl ditt intresse aningen till Konsthall C: arbetslaget@konsthallc.se eller Konstfrämjandet, Stockholm. Gratis! Kaffe eller té.

Söndag 30/3 kl 14-18 **Workshop**
Konsthall C, Cigarrvägen 14, Hökarängen
Konsthall C, poster-workshop/konst/estetik och politik. Gratis!

Radioutsändningar Centrifug Radio Poplär

95,3 MHz (Stockholms närradio)
Gemensam lyssning på Konsthall C.

Tisdag 4/3 kl 13-15
Program från Puerto Rico om konst och politik

Tisdag 11/3 kl 13-15
Program av Ballongradio, Oslo om kulturpolitik.

Övriga tisdagar, se hemsidan för info.
För eventuella ändringar och tillägg i programmet se www.konsthallc.se

Lär dig laga klimatsmart och vegetarisk mat!

Behöver vi sparris i december? Hur mycket kött klarar planeten? Varför slänger vi så mycket mat? Hur mycket protein behöver man egentligen och vad bör jag tänka på när jag byter ut köttet mot vegetariskt?

Inspirationsföreläsning klimatmat

Maten vi äter påverkar inte bara oss själva. På sin väg från jord till bord påverkar den både människor och miljö. Här och på andra sidan jorden. Under föreläsningen presenterar vi våra sex utgångspunkter, sju årstider samt en minikurs i vegetarisk näringslära. Vi visar att det är både inspirerande, gott och enkelt att skaffa sig matvanor som bidrar till en hållbar utveckling.

Vegetarisk matlagingsworkshop

Deltagarna delas in i grupper om två – tre personer och får under handledning av vår klimatkok laga ett antal vegetariska rätter utifrån olika recept. Rätterna varierar i svårighetsgrad och tidsåtgång så att alla kan känna sig lagom utmanade, oavsett förkunskaper. Klimatkokaren finns på plats och svarar gärna på frågor. Rätterna dukas sedan fram till en härlig buffé då familj/grannar är välkomna att smaka. Kursen är kostnadsfri!

Välj mellan två datum

Lördagen den 22 mars kl 11-18 eller söndagen den 30 mars kl 11-18.

Plats båda dagarna: Hökarängsskolans hemkunskapskök, Fagersjövägen 18.

15 platser per tillfälle.

Anmälan

Först till kvarn, till Hållbara Hökarängen/Åsa Stenmark:
asa.stenmark@stockholmshem.se eller telefon 08-508 39 119.

Inbjudan riktar sig till dig som bor i Hökarängen.

Arrangör: Hållbara Hökarängen i samarbete med Klimatmat.se



**Hållbara
Hökarängen**



Träna gratis på utegym

I Hökarängen finns det inga ursäkter för att inte hålla sig i form varken för gammal eller ung.

Vi har två utegym i Hökarängen. Ett vid motionsslingan som är belägen i Fagersjökogen och ett utegym som är anpassat för äldre personer där man bland annat kan träna sin balans och rörelse. Det senare ligger i veckodagsområdet mitt emot Måndagsvägen 39. Utegympen är tillgängliga för alla, året om och är gratis att använda.

I Stockholm finns det arton utegym som är byggda i trä och stål, men staden planerar för fler, för att vi som stockholmare ska få ökad tillgång till fysisk aktivitet på våra egna villkor. På utegym kan man till exempel lyfta stockar, göra sit-ups eller göra övningar med sin egen kroppsvikt som motstånd. Vid varje station finns en illustrativ instruktion om vad man kan göra för övningar samt en liten varning om att man ska ta det lugnt och inte träna över sin förmåga.

Kondition kan man skaffa om man springer 3 km-slingan i vår underbara Fagersjökog. Slingan kan användas året om och är elbelyst. Hälsans Stig i

Hökarängen har en 4 km-slinga i västra Hökarängen och en 4 km-slinga i den östra delen. Den östra slingan är underhållen året runt och du kan gå den med barnvagn, rullator eller med stavar.

Att gå Hälsans Stig i Hökarängen

är ett utmärkt tillfälle att få se och upptäcka olika miljöer i vår vackra 50-talsstadsdel. Kartor och information finns på ICA Bomben men även många andra av våra butiker har kartor och information om stigen.



Vårdcentral i Hökarängen

I höst öppnar det en vårdcentral i Hökarängen. Den kommer att ligga i Hökarängens centrum på gågatan, den del av gågatan som ligger där Sirapsvägen börjar i Stadsmissionens gamla lokaler.

Det är tre läkare som kommer att driva vårdcentralen, de är alla tre läkare med specialistkompetens i allmänmedicin, dvs det som vanligen kallas husläkare. De har känt varandra länge och letat efter möjlighet att öppna egen verksamhet och särskilt tittat efter något i Hökarängen.

– Vi har valt Hökarängen för att det är en trevlig stadsdel med boende som vi känner för, säger Berit Svensson. Hökarängen är lagom stort och vi ska försöka inreda lokalen med motiv från Hökarängen, gärna med lokala konstnärer.

– Känner du till att Cornelis Vreeswijk har arbetat i lokalen undrar jag?

– Nej, men det är ju jätteroligt, svarar Berit som är en av läkarna som kommer att starta upp verksamheten, och det ska vi försöka ordna så att det märks på något sätt. Kanske vi kan kalla Cornelisrum för "Cornelisrummet" säger hon vidare.

De tre läkarna har tidigare arbetat i söderort, Bagarmossen, Dalen och i Farsta.



Fotograf: Patrik Pettersson

På vårdcentralen kommer det också att finnas två distriktssköterskor, en receptionist och en psykolog.

Om du är nyfiken på att veta mer så kan du gå in på deras hemsida www.vchn.se Vårdcentralen öppnar den 1 september 2014.

På bilden ser ni från vänster till höger: Dr Signe Lansky, Dr Agnes Lutz, Dr Berit Svensson.

Signe har tidigare arbetat på Din Vårdcentral Bagarmossen, Agnes på Dalens Vårdcentral och Berit på Cipro Vårdcentral Farsta.

Din lokala hemtjänst i Hökarängen

Hökarängens Hemtjänst

Hökarängens Hemtjänst är ett personalkooperativ. Vår idé är att vara en lokalt förankrad hemtjänst. Vi är lättillgängliga och har ett trevligt bemötande. Vi vill skapa trygghet genom kontinuitet och goda relationer. Bor du i Hökarängen, har någon funktionsnedsättning eller är över 65 år kan du välja att få din hjälp av oss. Vi har många års erfarenhet av hemtjänst. Ring 08-640 13 58 för mer info eller besök oss på Pepparvägen 26 • www.hokangen.se

Mendes
RESTAURANG & PIZZERIA

Dagens lunch 75:-
Inkl. läsk, sallad, nybakat bröd & bryggkaffe
Mån-fre 10-14

Italiensk färsk pasta • Pizza
Kebab • A la Carte

All mat finns
för avhämtning

Fullständiga rättigheter

Öppet: mån-fre 10-22, lör-sön 11-22
Tel: 08-604 80 07
Sirapsvägen 6, Hökis
Välkomna!

Det bästa med Hökarängen – vad är det?



Inger Stefansson

Söderledskyrkan är bäst, dit kan man gå å ta det lugnt. Sen är ju förstås Stefan Lindberg på Bästa Svängen Hökarängen helt suverän.



Göran Kindberg

Folket är det bästa, öppna, trevliga å ärliga människor



Caterin Bajohr

Alla öppna å härliga människor i Hökarängen



Leon Brolin Griffin

Att det finns kompisar att leka med. Filip och Edvin är bra kompisar. Jag spelar basket i Hökarängsskolan. Starrmyran är bra.



Tuija Pihlaja

Hela familjen kom till Hökarängen och vi stormtrivs. Nära till det gröna och nära till det blåa vattnet.

Byggplaner i Hökarängen

1 Vindpropellern AB, ca 90 hyresrätter, varav hälften smålägenheter.

2 Svenska Hem i Bromma AB, ca 100 små bostadsrätter i tre punkthus.

3 ByggVesta AB, ca 70 hyresrätter i tre punkthus.

Planprocesserna beräknas starta under 2014 och byggstarter våren 2017.

Alla har fått s k markanvisning. En option att under vissa villkor planera och förhandla om bostadsbyggande på ett visst område som staden äger. Planerna tar form i detaljplaneprocessen och prövas av stadsbyggnadsnämnden och/eller kommunfullmäktige.



”Året är 2089. Recycling Big Band har en minneskonsert och hyllar 2014 – året då Hökarängsborna startade en miljörevolution som kom att förändra världen...”

Recycling Big Band

– en miljöshow om hur vi räddade världen

Show och snack tar cirka 30 minuter
Fri entré!

En rolig miljöshow för alla åldrar med Teater Tiddelipom, här som Recycling Big Band från framtiden.



Dag	Tid	Plats
16/3	12.00	Lokalrätten, Tobaksvägen 6
18/3	12.00	Söderledskyrkan, Lingvägen 149
28/3	15.00	Torget utanför Matdax, Pepparv. 5
29/3	12.00	Parkleken Starrmyran, Onsdagsv. 11
31/3	14.00	Parkleken Fagerlid, Cigarrv. 20
31/3	18.00	EMMA, Lingvägen 161
4/4	10.00	REMAKE, Pepparvägen 9
5/4	14.00	Parkleken Starrmyran, Onsdagsv. 11

Arrangör

**Hållbara
Hökarängen**

www.teatertiddelipom.se

www.hallbarahokarangen.se



Robert Nyberg

Hökarängsnytt ges ut 4 gånger per år av Hökarängens Stadsdelsråd, en paraplyorganisation för föreningarna i Hökarängen. Informationsgruppen, som gör tidningen är: Louise Modig Hall, Magnus Clarholm, Kerstin Björkman, Gunnar Andersson, Sören Berglund. Ansvarig utgivare Louise Modig Hall. Redaktionen når du via info@hokarangenssdr.se. Vill du ha Hökarängsnytt via e-post som pdf-fil, maila till info@hokarangenssdr.se.