



# SALTVIK

10/2008

## INFORMERAR oktober

Gruppbrief med posten når alla

Utgivare: Saltviks kommun, Lillängs 14 Nääs, AX-22320 ÖDKARBY  
E-post: [info@saltvik.ax](mailto:info@saltvik.ax) Hemsida: [www.saltvik.ax](http://www.saltvik.ax)

Tel: 48 900 Fax: 489 011

### Kommunkansliet informerar:



#### PERSON- & KONTAKTUPPGIFTER

Några **uppdateringar** av **person- och kontaktuppgifter** till kommunkansliet:

\* Vikarierande **ekonomichef**  
**Synnöve Pussinen**, nås på tel. 489 021.

\* Vikarierande **byråsekreterare**  
**Ramona Lindblom**, nås på tel. 489 022.  
Ramona har bl.a. hand om tekniska kansliets fakturering samt fakturering av vård- och hemserviceavgifter.

\* **Byråsekreterare** Marianne "Pian" de Mander, nås på tel. 489 032.  
Pian har bl.a. hand om fakturabetalningar, dagisavgifter och hemvårdsstöd.

#### CORE

**Vad?** Mage och ryggövningar.

**Var?** Tisdagar i Geta skola

**När?** Kl. 19.00 - 20.00.

**Ledare:** Helena Martinsson.

5 € / gång eller 45 € / 10 gånger.

Vid frågor ring 0457-3313114.



### Tekniska nämnden informerar:

#### SNÖPLOGNING

Plogningsavgiften kommer att fastställas av Kommunfullmäktige den 20 oktober.

Närmare information kommer i nästa nummer av Saltvik informerar.



#### "VÅRA VÄVFAVORITER"

Vävalster från Antböle Vävkurs, som vävts under 27 års kurser, ställs ut i Finströms bibliotek i Källbo skola 6-27 oktober 2008.

Vernissage med servering hålls 6 oktober 19.00-20.00.

*Alla är varmt välkomna!*



## Social- och omsorgsnämnden informerar:

### EKONOMISKT STÖD TILL PENSIONSTAGARE

**Pensionstagare med små inkomster är välkomna att söka ekonomiskt stöd** från socialkansliet för tiden 1.7-31.12 2008. Stödet gäller såväl pensionstagare på grund av ålder som på grund av sjukdom eller funktionshinder.

Pensionärer i Saltvik, med en nettoinkomst under 699 €, kan ansöka om detta ekonomiska stöd. **Stödet är skattefritt och kan beviljas retroaktivt.**

**Inkomster som beaktas** är hushållets gemensamma pensions-, förvärvs- och kapitalinkomster till nettobelopp. (*Vårdbidrag, bostadsbidrag fronttillägg beaktas inte*)

#### **Följande intyg bifogas ansökan:**

- debetsedel eller skatteintyg över senast verkställd beskattning.
- ränteintyg.
- kopia av bankboken/böckerna eller kontoutdrag från varje bankkonto. (Observera att utdrag från bankomat ej godkänns som kontoutdrag!)
- pensionsbeslut.

**OBS!** Giftn/sammanboende bör lämna in bådas handlingar!

Ansökningsblanketten kan hämtas från kommunkansliet i Nääs. Vill Ni ha blanketten skickad per post, går det bra att kontakta **socialsekreterare Cecilia Berndtsson** (måndag-torsdag, **tel. 489 030**) eller Ylva på kommunkansliet (tel. 489 023). Cecilia kan också svara på **frågor gällande stödet**.

#### **Den ifyllda blanketten returneras tillsammans med intygen till:**

Saltviks kommun  
Socialkansliet  
Lillängs 14, Nääs  
22320 ÖDKARBY



Julen är snart här!  
Beställ julklapparna  
direkt hem i postlådan!



Finns även:  
Huvtröjor  
Linnen  
Jumprar  
Underkläder  
Eget tryck  
o.s.v

(Detta är ett exempel av många)

[www.Tshirts.ax](http://www.Tshirts.ax)

### GILLEDANS

Kom med och dansa Gillesdans!  
Vi dansar varje måndag kl. 19.00 på  
Källbo skola i Godby.

Du bör kunna de vanligaste danserna:  
vals, schottis, polka.

Ta gärna en partner med,  
men det är inte ett måste.

Avgift: 15€/termin

Arr.: Kastelholmsnejdens byalag



## Lantbruksnämnden informerar:



### LAGRINGSSTÖD FÖR TRÄDGÅRDSSPRODUKTER

Ansökan (Blnr 228) ska vara inlämnad till  
länsstyrelsen senast **24.10.2008**.

Ansökan åtföljs av två blanketter (bilaga  
1 och bilaga 2) vilka ska användas för  
lagerinventeringen den 14 november resp.  
15 december.

Bilagorna ska inlämnas till Länsstyrelsen  
senast 31.12.2008.

Stöd betalas för de flesta grönsakerna  
samt för äpple. Persilja berättigar inte  
längre till stöd.

För obärgad skörd som är tänkt att lagras  
ska odlingsarealen på vilken skörden inte  
har bärgats anges på blanketten.

Ansökningsblanketter skickas till de  
odlare som ansökte om stödet i fjol.  
Nya sökanden kan hämta ansöknings-  
blankett från lantbrukskansliet eller  
Länsstyrelsen.

Den som ansöker om lagringsstöd  
förbinder sig att hålla lagerbokföring över  
produktvolymerna 15.10- 31.12.2008.

Stödets maximibelopp:

Maskinellt kylda lager 14,2 €/m<sup>3</sup>

Övriga lager 8,8 €/m<sup>3</sup>

### TJURBIDRAG / BIDRAG FÖR STUTAR

Årets sista ansökningsomgång för  
tjurbidrag och bidrag för stutar inleds  
den **10 november** och avslutas den  
**24 november**.



## IF Fram informerar:

IF Fram har under 2008 ordnat ett lotteri, där alla ni som betalt medlemsavgift deltagit. Vi tackar alla medlemmar och dessutom alla sponsorer, vilka bidragit med fina vinster. Under 2008 har IF Fram värvat många nya medlemmar och medlemsantalet är nu närmare 250 st. Bravo!

Vinnarna i lotteriet meddelas personligen var vinsterna kan hämtas.

Med vänliga hälsningar styrelsen.

Viking Line	- Sonya Emretsson
	- Emelie Borg
	- Louise Mattsson
Birka Line	- Catharina Häggblom
	- Marita Backas
Eckerö Linjen	- Axel Dahblom
	- Alexander Östergård
Sundqvist buss	- Anders Häggblom
Williams Buss	- Benita Gustafsson
Matkroken	- Leif Karlsson, Överängen
Kvarnbutiken	- Kristina Jansson
Larssons Vattensport	- Kerstin Hamnström
Hebo rör	- Niklas Söderlund
Widmans kross	- Jacob Fagerholm
Bilcenter	- Magnus Sundlöf
Budbilsservice	- Yvonne Östergård
Transmar	- Matilda Linde
ÅAB	- Freddie Forsman
Lindén Byggkonsult	- Ida Söderlund



### SKIDKUL

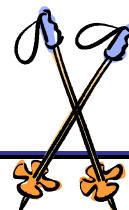
Nu är hösten här och IF Fram har startat sin ”**skidkul**”-verksamhet med barmarksträning inför vintern, för barn mellan 7-12 år tisdagar kl. 15.00 – 16.30 vid Ödkarbyhallen. Vi kommer att vara vid Ödkarbyhallen, motionsbanan vid Solbacka och vid dåligt väder är vi inne i hallen.

Följande aktiviteter kommer vi bl.a. att syssla med: olika bollspel, stavgång, hinderbanor, cirkelträning, inlines med och utan stavar mm.

Nytt för i år är att vi har skaffat nya rullskidor till föreningen, så nu kan vi också träna på den klassiska tekniken under hösten.

Tag med varma träningskläder och tränings skor, drickaflaska, stavar och vid dåligt väder inneskor. När vi tränar rullskidning och inlines behöver du cykelhjälm, reflexväst, inlines knä- och armbågsskydd.

ALLA idrottsintresserade barn välkomna.  
För mera information ring: 0457-3421606 / Uffe.



## Mise informerar:

### NYA ÖPPETTIDER PÅ ÅVC SALTVIK

(Saltviks ReturDepå)

Återvinningscentralen i Finström stängde 1 september och tidigare besökare hänvisas närmast till ÅVC Saltvik.

Den bemannade återvinningscentralen i Saltvik har nya öppettider:

Måndagar	13:30 - 20:00
Onsdagar	15:00 - 20:00
Fredagar	13:30 - 17:00
Lördagar	9:00 - 12:00



På återvinningscentralen kan man lämna större mängder återvinningsbart avfall och farligt avfall utan extra avgift som betalande Mise hushåll/fritidshus.

Övrig prislista på återvinningscentralen:

2 sopsäckar (0,5 m <sup>3</sup> , 40 kg / månad)	Ingen avgift för betalande Mise hushåll/fritidshus
Sopsäck (160 l/20 kg)	8,85 €/ styck
Brännbart hushållsavfall	26,50 € /lass*
Byggavfall/deponiavfall	53 € /lass *
Trädgårdsavfall	12,70 €/lass*
Däck utan fälg	0 €/st
Däck på fälg	30 €/st
* mindre än 3,5 m <sup>3</sup>	



På återvinningscentralen i Saltvik finns också en bytesverksamhet av återanvändbara saker (hela och rena). Prata med personalen om ni vill lämna eller byta till er något.

Välkomna!

**mise**  
KOMMUNALFÖRBUNDET  
ÅLANDS MILJÖSERVICE

Elverksgatan 1 (innergården),  
AX- 22 100 Mariehamn  
Tel. 23 844  
Fax. 23 744  
info@mise.ax

## Folkhälsan i Saltvik informerar:

### KURSTILLFÄLLEN I OKTOBER

#### **\*\* Grundkurs i Shikimetoden \*\*** med Anand på Rangsby skola

**Lördagen den 25 oktober** kl.11.00-14.30  
ca 3 timmar med 30 min fikapaus (tag  
med eget).

**Kostnad:** 30€/ för medlemmar, 37€/ icke  
medlemmar.

**Anmälan:** senast 15 oktober till Eva  
Helling tel: 040-764 30 80.

Deltagare i grundkursen kan fortsätta  
träna Shikimetoden en gång i veckan i  
stan (UNCAN) i grupp.

#### **SHIKIMETODEN**

grundare Tadao Kawahara sensei, Japan.

Metoden baserar sig på fysik, människans  
fysiologi, och på meridian teori som används  
bland annat inom traditionell kinesisk  
medicin. Enligt Shikimetoden har människor  
olika genetiskt bestämd muskelstruktur och  
kan klassificeras under 4 grupper - A, B, C  
och D. De bör träna och göra fysiska  
aktiviteter enligt sin egen  
kroppstyp/muskelstruktur för att undvika  
skador och stärka kroppen.

I metoden ingår självtränings-, partränings-  
och behandlingstekniker. Teknikerna är olika  
för olika kroppstyper och individuellt  
anpassad träning och behandling hör till  
metoden. Syftet med det hela är att hålla den  
centrala energikanalen lodrät och stark och  
därmed förbättra människans fysiska,  
mentala och andliga hälsan. Shikimetoden  
används som komplementär behandlingsform  
i terapeutiskt syfte för att hjälpa människor  
komma i balans. Den kan med fördel  
användas av alla slags idrottare för att bli  
bättre. Jag kan nämna till exempel att många

golfare i Helsingfors använder metoden i sin  
träning.

Shikimetoden är lätt att lära sig och kan  
användas både som träningsform och  
behandlingsmetod. Det enda verktyg du  
behöver är din kropp, vilket gör att du kan  
göra övningarna var som helst och när som  
helst. Jag håller kurser regelbundet i  
samarbete med min lärare Tadao Kawahara  
sensei från Japan.

**Muruganand Ambrose,**  
massör/Shikiterapeut.

### **Välkomna på Motionsgymnastiken i Ödkarbyhallen på tisdagar kl. 18.30-19.30!**

#### **\*\* GI-matlagning med Ritva\*\*** på Lillgårds i Ödkarby.

GI är för dig som vill leva hälsosamt, och  
byta till sundare matvanor, och man kan  
banta efter det men då är de lite  
annorlunda.

GI-mat är mat som man länge hålls mätt,  
och blodsockerkurvan hålls jämn.  
Med GI-mat skall man undvika mat som  
ger snabba kolhydrater som finns ex; i  
alltså raffinerade produkter.

GI-mat är de tillåtet att äta grädde, smör,  
fet fisk kött, grönsaker, frukt, bär mm.  
Men kom ihåg att hålla dig till kaloriintag  
som varierar mellan 2000-3000 kcl  
beroende på person.

Ett antioxidanttips: Ät varje dag (500) g  
frukt och grönt ät något grönt, gult, rött,  
orange och blått.

Kom och laga härlig GI-mat med Ritva,  
**onsdagen 22 oktober** med start kl. 18.30.

**Kostnad:** 15 € + ingredienser.

**Anmälan och förfrågan:**

Ritva Björklund tel: 0457-378 98 25.

## **Röda Korset i Saltvik informerar:**



### **NÖDFÖRSTAHJÄLP KURS (repetition)**

4 lektioner (1 tillf. dagtid)

**Tid: Tisdag 7.10, kl: 9-12.15**

**Plats:** Rödakorsgårdens gymnastiksal,  
V.Esplanadgatan 5, Mariehamn.

**Pris:** 39€/person

Vi går igenom livräddande förstahjälpen och olycksplatsen.

Kursen innefattar både teori och praktik och berättigar till intyg som är i kraft 3 år.

### **FÖRSTA HJÄLP KURS 1**

16 h grundkurs (2 tillf. dagtid)

**Tid: Tisdag 18.11 samt Onsdag  
26.11.2008 Kl: 8.30-16.00.**

**Plats:** Rödakorsgårdens gymnastiksal,  
V. Esplanadgatan 5, Mariehamn.

**Pris:** 89€/person

Vi går igenom grunderna i förstahjälpen; Åtgärder på olycksplatsen, stoppande av blödning, återupplivning, patientundersökning, olika sår & går igenom de vanligaste sjukdomsattackerna och skadorna. Brännskador och förgiftningar tas också upp.

Kursen innefattar både teori och praktik samt berättigar till intyg enl. europeisk standard som är i kraft 3 år.

***Bindande anmälan senast två veckor  
före kursstart!***

Information och anmälan:

Fia Nordberg-Gäddnäs, tel.0457-3432901  
eller [fia.nordberg-gaddnas@redcross.fi](mailto:fia.nordberg-gaddnas@redcross.fi)

## **Byggnadsnämnden informerar:**

### **PÅMINNELSE**

#### ***Avloppsanläggningar för ett enfamiljshus***

Enskilda avloppsanläggningar med endast slamavskiljning borde ha åtgärdats före 1.1.2008. Tiden för att vidta åtgärder har förlängts till 1.1.2009 om avloppsvattnets påverkan på vattenmiljön bedömts vara liten. Kommunen har även kunnat bevilja dispens om husets avloppsvatten kan anslutas till kommunalt avlopp före 1.1.2013 eller om huset bebos av högst två personer som bägge är födda 1935 eller tidigare.

Ägare till enfamiljshus med avlopps-  
anläggningar med endast slamavskiljning  
och utan möjlighet att få dispens,  
uppmannas att fortast möjligt söka  
kommunens avloppstillstånd i enlighet  
med bilaga 2 i miljöskyddsförordningen  
ÅFS 2007/145. Förordningen kan läsas på  
nätet under adressen:

[http://www.regeringen.ax/.composer/upload/modules/lagar/afs2007\\_nr145.pdf](http://www.regeringen.ax/.composer/upload/modules/lagar/afs2007_nr145.pdf)

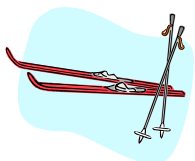
#### ***Bidrag för ombyggnad av enskilda avloppsanläggningar***

Bidrag kan beviljas under förutsättning att ombyggnaden utförts och godkänts före 1.1.2009, avloppsanläggningen inte hör till en fritidsbostad eller är belägen i ett område inom vilket kommunen kan erbjuda kommunalt avlopp före 1.1.2013.

Ansökningsblankett finns på  
landskapsregeringens hemsida:

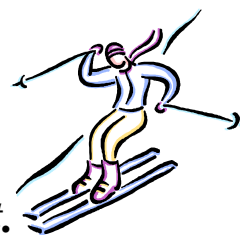
[www.regeringen.ax/socialomiljo/blanketter.pbs](http://www.regeringen.ax/socialomiljo/blanketter.pbs)

## Fritidsledaren informerar:



### 2009 SPORTLOVSRESA 2009

*Har du börjat tänka på sportlovet 2009?*



*Planeringen av nästa års resa har redan börjat.*

*Resan blir av VECKA 8.*

*Efter flera lyckade resor till norska fjällen – Trysil, har jag redan bokat en storstuga med plats för 48 personer.*

*Du kan åka: slalom, snowboard, telemark eller längdskidor.  
Priserna är också i år mycket förmånliga trots att stugpriserna ökat.*

*Ca 395€ för vuxen f. 1991 o före, ca 370€ för ungdom f. 1992 o senare, 250€ för barn födda 2000 o senare.*

*Gäller för vecka 8, söndag – söndag och inkluderar:  
Färja, bussresa, el, boende, skidskola, och liftkort.*



**ÄR NI INTRESSERADE?**

*Anmäl er på tfn 432 721 / 040 596 2876*

*E-post : [frank.ottesen@sund.ax](mailto:frank.ottesen@sund.ax)*

*Anmälningar tas emot från 7 oktober och är BINDANDE.  
Först till kvarn, resan är mycket efterfrågad!*

*Förvinterhälsningar från fritidsledaren i Sund*



*/genom fritidsledaren i Saltvik*

