



## Sommerbutikken.no

Alt til hage, park og uteplass!

kr 3 695,-



Strøsandkasse/  
Strøkasse 200 Liter

kr 1 995,-



Kraftig Vedstativ  
240cm Ultra Duty

Kampanjepris  
gjelder så langt  
lageret rekker



Redskapsbod  
Peter 15-1 **Supertilbud!**

kr 63 895,-  
kr 39 950,-



BenchK ribbevegg  
111+A204 - serie 1

kr 10 450,-  
kr 7 995,-

Tlf. 66 91 73 20 • post@sommerbutikken.no

Spre varmen med Herlig.no  
Din varmepumpeleverandør  
på Nesodden.

For gratis befaring:

Ring oss på  
99 500 600

HERLIG

### Sagstuen Auto A/S

- Ta service hos oss
- EU-Kontroll inntil 7500 kg
- Dekk/Felg service
- Reparerer alle bilmerker

Tlf: 64 98 98 10  
post@sagstuenauto.no  
www.sagstuenauto.no

**Mekonomen**  
Bilverksted

## Nesodden rammeverksted og nettgalleri



Høy kvalitet - konkurransedyktige priser - T:940 50 001  
Øvre Movei 54 - nettgalleri.net - helleiken@gmail.com  
Åpningstid: 9-19 (10-17), men ring gjerne for avtale



## MAT FRA HAVET!

FISKEBIL MED FLOTTE FISKEPRODUKTER  
**KOMMER TORSDAG 23. januar!**

til Flaskebekk v/Nesodden dyreklipp kl. 12.00 - 13.00  
og Drøbak v/Drøbak Dekk og Felg kl. 14.00 - 16.00

Torsk i skiver	215,-	Torskfilet u/skinn	265,-
Seifilet	175,-	Lettsaltet torskfilet	235,-
Kveiteskiver	270,-	Blandeball/Kristiansundball	190,-
Laksefilet	245,-	Lettsaltet uerfilet	195,-
Røkt torskfilet	240,-		

**PRIS  
PR.  
KILO**

### OLE LØVOLD AS

Mer enn 40 år med fisk og fiskemat  
LANGØYNESET - 6530 AVERØY

Vi har også fiskekaker,  
fiskeball, 6,8kg sjøfrossen  
torskfilet, 5kg torskeloins,  
reker og mye annet ...

### La din datter finne sin stemme

DesiBelle er et kor for jenter  
10-15 år. Her vil barna synge ulike  
sjangere, lære sangteknikk og synge  
flerstemt med sangpedagog.

Mandager kl. 15.30-16.45  
Nesoddparkens anneks

Sett deg på venteliste:  
desibellesangkor@gmail.com

facebook.com/groups/  
desibelle



På nyåret åpner vi en ny  
avdeling på Tangentoppen!

Vi har økt kapasitet på  
fotpleie, på både Varden og  
Tangentoppen.



Ta kontakt på 48 03 49 07 eller bestill time digitalt.  
Se våre tjenester på [www.ohlalastudio.no](http://www.ohlalastudio.no)

## Tømrermester Aleksander Opdal

Tlf: 98 11 99 77 / 40 00 34 04

E-post: post@opdal.info



**Når kvalitet gjelder!**

NYBYGG - TILBYGG -  
REHABILITERING - BADEROM -  
MALERARBEIDER - MUR, PUSS OG FLIS



Forhandler av:

Ring 900 66 355

10 års lokal erfaring

- Daikin
- Mitsubishi
- Toshiba
- General



**DIN VARMEPUMPEFORHANDLER**

post@brodinvp.no



## Fokus nr. 1

side 4  
Ubenyttet  
kunnskap



**KIWI mini  
pris  
FLASKEBEKK**  
7-23 også på  
lørdager

## BYGG & REHABILITERING

KRZYSZTOF STECHNIJ

maler snekker flislegger

**tlf. 96 65 61 35**

kristofstechnij@gmail.com FAGERSTRAND  
Alt innvendig og utvendig oppussing!  
SIDEN 2009

## Brønn- og energiboring

utføres.  
Vannmengdegaranti  
Anleggsdrift  
Brønn og Energiboring AS  
Tlf. 901 57 977

## Fagerstrand Parkett & Gulvsliping

Sliping og behandling av alle  
typer gulv. Gratis prisoverslag.  
per-chr@online.no  
Tlf. 90 15 11 01

## Nytt badertom??

Frank Nilsen Mur & Flis  
utfører  
store og små oppdrag.  
Har samarbeid med alle  
håndverkere du vil trenge.  
Kontakt oss på mobil:  
911 59 160  
e-mail: frank@franknilsen.no

## Alt i rørleggerarbeid

NESODDEN  
**RØRLEGGERSERVICE AS**  
SVALERENVEIEN 2  
1400 NESODDTANGEN  
Mob. 90 72 10 27 runlaur@online.no



PERFEKT EFFEKT

• Flyttevask • Vindusvask  
• Dagligvask  
41354024  
perfekteffekt@gmail.com

## KIRKENE



### DEN NORSKE KIRKE

**Søndag 19. januar kl. 11.00**  
Gjøfjell kirke: Gudstjeneste ved Kristine Kristiansen og Torbjørn Eftestøl

**Søndag 26. januar kl. 11.00**  
Skoklefall kirke: Gudstjeneste ved Jon Olav Hjelde og Torbjørn Eftestøl. Søndagsskole. Juletreffest\*

**Tirsdag 28. januar kl. 17.30-18.30**  
Nesodden kirke: Åpen kirke

**Tirsdag 28. januar kl. 19.30**  
Gjøfjell kirke: Jubelbrus - Beethoven, Bach og Brahms!\*

**Torsdag 30. januar kl. 12.00**  
Supertorsdagi Gjøfjell kirke og menighets-hus med babysang og mye mer\*

**Søndag 2. februar kl. 11.00**  
Gjøfjell kirke: Gudstjeneste ved Svein Hunnestad og Ingeborg Christophersen

Skoklefall kirke: Gudstjeneste ved Jon Olav Hjelde og Trobjørn Eftestøl

**Tirsdag 4. februar kl. 17.30-19.30**  
Nesodden kirke; Åpen kirke

**Onsdag 5. februar kl. 19.30**  
Skoklefall kirke; Åpen kirke

**Torsdag 6. februar kl. 11.00**  
Supertorsdag i Skoklefall kirke og menighetshus med babysang og mye mer\*

#### Facebook-side:

Den norske kirke på Nesodden, Skoklefall og Gjøfjell, følg oss gjerne!

\*For mer info: [www.skjerikirken.no](http://www.skjerikirken.no)

## SMÅANNONSER

### Studio NOR, søm & redesign

Tangen Senter, 2. etasje.  
Tlf. 968 26 888/45 55 25 60

### Erfaren håndverker tar imot

oppdrag som flislegging, muring, maling og mikrosement.

Ta kontakt på tlf. 94806187

### Malearbeid utføres

Vi tilbyr alle typer maleoppdrag - utvendig og innvendig. Alle overflater fra grunnarbeidet til toppstrøket. Vår 5. sesong på Nesodden, prøv oss denne sommeren!

Vi er ressurssterke og leverer.

Vi har også gode referanser.

Vi snakker engelsk.

Ring Hubert 477 38 530

### 6 mål jorde samt stall til leie

beliggende ved Granerudtjern. Midtveien 81, 1458 Fjellstrand.

Tlf: 90 94 6 321

### Norsk, voksen og rutinert

vaskehjelp ønskes. Bare ring, og vi blir enige om hvor ofte. Tlf: 958 37 638

### TREFELLING/VEDKLØY- VING/SNØBRØYTING

- 30 års erfaring/ansvarsforsikring/kvistkutter -> 90 mm.  
- Vaktmestertjenester/ beskjæring/hekkklipping osv.  
- Gratis bef/20 % rabatt til 10. des.  
Ring/SMS Svein Erik på tlf: 9598 4030

### Bjørkeved

Norsk og saktevokst leveres i 60 liters sekker til din adresse på gateplan. Levering inkludert i prisen. 120,- pr. sekk hvis 25 eller fler. 130,- pr. sekk hvis færre enn 25. 2. sortering 115,- / 120,- Bestilling og spørsmål via sms til 91803231

Prøv en småannone  
Fra kr. 95,-  
for tre linjer

## ARBEID UTFØRES



### Spiskammerset

GODE MATOPPLEVELSER

Vi hjelper deg til alle anledninger.  
Følg oss på facebook og instagram for gode tilbud og inspirasjon!

### Mat for enhver anledning

Tlf. 4000 1222 • [www.spiskammerset.no](http://www.spiskammerset.no)

Din lokale leverandør!

Ta kontakt:



• TRYKKSAKER • REKLAME • PROFILERING

Tlf. 98 24 25 30  
post@precis.no  
www.precis.no

- Alt av trykksaker i små og store opplag.
  - Prepres / Originalarbeid.
  - Reklameklær / Tekstiler.
  - Giveaways / Gaver.
  - Bannere, Rollups og beachflag til markedets laveste pris.
  - Alt av skilt og displaymateriell.
  - Bildekor, gulvdekor og veggdekor.
- Ta kontakt for et godt tilbud!

## ARBEID UTFØRES

### TØMRERFIRMA ØYSTEIN KRISTIANSEN AS



92 46 45 59



TOTALENTREPRISE INNEN

NYBYGG - TILBYGG - REHABILITERING - BADEROM



### SVERRES TV-SERVICE OG SALG, Oslo og Akershus

Nyborgbakken 15, 1458 Fjellstrand

- Reparasjon av alle merker
  - Gratis låneapparat
  - Meget kort reparasjonstid
  - Pensjonistrabatt
  - Salg av billig brukt
  - Vi henter og bringer
- SALG AV NYE: TV/Plasma/LCD/Video/DVD • Parabol/Antenner/Bakkenett • Digitale antenner/tunere

[www.sverrestv.no](http://www.sverrestv.no) • Nyborgbakken 15, 1458 Fjellstrand. • Tlf. 924 00 306

NY GRUNDIG 40" LED FRA KR. 4998,-

### Din lokale rørlegger med døgnvakt!



OPTIMAL  
RØRSERVICE AS  
ALT INNEN VVS

Tlf. 40 17 13 19  
post@optimalror.com

### NESODDEN HÅNDVERKTJENESTER AS

Rehabilitering av brygger, badehus, terrasser, trapper mm.

Ring Frode på 45401623 for befarings

Støtt oss gjerne hvis dere ønsker at Foreningsnytt skal fortsette å komme ut i postkassene til de tusen hjem på Nesodden!

Vipps 951908

vipps

Velg BETAL (ikke VIPPS EN VENN)

Alle beløp mottas med takk

## BUTIKKER OG UTSALG

Velkommen til vår forretning!

### MOGHAL TRADING AS

Noe for enhver smak!

Helt i nærheten!

Ved kjøp for 1000 eller mer får du 10% rabatt  
For 1500 eller mer gis 15% rabatt

Fjellstrandveien 1, Fjellstrand Tlf: 98 60 69 32



### Pio Pio Pizzeria

Ring 40165207  
for å bestille deilig pizza!



Tilbud til håndverkere og bedrifter kr 149,-  
for valgfri pizza fra vår meny inkl. en 0,5l drikke man-fredag.

Tilbud gjelder for bedriftskunder og håndverkere på Nesodden og omegn.

Hellvikskogsvei 99, 1459 Nesodden

[www.piopio.no](http://www.piopio.no)

## Butikk - Bad - Rørlegger

RØRLEGGEBUTIKK MED PERSONLIG SERVICE

ROGER HAGEN

Comfort

BRYN

Ring oss for tilbud, gode råd og veiledning!

Rørleggermester Stian Gabrielsen: 97 67 32 75 eller  
Rørleggermester/butikk Anders Torp: 22 76 15 70

Østensjøveien 60, 0667 Oslo • [bryn@comfort.no](mailto:bryn@comfort.no) • [www.comfortbryn.no](http://www.comfortbryn.no)

## GALLERI VANNTÅRNET



## CORPUS TORMOD LINDGREN Skulptur og figurer 18. JANUAR – 9. FEBRUAR

Åpning lørdag 18. januar kl. 12.15 - Med mini-forestilling. Foredrag søndag 26. januar kl. 14.00 - Barneforestilling lørdag 1. februar kl. 13.00. Utstillingen er åpen lørdager og søndager 12.00 – 16.00

Tilsmilte, Nesoddenregionen. Ta buss til Tangensdam og følg merket vei til kirke. Se mer info: Facebook: GalleriVanntårnet, Instagram: @galleri\_vanntarнет

Nesodden Kunstforening  
GALLERI VANNTÅRNET



## VÅREN 2025



### U3A NESODDEN – UNIVERSITETET FOR DEN TREDJE ALDER

«U3A» er forkortelse for «Universitetet for den 3. alder». For de av oss som er i eller kanskje i nærheten av pensjonsalderen, den tredje alder. Men foreningen er åpen for alle «godt voksne» som er interessert i å lære mer om verden og seg selv, og i å dele kunnskap og erfaring i sosialt samvær. Vår hovedaktivitet er å invitere til inspirerende og tankevekkende foredrag på nøytral grunn. Vi legger stor vekt på å skaffe foredragsholdere av høy kvalitet.

Vanligvis avholder vi rundt 15 møter pr. kalenderår på torsdager kl. 13:00 – 14:00. Kaffe/te og en kakebit er med i inngangsbilletten. Sted: Samfunnshuset på Nesodden, Kongleveien 24. Dørene er åpne fra kl. 12:30.

#### FØRSTE HALVÅR 2025 INVITERER VI TIL FØLGENDE FOREDRAGSMØTER:

##### Nesodden kirke 850 år – Jubileumsboken

Foredragsholder: Journalist og forfatter Ann-Turi Ford  
30. januar kl 13:00 i Samfunnshuset

##### Oslo - Christiania – Oslo, 400 års og 100 års jubileum

Hvordan dagens Oslo har utviklet seg på grunn av Christian IVs bestemmelser  
Foredragsholder: Historieformidler og forfatter Leif Gjerland  
13. februar kl 13:00 i Samfunnshuset

##### Sunnaas - reisen fra en drøm til et fyrtårn innen rehabilitering

- Lokalt forankret - sterkt omdømme nasjonalt og internasjonalt  
Foredragsholder adm. direktør Einar Magnus Strand, Sunnaas Sykehus HF  
27. februar kl 13:00 i Samfunnshuset

##### Norsk sikkerhet i et NATO i endring

Foredragsholder: Kate Hansen Bundt, generalsekretær i Den norske Atlanterhavskomité  
13. mars kl 13:00 i Samfunnshuset

##### Om å stoppe aldring

Foredragsholder: Professor Hilde Loge Nilsen  
27. mars kl 13:00 i Samfunnshuset

##### Villhager, blomstereng og kulturlandskap for bier, sommerfugler og biomangfold

Foredragsholder: Daglig leder for Natur og Fritid AS, Jan Erik Røer  
10. april kl 13:00 i Samfunnshuset

##### Dykking på Blücher – de nyeste dykkeoperasjonene på vraket og litt om grottedykking

Foredragsholder: Dykker Målfrid Hoaas, som også er fakultetsdirektør ved Oslo Met  
24. april kl 13:00 i Samfunnshuset

##### Å være kunstner - med fare for eget liv

- Om kunstnerisk ytringsfrihet og kampen for å kunne arbeide som kunstnere  
Foredragsholder: Tidligere leder av organisasjonen Safemuse, Jan Lothe Eriksen  
08. mai kl 13:00 i Samfunnshuset

##### Busstur for medlemmer – 22. mai - annonseres senere

Foredragene er åpne for både medlemmer og ikke-medlemmer. Før hvert foredrag får medlemmene utfyllende invitasjon på e-post og betaler kr 75 pr. foredragsmøte de kommer på, som inkluderer kaffe/te og en kakebit. Ikke-medlemmer betaler kr 150 inklusive kaffe/te/kakebit. Vi oppfordrer deg til å forhåndsbetale før du kommer, enten på link til (se vår nettside u3anesodden.no), ved kortbetaling til bank kto. 0530 38 82628 eller VIPPS til 125713. Da går det raskere ved inngangen.

Års medlemskap koster kr 450 og følger kalenderåret januar-desember. Innmelding gjør du helst på vår nettside [www.u3anesodden.no](http://www.u3anesodden.no). Trykk på «Bli årsmedlem» og fyll inn dine data.

Det tas forbehold om programendringer, sjekk gjerne nettsiden jevnlig for eventuelle oppdateringer. Velkommen til foredrag!

## ARBEID UTFØRES



## Byggmester Grønvold AS

ALT TIL DIN BOLIG

Ta kontakt for gratis befaring og tilbud (komplett med alle fag)  
Tlf: 98 20 20 00 eller besøk hjemmesiden vår: [www.mesterbedriften.no](http://www.mesterbedriften.no)



## Aktiv Malerfirma og Gulv

-Tapetsering

-Gulvlegging

-Malararbeid ute og inne

T: 950 78 087  
M: trul-lie@online.no

Kirkeliveien 41  
1454 Fagerstrand

## Den lokale hjelper AS

VAKTMESTERTJENESTER

- Snekring ute og inne
- Vi sjekker gamle dører, vinduer og isolasjon med varmesøkende kamera
- Mur, puss og flislegging, steinlegging og skifer
- Eget blikkenslagerverksted, tak og beslag
- Maling av dyktige malere
- Trefelling og beskjæring, egen forsikring - IF



Tlf 938 61 151  
arnelendl@gmail.com



## FUNDAMENT MUR OG FLIS AS

Telefon: 400 77 566  
[www.murmesterbedriften.no](http://www.murmesterbedriften.no)



Varmepumpe  
Bolig og næring



Ladeanlegg  
for elbil i borettslag,  
sameier og privat



El-kontroll  
Bolig og næring



El-anlegg  
Tilbygg, nybygg eller  
rehabilitering

## Din Elektropartner AS

VAKTTELEFON 24/7  
4788 2010

Din lokale elektriker!

## LAG/FORENINGER /PARTIER



**Nesodden  
Skolekorps**  
NØRDRE  
NESODDEN  
SKOLEKORPS Tlf: 402 80 124  
[www.nesoddenskolekorps.no](http://www.nesoddenskolekorps.no)



**Pinsekirken**  
Nesodden

Tlf kontor: 474 86 599  
post@pinsekirkennesodden.no  
[www.pinsekirkennesodden.no](http://www.pinsekirkennesodden.no)

## SPRO VEL

Leder: Øyvind Kramer  
Epost: sprovelstyret@gmail.com

## HELLVIKTANGENS VENNER

[www.hellviktangens.com](http://www.hellviktangens.com)

La oss først og fremst ønske dere alle et fint nytt år!

Deretter vil vi rette søkelyset mot menneskets positive krefter, til tross for at enkelte statsledere gjør sitt ytterste for å maltraktere dem.

**Vi vil rett og slett hylle alle de eldre som av sin kunnskap og sitt overskudd, vil gi samfunnet noe nært og positivt!**

Spesielt vil vi oppfordre våre lokalpolitikere og vår kommunale administrasjon til å la seg inspirere av dette polske prosjektet som vårt styremedlem Tormod Bjørnstad har tilrettelagt etter en artikkel i The Guardian fra 19/9-2024.

Styremedlem Arild Drolsum, medlem i vårt eget, lokale eldreråd, har gitt gode innspill om våre lokale forhold:

**Legges forholdene tilstrekkelig til rette for at ressursene til våre egne eldre blir utnyttet til beste for hele lokalsamfunnet?**

**Verdsettes de Eldres erfaring, kunnskap og arbeidsevne på en meningsfull, effektiv og bærekraftig måte?**

*Tor Fagerland*  
Redaktør

## Polen feirer sine eldre!

**I september feiret den polske byen Wrocław sine mange pensjonister med en rekke festligheter og aktiviteter. De viser hvor positivt et aldrende samfunn kan være for alle innbyggere.**

En dag i september marsjerer et selsomt tog inn på torget i Wrocław. En stor gruppe «godt voksne» mennesker kommer syngende og dansende. De har klær i sterke farger og alle hattene er fantasifulle og oppsiktsvekkende pyntet. Denne årlige «hattemarsjen» samler pensjonister mellom 65 og 100 år. Inne på torget bryter en svingende brosteinsdans ut, – nå får de gamle vist sin livsglede!

### En trussel eller en ressurs?

Denne gruppen pensjonister vil vanligvis skremme vettet av enhver politiker og kommuneansatt byråkrat. For i Europa truer den voksende andelen av eldre mennesker med å velte ethvert budsjett. Innen år 2100 vil 30 % av EUs befolkning bestå av personer over 65 år.

Men ikke alle gamle i Europa er hjelpetrengende, en stor andel pensjonister er mobile og velstående. De vil gjerne delta aktivt i livet, ikke sitte bortgjemt i sine boliger. De vil være sammen med andre, og de vil gjerne bruke pengene sine på kulturtilbud.

Hattemarsjen er starten på en måned med fest og moro: Gallakveld i operaen, turer i skog og mark, filmkvelder, utendørs tegning og maling, foredrag i Universitetet for den tredje alder, U3A, ulike kurs, seminarer og workshops, konserter, middager og festarrangementer.

### Aktive medhjelpere

De to polske byene Wrocław og Kraków er pionerbyer som har sett at pensjonistene er en uutnyttet ressurs som kommunene bør ta i bruk. De har en enorm erfaring og kunnskap og kan stille opp som medhjelpere til å fikse problemer i hus og hage, – og til å passe barn! Aktivitetssentrene som tilbyr slike tjenester, får kommunal støtte og er åpne hver dag.

Seniorene mangler kanskje litt ferdigheter på internett, derfor kommer det stadig skreddersydde nye tilbud som kommunen finansierer. «Jeg så hvilke utfordringer digitale tjenester utgjør for pensjonister,» forteller en lokal innbygger. Hun organiserer nå workshops innen regnskap, digital bank og netthandel for eldre. Og Polens regjering har vedtatt en lov som forplikter bankene til å gi personlig råd om netjtjenester.

### Bedre for alle

De to byene vil legge samfunnet til rette for seniorene sine, og har tatt med seg pensjonistene i planleggingen. Det er opprettet egne seniorråd, folkevalgte organer som møtes regelmessig med bystyret og diskuterer behov og løsninger. Samfunnet skal tilpasses personer som kanskje ikke er fysisk spreke lenger. Derfor får byene nye «aldersvennlige løsninger», flere benker, færre trapper, og gode utforminger for trikk og buss. Disse tiltakene er selvsagt også til glede for alle andre innbyggere!

Så de glade polske seniorene kan danse videre til tonene de lærte av Beatles og Elvis Presley for mange år siden. De blir ivaretatt fordi myndighetenes motto er:

«Vi vil si takk til generasjonen som bygde opp samfunnet etter krigen.  
**De gamle er ikke en byrde. Vi ønsker å vise dem respekt!»**

