

Stensjönbladet

Vår och sommarnummer



April – august 2018

Nr 2 - Årgång 29 - 440 ex

www.stensjon.org

Stensjönbladet

Sommar 2018 innehåll

Våryra	3
Konsten att vara snäll	6
Friidrott 2018.....	8
Olle i Änganäs.....	10
Nisse Athler	12
Bevara din hälsa	15
Fotbollsvänner.....	16
Kladdkaka med lakritsglasyr à la Stoneman	20
Kakelkungarna.....	22
Äntligen närmar sig midsommar.....	24
Emma Blomqvist – svart och vit.....	30
Vår igen	34

Skriv i Stensjönbladet

Tre föreningar samverkar om att ge ut Stensjönbladet.

Du är välkommen att skriva i tidningen om information, en berättelse, dikt eller något annat trevligt.

Enda kraven är; skriv positivt, personligt och färdigt på **A5** och

du skickar det smidigast på mail till: stensjonbladet@hotmail.com

Annonser 100 kr halvsida–200 kr helsida betalar Du i Barkös.

Stensjönbladet utkommer år 2018

25 april - 1 september - 1 december

Manusstopp 10 dagar före utskick!

Övriga utgivningar

Stensjöns IF:s årsberättelse och friidrottens årsberättelse

Arrangemangen i Stensjön 2018

Valborgsfirande * Ullinge Mini-Cup * Midsommarfest

Barködagen * Luciafirande * Tomtestigen

”detta är en periodisk utgåva om minst 4 nummer per år”...

Våryra

Jag ger mig av tidigt på morgonen, småfuktigt och lätt dimma. Det är plusgrader, flera stycken. Jag susar fram på skogsstigar, motionsspår och skogsvägar ibland lite knöligt, tekniskt ibland sjunger de grovmönstrade däcken av farten när det lättar på i medlut och lite slätare ter-



räng. Ikapp med hjulen sjunger det även överallt i träden. Det är ett herrans hallå. Hur många fåglar som konfererar och sjunger för/till varandra under de 2 timmar jag flänger runt i skogarna mellan Stensjön och Paradis hade varit roligt att veta.

Det är söndag och jag har tagit mitt första riktiga cykelpass där man kunnat lämna vägen utan att fastna i snö eller is. Det är våryra för mig och fåglarna, någon annan varken syns eller hörs på 3 mil. Inte förrän jag kommer tillbaka in mot Stensjön märker jag att vi inte är ensamma längre, fåglarna och jag.

Hemma i trädgården så har vi reducerat grenverket i fruktträden, grusgången är tillrättad efter tjällossning, gräset blir räfsat och allt gammalt får ge plats för våren. Snart träffas vi för att också hålla Stensjön rent.

Den stundande vårstädningen av samhället får mig inte helt osökt att tänka på att årets första badgäster har anlänt, innan isen har släppt. Det är ju ett fasligt gott betyg på vår badplats som utflyktsmål. Dock märkte vi under förra året att det genererar ytterligare tillsyn och städning för att hålla standarden. Jag hoppas att det kan räcka med att göra sig bekant med våra gäster, kanske skicka med ett intryck om att vi lämnar platsen som vi önskar finna den.

Efter det trevliga årsmötet i SIFs lokaler har föreningen fått en liten fusion. Välkommen Frida. Vi kommer också att ersätta Joanne i Trafiksäkerhets-

gruppen som valt att flytta hem till Canada. Tack för ditt arbete och lycka till i det gamla landet. Årsmötet fastslog en satsning på årets del av "medborgarbudget". Samhällsföreningen är med och stöttar båda anläggningarna så att vi kan få lite högre kvalitet eller kvantitet. Vi hoppas att även du kan vara med och bidra med kunnsande, muskler eller glada tillrop, allt för att vi ska få det där lilla extra som kanske passar just dig.

Under vintern har samhällsföreningen träffat kommunen i både planering för framtida utveckling som förvaltning av våra faciliteter i samhället. Det har varit både bra och mindre bra respons från de olika kontoren och de personer som förestår de förvaltningarna.

Fullt klart är att ½ miljonen är på gång i sitt första utkast i både gym och lek. Den grupp som har drivit leken är delaktiga tillsammans med boende, SSF och Nässjö Kommun i att enas om en ny lekplats. Kommunen har varit i kontakt med en grupp rörande utegymmet vi hoppas att kunna hjälpa till även där.

Trafikgruppen har fått avslag från snart alla instanser som har något att säga till om men vi har ännu några idéer hur vi ska attackera på bred front. Arbetet rullar vidare med att få till detaljer så att vi känner att vi kommer i mål med något som gör att vårt samhälle blir en säkrare plats att färdas i.

Jag hoppas att alla följer vårt arbete via hemsidan och sociala medier. Här finns alla möjligheter att vara delaktig, vara med och påverka de saker som vi försöker genomföra.

På försäsongen har vi haft ett färgsprakande påskpynt, i år var det som mitt i vintern, lite mer färg än vitt piggat upp. Någon vecka efter att vi gör samhället vår-fint så ska allt det gamla eldas och vi möts på Dalaängen för ett traditionellt bål och skönsång. Förberedelserna för att vi ska få en trevlig start på den varma delen av året är i full gång. Vi hoppas stor uppslutning när vi möter våren. Välkomna!

Med vårliga hälsningar
Stensjönortens Samhällsförening



Valborg

Måndagen

den 30 April

klockan 19:30

Vi möts på gamla lekplatsen
för gemensamt fackeltåg till Dalängen.

Vårtalare Pernilla Mårtensson.

Vi bjuder på korv & dricka.

Lotteri med fina priser

Sång av spontankören.

Styrelsen SSF

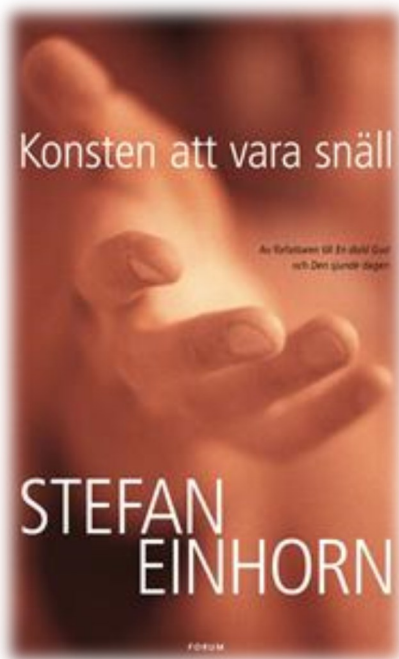


”Konsten att vara snäll” en bok av Stefan Einhorn

Vi står inför valet att förstöra allting och möjligheterna till en fantastisk utveckling. Männkligheten balanserar på en knivsegg. Etiken är en förutsättning för att vi skall överleva resan in i framtiden. Vi måste låta det etiska tänkandet genomsyra vårt samhälle och föra det vidare till våra barn och kommande generationer. Om vi gör det kommer det att gå bra. Annars vågar jag inte tänka på konsekvenserna. Det säger professorn och överläkaren på 'Karolinska' i Stockholm Stefan Einhorn.

Han har just givit ut boken 'Konsten att vara snäll'. De som förknippar snällhet med mesighet, svaghet och att vara dum i huvudet ger han inte mycket för. De som tror att man måste ta sig fram med vassa armbågar och gå över lik för att lyckas kommer att ångra sig senare i livet. Han tycker det är hög tid för ett paradigmskifte och menar att det ibland krävs ett stort mod att vara snäll och att snälla människor ofta är såväl smarta som framgångsrika. Barn förväntas vara snälla men för vuxna gäller andra regler i ett samhälle där hänsynslösheten tagit stor plats. Vårt hopp om framtiden ligger inte i att den som har vassast armbågar skaffar sig mer utrymme, utan att den som visar omtänksamhet mot andra får en allt mer framträdande roll. Det vinner vi alla på som individer, grupp och samhälle anser Stefan. Stefan menar att snällhet och godhet är en väg till framgång.

Om vi är generösa mot våra medmänniskor blir de generösa mot oss. Det uppstår en spridningseffekt som gagnar oss alla. Goda gärningar ger också en njutningsupplevelse utan biverkningar menar Stefan. Han menar att det redan finns en vardagssnällhet och att det är mycket lätt att bli ännu snällare. Det krävs mycket små medel.



Vi kan bli generösare med beröm och uppmuntran men också dela med oss av saker vi gör. Varje dag består av många möten och vid varje möte väljer vi väg, om vi skall lyssna på en medmänniska med ett öra, två öron eller med hjärtat. Andra saker är mer komplicerade.

Vi måste utveckla vår empatiska förmåga och lära oss hantera konflikter på ett pragmatiskt sätt med olika knep. Vissa sidor tar längre tid att utveckla. Det är verkligen en konst att vara snäll.

Stefan Einhorn brukar i samband med sina föredrag i etik låta åhörarna få fem val vad de helst vill vara:

- 1) Yrkesskicklig
- 2) Förmögen
- 3) Intelligent
- 4) Rolig
- 5) En god människa

Nio av tio väljer 'en god människa'. Stefan tycker vi skall börja i liten skala redan idag, var man än befinner sig i livet. Och det är bara handlingen som räknas. Om någon med beräkning hjälper en annan människa för att få något i utbyte, är det inget att skämmas över.

Gör man en god gärning så gör man och det är bara det som räknas, betonar Stefan. Stefan vill ha en bättre värld med fler goda gärningar!





Friddrotten 2018 har knappt startat nu i april, men två lovdagsträningar har genomförts i Sandsjöforshallen ihop med skolan och Åsa Gustafsson. Dessa samlade 28 respektive 24 deltagare och förhoppningsvis kan vi samla ett 20-tal för start på Höglandsolympiaden den 6 maj.

Nytt för 2018 är att vi kör två träningar på Runeplan. Mette kör som förra året onsdagar med två grupper och Göran kör söndagar kl. 14-15 med de ungdomar som satsar på att tävla och vill ha ett extra träningspass. Göran vill också samla veteranerna och eventuella seniorer på denna söndagsträning för att få lite fler.

Söndagsträningar för våra ungdomar har på senare år inte samlat så många deltagare. Vi får se om trenden har vänt. Ambjörn har lovat komma och visa stavhopp och Marika och Viktoria Andersson kommer så ofta de hinner och visar kasttekniken.

Våra tävlingsdatum på Runeplan är klara och gäller enligt följande:

- Sandsjöforsskolans friidrottsdag 25 maj kl. 8,30 - 12,15
- Björköskolans friidrottsdag 7 juni kl. 8,30 - 12,00
- Kastmångkamp för veteraner 5 juni och 1 aug kl. 10,30 -14,00

Funktionärer behövs – ring Göran och anmäl dig!

eller maila på goran@sifidrott.se

Göran G.





Dagbok 2018



SIF sörjer en av sina största ledare – 'Olle i Änganäs'!

En av SIF.s största ledare någonsin - *Olle i Änganäs' avled under påsken, snart 94 år.

Olle var verksam i SIF i över 60 år och var föreningens ordförande när Runeplan skapades och invigdes 1952. Under 39 år var han styrelseledamot och dess ordförande 1949 – 1951, men främst respekterar vi Olle som kassör som han var i hela 23 år. Hans råd om att en god ekonomi är en grund för en kraftfull klubb lever fortfarande kvar i SIF genom Olles arvtagare Lasse Lennartsson.

Olle skapade elljusspåret och SIF-stugan och han liksom Ingemar var väl inte nöjda när vi på grund av dåliga vintrar och minskat intresse för skidsport sålde SIF-stugan och monterade ner stolpar och belysning kring motionsspåret.

Men 2008 gjorde Olle en stor insats när allvädersbanorna kom till. Han och jag besökte fritidschefen och efter en kort diskussion fick vi löfte om 50 000 kr i bidrag under tio år. Glömmer aldrig vilken respekt som visades för Olle när vi kom till fritidskontoret från hela personalen. Han var inte glömd utan väldigt aktad för sin roll som kommunalkamrer i stadshuset i Nässjö.

1962 besökte jag Olle i Bygdegården i Sandsjö där han hade sitt kontor som kommunalkamrer och jag gjorde där vår första årsberättelse i svartvitt. Olle sponsrade förstås det hela!

Efter att Olle fått min skrift om SIF.s alla friidrottare när han fyllde 90 år ringde han mig och bad mig skriva om övriga sporter. Det tog några år att förverkliga detta, men hösten 2017 fick Olle i uppdrag att korrekturläsa mitt alster som jag kallade 'Våra ledare' och han gav mig sitt bifall att trycka upp den. Därefter fick Anette i uppdrag att överlämna ett exemplar till vår store ledare Olle.

Olle var under många år den självskrivne talaren på alla våra jubileumsfester och den som ordnade med jubileumsberättelser vart tionde år. Där har vi en riktig skatt att läsa om SIF.s tidiga verksamhetsår. Fick även Olle att skriva lite i Stensjönsbladet om de tidiga åren, vilket var verkligt uppskattat.

Alla vi ledare som jobbat ihop med Olle har haft stor respekt för hans kunnande och enorma kunskap och hans roll i att skapa Runeplan som gör honom oförglömlig för Stensjöns alla idrottande ungdomar och tränare/ledare.

Olle och Ingemar fick alla utmärkelser som fanns inom Stensjöns IF med förtjänsttecken, 'Stora grabbar' och hedersledamöter. Även inom Smålands IF fick dom guldmedaljen som Smålands stora grabbar året 1985. Ledarpriset för SIF 1985 gick till Olle och Ingemar fick sitt 1999.

Jag hade stor respekt för Olle och hans gärning i SIF och när jag jobbade som kanslist från SIF-stugan var jag nogga med att Olle fick alla handlingar som övriga styrelsen fick.



Dagbok 2018



Olle invigde Runeplan 1952-08-31

Olle Johansson

1. Stensjöns IF:s förtjänstecken guld- 1951
2. Smålands Skidförbunds diplom - 1971
3. Smålands Idrottsförbunds diplom - 1974
4. Svenska Friidrottsförbundets diplom 1974
5. SIF:s förtjänstecken guld med emalj 1974
6. Sveriges RF jubileumsdiplom 1978
7. Smålands Skogskarlarls silvernål för aktiva
8. Svenska FIF.s förtjänstecken 1984
9. SIF:s förtjänstecken stora grabbar 1984
10. Smålands Friidrottsförbunds guldnål 1984
11. Smålands IF förtjänstecken i guld 1984
12. Årets ledare i Stensjöns IF 1984
13. Hedersledamot SIF 1995
14. Stensjöns IF:s förtjänstecken guld 40 år 1999
15. Stensjöns IF:s förtjänstecken guld 50 år 2009



Olle förhandlade med Sixten Karlsson om inköpet av marken för Runeplan

Olle Johansson - löparen

1944 hade Olle klubbrekorden i SIF på 800m 2,11,7, 1000m 2,48,0, 1500m 4,18,6, 3000m på 9,21,7 och på 10,000m på 34,47,0 och han var bara 20 år fyllda i augusti. Men dessa resultat förblev hans "personliga rekord"! Jag skulle tro att alla hans engagemang gjorde att han fick svårt att öka på sin träningsdos.

Minnesord om Nisse Athler den störste i Höglandets friidrott!

Hvetlanda GIF hade sin idrottsplats vid infarten från Nässjö och ett fint staket med stensatt grund. Vi hade flera duster där mot GIF och det kunde gå hur som helst – dagsformen avgjorde liksom hur många ordinarie som fanns i laget för dagen.

1967 ringde Nisse mig och berättade att de blivit av med sin friidrott i GIF, som bara ville satsa på fotboll. GIF hade på 50-talet ett riktigt bra ungdomslag i friidrott som hade stora nationella framgångar berättade Nisse för mig i ett telefonsamtal. Självklart var det en besviken Nisse som anslöt sig till oss i Stensjön. Hans adress var då Johannesdahl där jag tror att hans bror bodde, men senare flyttade Nisse in till Vetlanda och hans familj blev allt mer 'friidrotten'. Snart tog han allt större ansvar även i SIF och vi jobbade som två parhästar utan minsta osämja under 11 år i SIF. Han tog gärna ordförande-rollen och jag hellre sekreterare rollen. Jag hade nog med ansvar i 'ordföranderollen' i min fabrik och i min hälsoklubb som jag jobbade i också.

Skillnaden mellan oss var att hans hjärta bankade mer för friidrotten och mitt mer för SIF. Jag var ju förälskad i Runeplan och våra rundor till Aggarp, Eskås, Frisksportön och Ånhult. Så efter att 1976 kört under Stensjön/Sisu, försvann Nisse med alla friidrottarna till IK Sisu just för friidrottens bästa tyckte Nisse. Jag stannade kvar i SIF med Mats, Agne och Ulf Björkman samt Lasse Lundqvist, men var lite knäckt som tränare och ledare och var därtill nödd och tvungen att satsa på min fars företag. Samtidigt bröt min AAT-brist ut ihop med astma.

Det dröjde till 1992 eller 16 år senare innan jag fick inspirationen tillbaka och kunde driva SIF.s ungdomsfriidrott till en ny storhetstid.

Nisse hade under tiden gjort vad han skulle i Sisu och visat sin storhet med mängder av arrangemang och framtagning av nya bra friidrottare. Stefan Karlsson 2,22 och Håkan Josefsson 2,06 i höjd är väl några av de bästa.

Jag har försökt ringa Nisse varje födelsedag och prata gamla minnen, men i höstas på sin 80-årsdag svarade han inte. Långt senare fick jag reda på att han låg på Oasen i Vetlanda med en tumör som ändade hans liv i början på 2018.

Tre ggr i veckan körde han till Nässjö för träning/tävling i 30 år och det finns ingen på Höglandet som kan tävla med Nisse om långt och troget engagemang för friidrottens bästa.

Göran minns en god vän och en sann idealist!



Ett av Nisses största ögonblick i friidrottskarriären var SM i terräng 1972 när hans som tävlingsledare tog emot Vetlanda kommuns standar som tack för all PR



Som tränare för tvillingarna Maria och Anita Andersson kommer vi ihåg Nisse som bäst. Han kom ofta med dom från Byestad till träning eller till tävling.

Välkommen att fiska i Skärvingen!

Du behöver ett fiskekort, det finns att köpa i Barkös Lanthandel,
hos Marga Svensson Skärsboda 6,
eller hos fam. Währborg Hansarpsvägen 6

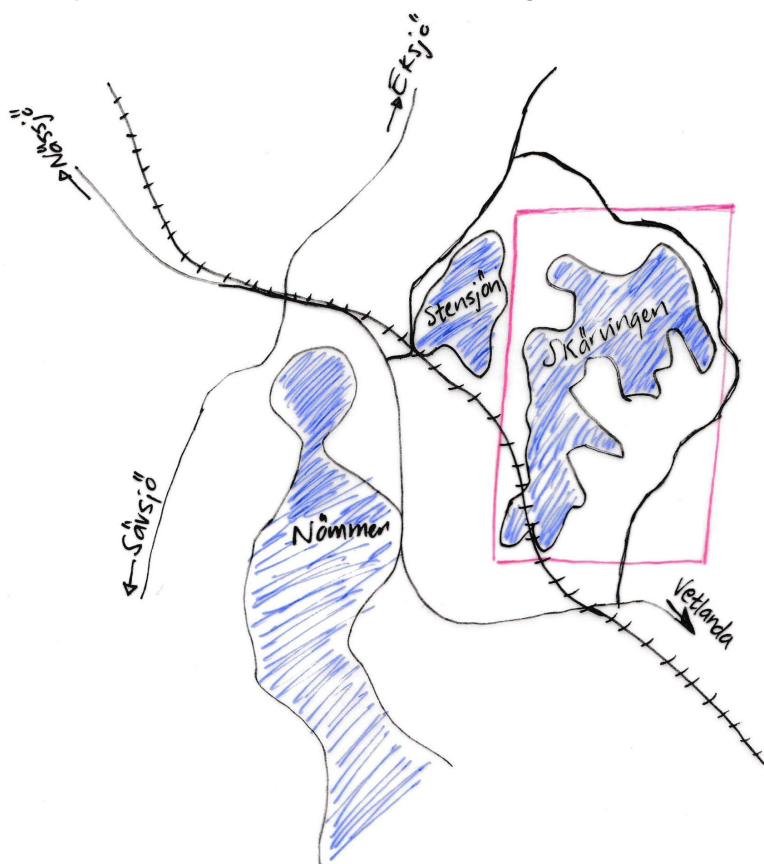
Kostnad

Årskort: 400 kr

Veckokort: 100 kr

Dagkort: 50 kr

Under kräftfisket mellan 8 augusti 2018 och
9 september 2018 råder fiskeförbud i Skärvingen



God fisketur!

önskar Skärsboda Fiskevårdsförening

Bevara din hälsa – livsstilen som krävs är mångkampsbetonad!

Har just läst ut boken 'HÄLSO – REVOLUTION' vägen till en antiinflammatorisk livsstil av moderaten Maria Borelius. Hon bevisar med boken att har man inte kunskapen själv, ja då får man ta kontakt med andra som kan mer. Hon färdas jorden runt och besöker den ene forskaren efter den andre.

Hon visar engagemang och testar på sin egen kropp olika kostinslag och noterar hur kroppen reagerar. Hon tar fram bevis på att kroppen stärks av färgrika grönsaker, av omega tre, fibrer, vila, mindre stress, minifasta, probiotika, närhet med kramar, motion, meditation, yoga, gemenskap och av förundran. Med förundran tar hon in tacksamhet, 'wowkänsla', skönhet, naturupplevelser och andlighet och pekar på att det finns bevis att dessa sänker inflammationsmarkörerna.

Jag föll lite för den här boken just för att det är min egen erfarenhet att för att bevara hälsa gäller det att skaffa sig en mycket komplex livsstil som kräver mycket engagemang. Förutsättningar som krävs är att bo på landet med frisk luft och att daglig motion är ett behov som kommer av sig själv när kostbiten är optimal. Hennes ord ju mindre socker desto bättre hälsa klingar skönt i mina öron.

Antiinflammatoriska kryddor räknas upp med basilika, chili, **gurkmeja**, **citron**, **ingefära**, kanel, kapris, koriander, kryddnejlika, kummin, libbsticka, oregano, rosmarin, timjan och vitlök.

Antiinflammatoriska frukter och bär räknas upp även de i bokstavsordning apelsin, ananas, aprikos, blåbär, citron, dadlar, grapefrukt, hallon, jordgubbar, krusbär, körsbär, mandarin, melon, nypon, lime, papaya, plommon, päron, vinbär och äpple.

Bra fett - Kokosolja, nötter och frön, olivolja oliver, smör, Bregott, fet fisk och avokado.

Hon har fått fram en kost som jag nyligen själv börjat med som smoothies på morgonen, mixad raw food till lunch med spenat, avokado eller i bästa Lars Frölander stil som jag anammade i ett par år nu. På kvällen är det de färgrika grönsakerna som dominerar i antingen soppor eller ihop med den röda laxen. Hon pekar på hur viktig minifastan är för hälsan genom att 'breakfast' verkligen blir 14 timmar efter kvällens sista måltid.

Stressen är ett gissel och gör att kroppen mår sämre. Botemedel är meditation, yoga eller helt enkelt djupandning en stund varje dag. Gärna med vacker utsikt med en skön vy framför sig, så blir det dubbel effekt.

Hon har inte bara konditionsträning i sin dagliga agenda utan också styrketräning med både lätta och tunga vikter för att stärka sin svaga rygg.

Mångkampgrenarna

1. Styrketräning och stretching
2. Konditionsträning minskar inflammationen i kroppen – KH äts i anslutning ihop med protein
3. Sockerfri Kost (ej snabba KH) proteinrikt med färgrika grönsaker, glutenfritt och med lax för omega tre (minskar inflammation o aktiverar antiinflammation.) Vinäger/fibrer vid snabba KH
4. Djupandning för nedstressning 20 min varje morgon och kväll
5. Sömn som rehab i säng kl 10 och sömn kl 11-6, somna före kl 23.00 – då är det kortisonminimum
6. Minifasta 14 timmar – fasta minskar inflammationen
7. Förundran med Musik, naturupplevelser - sök 'wowkänslan'.
8. Kramar i minst 20 - 40 sekunder skapar oxytocin som ger lugnkänslan
9. Överätning undviks 1/3 tom mage, 1/3 mat, 1/3 vätska efter varje måltid. (3dl/måltid i mat)
10. Gemenskap skapas med engagemang i ex-vis SIF-friidrott!

BLIS betyder salighet/ljus – **B**oosta med antiinfl.mat , **L**åg intag snabba KH, **I**gång, **S**tilla, **S**ök förundran

Hej alla Fotbollsvänner!

Av Peter Johansson (Ledare och fotbollsfrälälder i Stensjöns IF)

I skrivande stund har vi precis klarat av seriepremiären i div 4 Norra(13/4). Och det gick ju bra. Vinst 2-0 mot Visingsö AIS.

Målskyttar den gången var Antonio Crnoja och Johan Eklund. Och för övrigt gör alla en kanonmatch.



Det är ju härligt att fotbollen drar igång igen efter en lång och kylig vinter, alltså fotboll på gräs. För under vintermånaderna så tränar vi och spelar matcher inomhus i varma och goa hallar, och det gör ju att man kan hålla igång med fotboll hela året om. Och det är ju också bra. Så man är förberedd till utomhussäsongen.

Vi ställde upp i 3 st cuper inomhus med seniorerna:

- I Champions Cup i Vetlanda tog vi oss till slutspelet.
- Final i Hyvelcupen i Bodafors. Där vann för övrigt Malmbäck med 9-5 mot oss.
- Och sista cupen är ju klassiska WR-Cupen i Nässjö Sporthall som Solberga GIF arrangerar. Dessvärre tog det slut redan i grupp spelet för de svartvita.

Summering av inomhussäsongen är ju mer än godkänd för Stensjöns IF's a-lag.

Även flera av Stensjöns IF's ungdomslag tränar på under vintern såsom P04/05, P07/06 och P09/08.

De 2 sistnämnda lagen har även deltagit i flera cuper runt om i länet. Vilket är ett fantastiskt minne för både spelare och ledare.



Runeplan 2018

I och med en sen vår så kommer vi inte igång som planerat på "vår borg" Runeplan. Men snart är det full aktivitet där kan jag lova för i år har vi ytterligare 2 lag i seriespel. P09/08 och Utvecklingslaget.

Seriespelet för seniorerna ser mer än intressant ut denna säsongen. Ett riktigt getingbo är det många som säger om Div. 4 Norra.

Och det är en tuff serie som vi hamnade i.

Gullringen, Aneby, Tranås och Anneberg är några av lagen.

Derbyt mot Annebergs Gif 24/5 kl. 19 är ju en match man inte får missa!

Och det är ju ingen hemlighet att vi vill tillhöra toppen av den serien.

Info A-laget

Tränare: Jimmy Nilsson.

Ass Tränare: Torbjörn Strömberg

Materialare: Roger Karlsson

Nyförvärv: Fredrik Liljeros, Martin Britan, Jeton Sali, Filip Lövgren,

Johan Eklund, Johannes Ferm,

Marcus Harrysson och Erik Olofsson.

Även ett utvecklingslag (Utv B Nässjö) är anmält i år vilket betyder att fler spelare kan spela matcher. Yngre killar får chans att känna på seniorfotboll. Och det ser vi som mycket positivt. Utvecklingslaget leds av Torbjörn Strömberg och Jeton Sali. Det ska bli intressant att följa den resan.

En nyhet för i år är att ungdomslagen får faddrar från seniorerna. 2 st till varje lag. Ett upplägg som är positivt då våra yngre spelare ser upp till våra äldre.

De kan hålla i nån övning eller kanske bara komma ner och snacka lite med pojklagsspelarna. En bollkalleansvarig från seniorerna har även utsetts.

Denna säsongen blev det Jonathan Neij. Jonathan ska se till att bollkallarna ska trivas och känna sig välkomna. Och det tvivlar jag inte på:)

Seriespel i år även för P 04/05 som spelar 9männa.

P07/06 och P09/08 spelar 7männa.

Kolla gärna Stensjöns IF's hemsida för information kring matcher. För att följa en ungdomsmatch i fotboll är det inte mycket som slår!

Ullinge minicup kommer i år att spelas 17/6 på trevliga Runeplan. Det är en fantastisk upplevelse för de yngre fotbollsspelarna. En välskött cup som alltid är bra.

Svenska Landslagets fotbollsskola drar igång tisdagen den 1 Maj kl. 17:30 för den som är sugen på att komma igång och träffa nya lagkamrater. De som är yngst där är födda 2014. Alla tjejer och killar är hjärtligt välkomna att spela fotboll.

Ny på posten som ungdomsansvarig är Mette Bromander. Hon tar över efter Göran Salomonsson. Mette är även en hängiven friidrottsledare för SIF. Klubben välkomna Mette. Och vi tackar Göran som för övrigt fortsätter som ledare i P04/05.

Jag har ju naturligtvis inte fått med allt men det var vad jag hade i huvudet just nu:)

Väl mött på Runeplan.

Peter Johansson (Ledare och fotbollsförälder i Stensjöns IF)

GRATIS

Mobilabonnemang från Mybeat i **3 månader**

Använd själv eller ge bort till någon som behöver



Ingen bindningstid



Telenortäckning



EU roaming inkluderat



MYBEAT



Fria SMS/MMS



Fria Samtal



2GB Surf

Ekdahls Data/Nordway Store bjuder dig på detta

* Beställningen gör du i butiken Köpmansgatan 4, 571 32 Nässjö, gäller under 2018

Kladdkaka med lakritsglasyr à la Stoneman

När man laddar upp inför 2018 års Stoneman är det ju viktigt att tänka på kroppen lite extra och ge den de fysiska utmaningar som krävs. Gommen kan dock också behöva sitt. Samt det mer sinnliga välbefinnandet.

Då passar denna dessert alldeles utmärkt. Ett plus är att jag av erfarenhet vet hur mycket Herr Stoneman 2017 gillar lakrits. Kanske kan det ge någon fördel både på det sinnliga som fysiska planet..?

Gör så här:

Börja med att göra en vanlig kladdkaka, jag brukar göra dem i småformar till varje person, men går utmärkt även i en vanlig pajform. Låt den vara kladdig. Ta ut och låt svalna.

Gör sedan en lakritsglasyr av:

3 st Kick (gamla tidens Käck, lakritsgodis)

2 msk vispgrädde

75 g mörk choklad, gärna med någon saltsmak

50 g rumsvarmt smör

Dela Kicksen i mindre bitar, sjud upp grädde i en kastrull, rör ner Kicksen så att det hela smälter ihop, rör hela tiden. Stäng av plattan. Bryt chokladen i mindre bitar, släng i dem i kastrullen och rör även i smöret. Låt det bli en simmig sås som du häller ut över kladdkakan, bred den jämt med en spatel eller baksidan på en sked. Strö över lite flingsalt om du vill. Ställ kallt i kylen minst 2 h. Ta ut dem ca 30 min innan servering.

Jag brukar servera uppvispad crème fraîche med lite vaniljpulver i som tillbehör, det blir lite fransk touche på det hela. Det går lika bra med vaniljglass eller en klick vispad grädde. Eller bara som den är.

Lycka till med träningen..!

/Ulle.

Stensjöns Stoneman 2018



Lördagen den 11 augusti är det dags för andra upplagan av Stensjöns Stoneman.

Kom och upplev en modern triathlon i Stensjön– anpassat för alla åldrar och förutsättningar.

Mer info kommer på
www.stensjonsif.se

Arr: Sammhällsföreningen och SIF

Kakelkungarna

För alla som kommer ner på Runeplan så kommer de mötas av uppfräschade omklädningsrum. När ett snötäcke fortfarande låg på Runeplans gräsmatta och inga aktiviteter var igång så långt ögat når. Då hände det saker inne i omklädningsrummen. Där var det full aktivitet. Renovering av duscharna stod på agendan.



Kakelfix blandas för fullt och kakelplattorna flyger upp på väggarna i raskt tempo.

Det är Marcus Harrysson och Markus Göth som ger duscharna ny skepnad. Dessa grabbar gör verklig ett kanonjobb. Även andra spelare och ledare är inblandade givetvis.

Stort tack till Miljöhallen Jönköping, Boines VVS i Stensjön, Beijer Byggmaterial samt elektriker Johan.

MIDSOMMARFEST

på Runeplan

Midsommarafton kl.: 15-17

Med lekledaren

Kjell Wikstrand

och lokala musikanter

Alla hälsas välkomna till firandet av
årets ljusaste högtid.

och dans kring midsommarstången

Ponnyridning – lotterier – chokladhjul

Kaffeservering





Äntligen närmar sig midsommar

av Mattias Elsner

Midsommar är Sveriges stora sommar-fest. Värmen har kommit och nätterna är långa och ljusa. Midsommarstången kläs och reses, vi binder kransar och äter jordgubbar. Det är en traditionstyngd högtid, då vi gärna vill värna om urgamla seder.

Men traditioner är luriga; de förändras ständigt och är inte alltid vad de vid första anblicken synes vara. Det är ofta svårt att säga var och när de uppkommit, varför de förändras eller ibland försvinner helt.

Midsommar är en sammansmältning av gamla och nya traditioner; en lång historia vars början är höljd i dunkel.

Midsommarstången kom troligen till Sverige från Tyskland någon gång under medeltiden och finns belagd i avbildningar från 1600-talet. Den kallas ibland för majstång, eftersom den i Tyskland och på övriga kontinenten reses i samband med förstamajfirandet. I Sverige flyttades traditionen till midsommar, helt enkelt för att klimatet är kyligare här och att löven till smyckning inte har hunnit slå ut i maj.

Från slutet av 1800-talet finns svenskt folkminnesmaterial som berättar om hur midsommarfirandet gick till i dåtidens bondemiljö. Man smyckade både

inomhus och utomhus med blommor och löv från björk eller andra träd. Festplatserna lövades förstås också.

Sång- och ringlekar och långdans var vanliga nöjen, då liksom nu. Däremot lekte man inte den lek som har kommit att bli nationalsymbol för svenskt midsommarfirande, "Små grodorna". Den finns inte med i uppteckningar om folkliga lekar från 1800-talet.

Även här i Stensjön har vi en lång tradition av midsommarfirande. Under många år på 50-70 talet anordnade under många år en midsommarfest på festplatsen vid Pallarpsviken i Stensjöns utkant, och där var bl.a. Ingemar Lindqvist festkommisarie, festkassör och personalledare under många år. Även hans bror Nils Lindqvist var med som ansvarig under en del år. Tillsammans med Lars Toll anordnade Nils ett av de största arrangemangen i Pallarp, som drog uppåt 4000 besökare och det var ett jättearbete att stå för alla inköp, ordna personal och möten, fixa bussar, poliser, dansmusik, elektriker, fyrverkeri, markavtal m.m.

Midsommar firandet har under åren förändrats, men fortfarande 2018 firar vi midsommar tillsammans i Stensjön. Numer på Runeplan, men det är varje år en samlingsplats för Stensjönbor, men även en gemensam plats för Stensjön bor tillfälligt boendes i övriga landet, att återkomma till år efter för att känna den fantastiska gemenskapen vi har i vårt samhälle.

Med återkommande sol, hästridning, midsommarstång, lotteri och en Kjell Wikstrand dansandes i sin gula skjorta till sång och musik. Tack Kjell. Så dansar barn och äldre barn tillsammans och glädjas åt början på ett långt sommarlov.

Måndagen den 23 juni 1986

Den stensjöfesten går inte till tinget Nypremiär för "lagom", fest

Vem minns inte midsommarens fester i Stensjön, den kala idrottsföreningens årliga storsatsning till förmån för lubbkassan och till glädje för levnadsglad ungdom från skiltliga socknar.

Det var tio och fjön, dans och brännvin och understundom utade muntrationer inför tinget i Eksjö. Någon gång var et inte muntert alls, polisen fick det besvärligt — ja det förddades rentav ih...

Och för några år sedan var et "roliga" slut. Den sortens hårda" midsommarfester hade pelat ut sin roll i trakten. hand och Halmstad — förmiliga

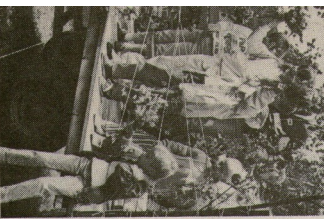
häråger för ungdomar under midsommarven — tog över. I Stensjön andades man ut...

Men i år var det åter dags för midsommarfest i Stensjön, fast denna gång i arrangemang av 15-årsjubilerande samhällsför- emingen och i försiktig familje- täppning.

Det var samling på idrotts- platsen, där midsommarstången restes efter det att Carl-Johan Bromander med traktor och kärra samlat upp ortens barn och blommor.

Många firar ju privata midsommarfester, men vi trockte det fanns behov av en familjefest dit alla kan gå med sina barn, sa Eva Petri i samhällsföreningen...

Och visst blev det en härlig midsommarfest med ringelkar till musik av Kjell Wikstrand, Helena Sjöberg och Stieg Petersson samt ponnyridning på familjen Hermanssons i Ryd hästar.



Barn och blommor sam- lades upp med traktor och kärra.



Frida Wikstrand, Anna Olsson, Maria Kogelman och Gabriella Petri var med och knöt blommestransar till festen i Stensjön.

Fantastiska Stensjön

Stensjön har en lång tradition av arrangemang. Allt från idrottstävlingar i stort så som smått. Under 50, 60 och 70 talet var det framför allt friidrottstävlingar som gällde. 1972 arrangerades till och med terräng-SM i Stensjön.

Årtiondena efter var det den stora fotbollscupen mitt i sommararen som lockade folket till Stensjön. Stora lag och profiler som gästade Stensjön, så som Klas Ingesson och Thomas Ravelli.

Som nämnts har även andra arrangemang såsom midsommar varit stort.

Men det är även de spontana arrangemangen som imponerar. Vi Stensjönbor har hittat på många roliga anledningar till att umgås med varandra. Ta bara de återkommande volleybollspelen som ägt rum nere på badplatsen. Vi har haft åtskilliga gå-runt-fester som svetsat samman bygden. 100-års kalas för att föra våra föreningar samman.

Alla dessa initiativ från våra glada samhällsbor. Det är otroligt att året bara har börjat och vi ser fram emot alla dessa sammankomster, vårstädning, valborg, minicup, midsommar, gudstjänster, cykelrundor, Stoneman, Tomtestig och trädgårdsmöten. Något för alla. Vi ses i Stensjön





Friidrottsträning på Runeplan 2018

Med METTE - Onsdagar kl 17,30 – 19,00 och med 2 grupper

Kl 17,30 – 18,15 yngre grupp

Kl 18,15 – 19,15 äldre grupp

Start 11 april - Info Mette 070-530 32 14

Med Göran - Söndagar kl. 14-15 start 15 april

Ungdom och veteraner tränar ihop!

Se alltid Info hemsidan under kommande träningar

Träningen kan ställas in vid regn, sjukdom eller fotboll på A-plan.

Under friidrottssäsongen får ni nu chansen **2018** med **Mette** på **onsdagar** och **Göran** på **söndagar**.

Utöver detta rekommenderar vi träning kring er egen bostad. Jag visar på söndag ett uppvärmningsprogram med styrkeövningar med den egna kroppen som ni kan köra hemma och där har ni säkert någon runda ni kan jogga också.

Just **hemmaträning** är viktigt för att det är smidigt och sparar tid, pengar och miljö.



Att hyra i Idre Fjäll



Idre Fjäll 819 A+B

2-familjs fritidshus i paradiset Idre Fjäll.

Parhus med 2 lägenheter om vardera 3 rum varav 2 sovrum,
6 sängar i varje lägenhet, allrum, köksavdelning,
dusch/bastu och separat wc.

Härlig balkong med soligt västerläge och vacker utsikt!
Nära till alla aktiviteter på Idre Fjäll och många
sevärdheter runt omkring!

”Stensjöns Rabatt” 10 %

1 Maj – 1 December

Gäller alla medlemmar i Stensjöorten
För mer info ring, 070-6462066, Lasse

070-5875371, Alf

070-5508022, Kaj

eller

mail: bodaberg@hotmail.com

Info Idre fjäll: <http://www.idrefjall.se>

Emma Blomqvist – svart och vit.

Av Ulle Eisner, bästa vän.



Att skriva en hyllningstext eller ett in memoriam till någon som stått en själv väldigt nära är svårt. Hur ska jag på bästa sätt kunna göra personen och hennes liv och gärningar rättvisa? Utan att anslå en alltför nostalgisk ton? Utan att överdriva, glorifiera eller bagatellisera?

När det gäller att göra detta om Emma är det dock lätt. Lätt eftersom hon var ytterligheterna i livet självt – svart eller vitt! Inga gråtoner.

När Emma var med om något, när hon provade en ny maträtt, när hon träffade en ny kollega, när hon kom till en ny stad var det alltid; ”det äckligaste hon någonsin smakat, den intressantaste människa hon någonsin mött, den roligaste stad hon någonsin varit i!” Alltid högst eller lägst. Aldrig mitt emellan.

Precis så minns jag henne också i sitt engagemang i Stensjöns föreningar. Som små träffades vi på söndagsskolan i Missionshuset under Ella Josefs-sons ledning. Emma var cool med pojkklippt hår och mycket vackra välmar-kerade ögonbryn. Rätt busig var hon också, vill jag minnas, på ett sätt som småkillarna såg upp till. På UV var vi med i Ekorrens patrull i flera år, Jocke Bromander fick erfara våra (mest Emmas) ofta retsamma upptåg eftersom även han var en Ekorre men också yngre. Nu som vuxna är det mycket un-derhållande när han berättar om hur han storögt och blygt beundrade oss tjejer på avstånd där vi satt längst bak i skolbussen med våra balla kläder. Emma var alltid ballast, mycket tack vare sina storasystrar som vi andra tje-ger jämförde oss med.

Emmas engagemang och karriär i SIF tog en tidig början redan i unga år. Fot-bollen blev också länge hennes signum, både i flicklag och senare i damla-get. Emma var snabb och framför allt stark, hon gav sig aldrig, varken på plan eller utanför. Det var som alltid vinna eller försvinna. Aldrig mitt emel-lan. Många är de motståndare i Torpa, Hjaltevad eller Ormaryd som fått blessyrer och kantstött självförtroende när Emma imponerat på fotbolls-plan. Hon var riktigt bra och hon älskade sin fotboll. Lagresorna till Danmark och att hänga runt A-laget var också populärt under sena tonår. Jag vet inte hur många dagboksanteckningar hon anförtrott mig rörande detta ämne. Och hur mycket vi skrattat och sett oss själva på bild från flicklagsmatcherna på Runeplan genom åren. Franc vet, han fick stå ut med mycket fnitter och fniss från sin dotter Jennys flickrum efter matcherna när vi sminkade oss för att senare virvla vidare till kvällens dansställen. En gedigen utbildning i ent-reprenörskap, försäljning och kanske främst i konsten att hantera lands-bygdsbor, fick Emma också hos Affe i Barkös där hon jobbade på somrar och lov. Mötet med människor var något hon alltid satte mycket högt.

Emma gick vidare i livet, flyttade både till Sthlm och Gbg, utbildade sig till polis och fortsatte att vara en av världens coolaste tjejer. Och alltid längtade hon hem till Stensjön. Lyckan var stor när hon slutligen fick möjligheten att köpa Solhem, huset vid Nömmen som hon älskade.

Engagemanget i Stensjöns föreningar fortsatte; hon ingick i Samhällsföreningens styrelse under flera år och skrev otaliga texter i Stensjönsbladet. Och hennes kärlek för SIF och Runeplan såg hon till att bibehålla, och till och med att förstärka, tack vare att hon tog med sig sin man Tobbe och hans gedigna fotbollsintresse och kunskap till Stensjön. Må så vara att han håller på grönvitt lag, han har så många andra försonande egenskaper.

Emmas söner Axel och Herman spelar nu på Runeplan med samma frenesi som deras mor gjorde som ung. Sällan missade hon deras matcher. De är faktiskt ganska lika henne i både spelsätt och stil - vinna eller försvinna, allt eller inget. Svart eller vitt. Kamp och slit blandat med hjärta och glädje.

Det är sådan hon är. För alltid.



Cykelturerna 2018

8 Maj	Aggarpsrundan	11 km	
15 Maj	Donnemilarundan	21 km	
22 Maj	Gissshultsjön runt	22 km	
29 Maj	Bodanässjön runt	15 km	
5 Juni	Strömmahultrundan	40 km	
12 Juni	Floenrundan	20 km	
19 Juni	Sjunnarydrundan	22 km	
26 Juni	Hesterskogrundan	17 km	
3 Juli	Nömme-Katteryd-Prostorp	25 km	
10 Juli	Södra Vixen runt	27 km	
17 Juli	Nömmen runt	29 km	
24 Juli	Hallarundan	25 km	
31 Juli	Åsen - Änkarp - Hackareviken	15 km	
4 Augusti	Sandsjö Marknad	29 km	Obs! Lördag
11 Augusti	Hattsjöhult odlingar	25 km	Obs! Lördag

INFO: Anna-Lisa Sjöberg 91003 - Tage Axelsson 91072 - Alf Barkö 91067

Samling Tisdagar kl. 18.30 vid Barkös och medtag fika! Gärna Te med tillugg...

Vid lördagar samling kl. 11.00

Om vädret är för dåligt, så åker vi en annan gång...

Vid önskemål kan vi även åka andra rundor, med nya mål!

Välkommen och upplev den vackra naturen runt Stensjön och träffas!

Vill du testcykla en Elcykel? - Besök Barkös i Stensjön!



VÅR IGEN!

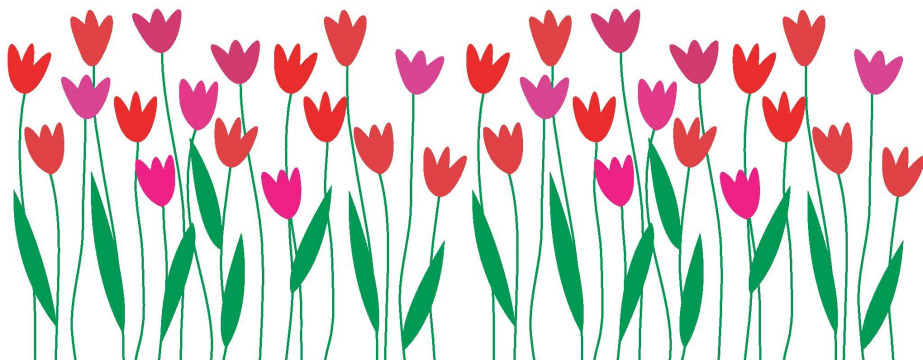
När jag skriver detta, känns det som om den första vårdagen har kommit! Vi har hunnit fråga varandra många gånger, om denna iskalla vinter aldrig ska ta slut.

Jag måste snart ut och se hur det går för snödropparna! Det finns några få blomknoppar, som rådjuren inte har hittat. Tänk, i år unnar jag dem nästan att få äta upp mina första vårblommor! Det har jag aldrig gjort förut. Jag brukar tycka att de ska lämna min trädgård ifred. Detta år är inte likt några andra. Men idag har det hänt. Våren har visat sina första livstecken i år också. Det gällde att härda ut och hoppas, så kom de till slut.

Mycket kan se mörkt ut omkring oss, men Jesus Kristus vill ge oss nytt hopp och nya krafter. Nyss var det påsk. Vi fick minnas hur Jesus härdade ut med en fruktansvärd oro, innan Han skulle dö på korset. Det finns inget som vi kan råka ut för här i världen, som inte Han kan förstå. Han har själv varit människa och vet exakt hur vi har det. Men det finns en stor skillnad. Jag tror att Jesus är Gud också. Han uppstod igen på påskdagen. Trots att allt såg helt hopplöst ut, vann Jesus över själva döden.

Även om det finns mycket ondska kvar omkring oss, vill Jesus hjälpa oss att härda ut. Han vill dela med sig av sin glädje och hopp, till dig och mig idag.

Kerstin Ekblom, pastor.



Stensjöns Missionshus

Maj 2018 - Augusti 2018

MAJ

- | | | | |
|--------|-------|-------|--|
| Söndag | 6 | 10:00 | Konfirmationshögtid, Kerstin Ekblom
Enkelt fika <small>KONFIRMADERNA</small> |
| Onsdag | 9 | 18:30 | UV-Scout invigning, Hannah Gunnarsson
Servering <small>UV-scout</small> |
| | 10-13 | | SAM/SAU-konferens i Gullbranna |
| Fredag | 18 | 19:00 | Cykelrunda för hela familjen Servering III |
| Lördag | 19 | 12:00 | Gudstjänst med barndop, Tomas Lindell
Sång Eva Lindell |
| Söndag | 20 | 10:00 | Kretsgudstjänst i Björköby, Insamling
till missionärsunderhållet Servering |
| Söndag | 27 | 10:00 | Gudstjänst, Kerstin Ekblom, nattvard
Enkelt fika <small>KC</small> |

Bibelord Maj

Din nåd är värd mer än livet

Ps 63:4



KONFIRMATIONSHÖGTID

Söndagen den 6 maj kl 10:00

Välkomna !

KONFIRMATIONSUNDERVISNING

i Stensjöns Missionshus

Du som är född 2004 eller tidigare är välkommen att delta under läsåret 2018/2019 i församlingens konfirmationsundervisning.

Anmäl intresse till Kerstin Carlsson 070-285 30 04
eller Kerstin Ekblom 070-494 99 35





För dej som vill skriva o lämna ett böneämne så finns den möjligheten på församlingens hemsida. Böneämne som kommer till församlingen nämns och tas med i bön i nästföljande gudstjänst.

stensjonsmissionsforsamling.se/boneamne

Cykelrunda

Kom på cykelrunda med tävling och fika den 18 maj.

Stensjöns SAU står för programmet.

Ta med din cykel och cykelhjälm så ses vi vid missionshuset kl 19.

För hela familjen!



Tips! Glöm inte cykelhjälm och cykellyse samt kläder efter väder

JUNI

Söndag	3	10:00	Gudstjänst, Kerstin Ekblom Sång Linnea och Agnes Enkelt fika AJ
Söndag	17	10:00	Gudstjänst, Tomas Lindell Nattvard Enkelt fika EVVH
Söndag	24	19:00	Friluftsgudstjänst vid Äskåsaknapp Kerstin Ekblom, Sång Margareta o Ingemar Sundbäck Servering I EV

Bibelord Juni

Glatt hjärta ger ljus uppsyn, sorg skapar modlöshet

Ordspr. 15:13

Välkomna till sommarens gudstjäntser i det fria!

- 24/6 19:00 **Kerstin Ekblom**
Sång Margareta och
Ingemar Sundbäck
Äskåsa knapp
- 15/7 19:00 **Gunilla & Kjell Lindstedt**
Nömmen (Lerövägen 4)
- 29/7 19:00 **Lars-Olof Egbäck**
Musik av Tobias Palmlov
Gisshultsjön



JULI

Söndag	1	11:00	Länergudstjänst
Onsdag	4	21:00	Aftonbön, Yngve, Inger och Inger <small>K.C</small>
Söndag	15	19:00	Trädgårdsmöte vid Nömmen. På Lerövägen 4 med Gunilla & Kjell Lindstedt <small>Servering II</small> <small>HJ/SJ</small>
Söndag	29	19:00	Friluftsgudstjänst vid Gisshultsjön Lars-Olof Egbäck. Musik av Tobias Palmlöv <small>Servering III</small> <small>A.C.</small>

Bibelord Juli

Gud var i Kristus och försonade världen med sig själv
2 kor 5:19

AUGUSTI

Onsdag	1	21:00	Aftonbön, Laila, Anna-Lisa <small>A-L.S</small>
Söndag	12	10:00	Gudstjänst, Sång av Åke Isaksson och Christer Hildorsson <small>A.J</small>
	13-18		<small>Bödaläger, Tonår</small>
Söndag	19	10:00	Gudstjänst, Anders Hildingsson, Sång av Peter André, Nattvard. <small>O.S</small>
Söndag	26		Församlingsdag <small>V.H. E.V</small>

Bibelord Augusti

Se Guds lamm som borttager världens synd
Joh. 1:29

SEPTEMBER

31 aug - 2 sept		UV-scout ledarhajak i Mullsjö
Lördag	8	Familjedag. <small>Stensjöns SAU</small>



Onsdagar kl.18.00



Fredagar kl.19.00

Hej Stensjön!



Som ni nog alla vet har Stensjön ett fotbollslag i Div. 4 vilket är unikt sett till antalet invånare. Vi i laget tycker att det är extra roligt när vi har mycket publik som stöttar oss på våra hemmamatcher på Runeplan.

Vi vill här bjuda in er till en match som kanske leder till att hitta en gemensam mötesplats där vi gemensamt lyfter Stensjön!

Välkommen!

Stensjöns IF Fotboll

Hemmamatcher 2018	Lag:	Arena:
2018-04-13 19:30	Stensjöns IF - Visingsö AIS	Skogsvallen, Nässjö
2018-04-27 19:00	Stensjöns IF - Aneby SK	Runeplan
2018-05-11 19:00	Stensjöns IF - IFK Österbymo	Runeplan
2018-05-24 19:00	Stensjöns IF - Annebergs GIF	Runeplan
2018-06-11 19:00	Stensjöns IF - Habo IF	Runeplan
2018-06-15 19:00	Stensjöns IF - Hvetlanda GIF	Runeplan
2018-08-14 18:45	Stensjöns IF - Tranås FF	Runeplan
2018-08-17 18:30	Stensjöns IF - Ekhagens IF	Runeplan
2018-09-01 14:00	Stensjöns IF - Ölmstads IS	Runeplan
2018-09-15 14:00	Stensjöns IF - Mulsjö IF	Runeplan
2018-10-06 14:00	Stensjöns IF - Gullringens GOIF	Runeplan



Fribiljett! 2018
Hemmamatch





BUTIKEN I STENSJÖN

Nära sjöarna

Nömnen, Stensjön o Skärvingen

Öppet hela veckan! 0380-910 67

11–18 Mån. – Fre.

11–14 Lör. – Sön.



Bäst på Te!

Direktimport av kvalitets Teer från

Sri Lanka och Thailand!

www.barkos-te.se

Välkommen!