



Aktuellt

Händelsekalender

5.3.2025	Fastlagstisdag på butiken
5.3.2025	Sista dagen för anmälan till jakthippan
8.3.2025	Kransbindning på Sunnanberg
15.3.2025	Jakthippa
20.3.2025	Mise besöker Sottunga
25.3.2025	Våffeldagen på Lyckliga Lottas
26.3.2025	Läkardag
28.3.2025	Möten

Hälsostegen på Sottunga börjar 15.3.2025

VÄNDAGS MIDDAG

Vändags middagen den 19.2
inbringade 790,30 €. Pengarna är inbetalda till
katastroffonden
märke Ukraina.
Tack för ert engagemang!
FRK Sottunga avdelning

Dagens citat

“Sjömannen ber inte om medvind,
han lär sig segla.”.

- Gustaf Lindborg

Kallelse

Sottunga bys samfällda land och vatten områden.

Ärenden:

- Stadgeenliga förhandlingar.
- Diskussion om att sälja tomter.
- **Båtbryggorna på samfällt område mellan hamnen och kyrkan.**
 - Övriga ärenden.

Kallelse

Sottunga Fiskelag.

Ärenden:

- Stadgeenliga förhandlingar.
- Övriga ärenden.

**Båda mötena hålls i mötesrummet på skolan 28.03.2025
kl.19.30**

Kaffeservering

Välkomna!

I det här numret

- Vändags middag
- Sottunga AHL
- Lyckliga lottas
- Jakthippa
- Hembygdens vänner informerar
- Hälso- och sjukvårdsmottagning
- Tack
- Hälsostegen
- Senormottagningen
- Södra Ålands skärgårdsförsamling
- Mise
- Nya biblioteksböcker



Sottunga AHL

Vi firar fastlagstisdag på onsdag som vanligt! Välkommen på kaffe/saft/te och bulle onsdagen den 5 mars kl 13.30.

**Traditionsenligt får du dagen till ära 10% rabatt på hela ditt uppköp!
(gäller ej alkohol- och tobaksprodukter)**



Specialpris! Pågens små semlebullar 2€ st (2.40€)



Välkommen!

Sottunga AHL

tfn 018 55127

fax 018 55247

e-mail sottunga.andelshandel@gmail.com



Lyckliga Lottas

Kafé

VÅFFELDAGEN TISDAGEN den 25.3

Nygräddade våfflor hos oss kl 11 - 18

MATIGA VÅFFLOR 10€ ST, serveras med sallad

Våffla med creme fraiche, röd rom, räkor och rödlök

Våffla med serranoskinka, fetaost och picklad rödlök

Våffla med kycklingröra

Våffla med fetaost, kikärtor och grillad paprika

Klassisk våffla med sylt och grädde 4€

Våffla med chokladkräm, grädde och banan 5€



våfflorna kan fås glutenfria, det mesta är laktosfritt!

Välkommen!



VÄLKOMMEN PÅ JAKTHIPPA!



Sottunga rådjursjaktlag bjuder in
till jakthippa på Sunnanberg

LÖRDAG 15/3 KL 19.00

25€ PER PERSON

(Kontant betalning på plats)

Det kommer serveras Vilttartar -
Rådjurssoppa - Äppelkaka med
vaniljvisp

Egen dryck medtages

Lotteri

*Dans till
Marcus & Richard*

ANMÄL ER SENAST 5/3 + EV. ALLERGIER

IDA HILDÉN 0457 342 5135

SARA JOHANS 040 778 1213





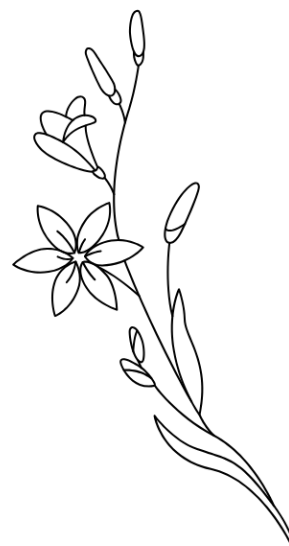
Hembygdens vänner i Sottunga informerar!

Det är dags att betala medlemsavgiften för 2025

Medlemsavgiften för 2025 är **8€** och betalas in till
föreningens konto FI95 6601 0004 0701 16

Kom ihåg:

- skriv **tydligt** i meddelandet vem du betalar för!
- man behöver vara **15 år** för att få vara medlem i
föreningen



Kronbindning med Britt 8 mars

Britt kommer och visar hur man gör
midsommarkronor på Sunnanberg 8 mars
kl. 12

Alla intresserade är hjärtligt välkomna!

Var med och påverka!

Eftersom det finns delade åsikter om vilken tid
midsommarstången ska resas vill styrelsen veta just din
åsikt!

Kryssa i en av rutorna och lämna lappen i Pia Eks postlåda
(utanför kommunkansliet)

Jag vill att det ska vara som tidigare! Lövning på dagen och stångresning
på kvällen.

Jag vill att stångresningen ska vara på dagen direkt efter lövningen.



Ålands hälso- & sjukvård

Sottunga hälso- och sjukvårdsmottagning

Sottunga hälso- och sjukvårdsmottagning är bemannat följande dagar:

Tisdagar och Onsdagar

Välkommen att boka tid till mottagningen, tel. 018-533793.

Nästa läkardag onsdag 26.3.2025. Läkare Anna Sjöwall.

Måndagar och torsdagar jobbar jag 8-16 i Föglö och då når ni mig via TeleQ, tel. 018-533725 .

Sjukvårdsupplysningen alla dagar 8-20: 018-535117

Akuten ÅHS: 018-5355 (begär via växeln)

Akuta sjukdomsfall ring 112.

Helena Johans

Sjukskötare

Sottunga/Föglö hälso- och sjukvårdsmottagning

Sottunga; 018-533793 Föglö; 018-533725

Tack

Eftersom Helena har lämnat sin tjänst som kommunens hemvårdare vill omsorgsnämnden passa på att tacka för allt hemvårdsarbete som utförts för våra äldre under alla dessa år. Vi vill även tacka Helena för ett gott samarbete och den positiva energi Helena delat med sig till oss alla.

Tack för en fin tid tillsammans och lycka till i fortsättningen!

Omsorgsnämnden i Sottunga kommun





HÄLSOSTEGEN på Sottunga vårvintern 2025

Folkhälsan i Sottunga vill sporra till ett friskare liv och arrangerar Hälsostegen på Sottunga under 40 dagar i mars och april den 15 mars - 23 april.

I år har vi tre olika grupper. Är du född 1950 eller tidigare så ska du samla 2500 steg per dag eller minst 100 000 steg. Är du pensionär ska du samla 5000 steg per dag eller minst 200 000 steg. Alla andra ska samla minst 400 000 steg eller i genomsnitt 10 000 steg per dag.

Behöver du stegräknare kontakta Kerstin tel. 040-5432407.

Anmäl ditt deltagande genom att fylla i blanketten här nedanför. Lämna lappen till Kerstin, messa 040-5432407 eller mejla kerstin.lindholm@sottunga.ax För att delta ska du vara medlem i Folkhälsan i Sottunga och vara 15 år. Är du inte medlem kan du bli det genom att betala medlemsavgiften på 7 € till vårt konto i Ålandsbanken FI7166010004007886. Familjemedlemsavgiften är 20 €.

Alla som når målet 400 000 steg, 200 000 steg eller 100 000 steg beroende på grupp blir bjudna på middag på skolan söndagen den 18 maj kl. 13.30. Lämna dina steg senast den 30.4.2025 till Kerstin.

Anmäl dig så fort som möjligt men senast den 15.3.2025.

----- klipp här ----- klipp här ----- klipp här -----

Jag deltar i Sottungas Hälsostegen vårvintern 2025.

Namn: _____

Födelseår: _____

Telefon: _____

e-post: _____



SENIORMOTTAGNINGEN

Seniormottagningen har bytt plats inom Ålands hälso- och sjukvårdsområde. Från att ha startat upp verksamheten i C-huset huserar de nu i B-huset, direkt till vänster efter entrén och i markplan.

SENIORMOTTAGNINGEN PÅ ÅHS

är till för;

- **Närståendevårdare som är >65 år eller som vårdar en >65 åring**, kostnadsfri frivillig hälsoundersökning med 2 års mellanrum
- **>67 åringar**, som vill komma på en hälsoundersökning till hälsovårdare eller sjukskötare, 2-5 års mellanrum enligt plan
- **>67 åringar, som har problem relaterade till åldrandet** så som kognitiv svikt, oro och ångest, nedsatt hörsel som försvårar vardagen, ökad fallrisk och balanssvårigheter, bedömning av hjälpmedel för att stödja hemmaboendet, nyligen blivit änka/änkling
- **>75 åringar, med flera riskfaktorer** såsom fler än fem läkemedel, ensamboende eller beroende av annan person för att klara hemmaboendet, svårigheter att röra sig/nyligen flera fall, kognitiv svikt eller psykisk oro

På mottagningen träffar du en hälsovårdare eller sjukskötare, vid behov en läkare, vi gör också hembesök.

Vår ergoterapeut gör fallriskbedömningar och ger råd för att minska riskerna i hemmet.

Vid behov kan socialkuratorn kopplas in.

Kontaktuppgifter finns på vår hemsida.

<https://www.ahs.ax/seniormottagningen>

Om ni har frågor och funderingar går det fint att kontakta mig så förmedlar jag vid behov vidare i vår organisation.

Om ni har frågor och funderingar går det fint att kontakta mig så förmedlar jag vid behov vidare i vår organisation.

Hälsningar,

Mari Rosenqvist

Kommunikationssamordnare

+ 358 457 28 64 49



Ålands Södra Skärgårdsförsamling

Gudstjänster mars 2025

- 2.3** **Fastlagssöndagen** Kollekt till Kyrkans Utlandshjälp sr.
10.00 Gudstjänst i Föglö kyrka. P. Karlsson, K. Eriksson
- 9.3** **1 söndagen i fastan** Kollekt till Finska Bibelsällskapet r.f.
12.30 Högmässa i Kökar församlingshem. P. Karlsson, P. Hällund
16.00 Gudstjänst i Sottunga skola. P. Karlsson, P. Hällund
- 16.3** **2 söndagen i fastan** Kollekt till Församlingsförbundet r.f.
10.00 Högmässa i Föglö kyrka. P. Karlsson, K. Eriksson
- 23.3** **Marie bebådelsedag** Kollekt till Finlands svenska kyrkosångsförbund r.f.
12.30 Högmässa i Kökar församlingshem. P. Karlsson, P. Hällund
16.00 Högmässa i Sottunga skola. P. Karlsson, P. Hällund
- 30.3** **4 söndagen i fastan** Kollekt till Finska Missionssällskapet r.f.
10.00 Högmässa i Föglö kyrka. P. Karlsson, K. Eriksson
- 6.4** **5 söndagen i fastan** Kollekt till Stiftelsen Diakonissanstalten i Helsingfors s.r.
12.30 Högmässa i Kökar församlingshem. P. Karlsson, P. Hällund
16.00 Högmässa i Sottunga skola. P. Karlsson, P. Hällund

Övrig verksamhet

- Andakter på Annagården** onsdag 5.3, 19.3, 2.4 kl. 14.30 P. Karlsson
- Sångstund på Sommarängen** måndag 3.3, 31.3 kl. 13.00 P. Karlsson
- Andakt och kaffe på Sommarängen** 17.3 och 14.4 kl. 14.30 Alla Kökarbor är hjärtligt välkomna med. P. Karlsson, P. Hällund
- Klapp och Klang på Myran** onsdag 12.3, 26.3 P. Karlsson
- Klapp och Klang på Barnängen** måndag 3.3, 17.3, 31.3 kl. 10.30 P. Karlsson
- Bönestund i Föglö kyrka** onsdag 19.3 kl. 17.00 P. Karlsson, m.fl.
- Söndagsskola i Föglö** 23.3 kl. 10.30. Ledare Pamela Willner, Mirjam Boström

KONTAKT

Kansliet är öppet onsdagar kl. 9-11 tel. 50010, **Kyrkoherde** Peter Karlsson 0457 5243 628
chester.karlsson@evl.fi, **Ekonom** Anita Hildén 0457 3431 538 anita.hilden@evl.fi, **Församlingsmästare** Föglö
Clifford Ellingsworth 0457 548 3069, **Vaktmästare** Kökar, Dominic Karlman 0457 344 5166, **Husmor** Kökar,
Linnea Eriksson 0400 501 853. Hemsida: www.alandssodra.fi



Mise besöker Sottunga 20 mars

Mise besöker Sottunga för att diskutera utvecklingen av avfallshanteringen i skärgården. Mise bjuder in er alla till en fika för att informera och för att få ta del av era tankar och idéer.

Plats: Sottunga skola

Tid: 20.3.2025 kl. 14:00

Under fikabjudningen erbjuder vi även rådgivning om avfallstjänster.

Välkomna, vi ser fram emot att träffa er!

Vänliga hälsningar,
Ålands miljöservice K.f.



Kontakt

Redaktör:
Pia Lindholm

Kommunkansliet
22720 Sottunga

(018)-55125

sottunganytt@sottunga.ax

Besök oss på vår webbplats:
www.sottunga.ax

Nästa nummer av
Sottunganytt utkommer
31.3.2025.

Stopptid för material är
28.3.2025 kl. 18:00.

Nya biblioteksböcker

Maria Adolfsson, *Sanning, lögn och konsekvens*

Daniel Aubrey, *Den mörka ön*

Barrington Barber, *Alla kan teckna*

Daniel Couet och Lubbe Garell, *I magen på en jägare*

Mattias Eliasson, *Bortom Bäckén*

Pija Lindenbaum, *Följa John*

Gabor Maté och Daniel Maté, *Myten om det normala: att läka trauma och sjukdom i en toxisk kultur*

Sören Olsson och Anders Jacobsson, *Skidstjärnan Sune*

Emma Rendel, *Pest eller kolera*

Katherine Rundell, *Omöjliga varelser*

Satu Rämö, *Jakob*

Sofie Sarenbrant, *Följeslagaren*