

# Danderyds- aktuellt



#3 2022 TIPS, INFORMATION OCH INSPIRATION  
FÖR DIG SOM BOR I DANDERYDS KOMMUN

REPORTAGE

SÄRSKOLAN  
PÅ DANDERYDS  
GYMNASIUM

TUFFA TIDER

KOMMUNEN  
GER SPARTIPS

EFTER VALET

VAD  
HÄNDER  
NU?

Familjecentralen - Ny plats  
för småhemsföräldrar

HOPPAS ATT  
VI SES PÅ NYA  
SENIORDAGEN  
15 NOVEMBER

# Fokus på energi i höst!



## Vilken färg har hösten för dig?

Ett valår som detta tänker man kanske framför allt på färger som blå eller röd. Valet är nu avgjort och hur valresultatet blev i kommunen kan du läsa på sidan här intill. Ett stort tack till alla som gjorde det möjligt att genomföra valet i Danderyd. Men hösten har ju fler färger än så. Just nu exploderar kommunens alla parker och skogspartier i många nyanser av gult, orange och rött. Själv passade jag till exempel på att plocka äpplen i Cedergrenska parken häromdagen och gladdes åt att kommunen ställt ut (faluröda!) stegar så man kunde nå de saftiga frukterna högre upp i trädet.

På kommunens nyöppnade familjecentral i Mörby centrum finns möjlighet att leka, prata, umgås och fika med andra föräldrar och barn. Varje vecka finns det också ett tema; vilka dessa är kan du läsa på sista sidan i tidningen. Passa på att träffa personal från öppna förskolan, barnavårdscentralen, mödravårdscentralen och från familjestödet på socialförvaltningen.

En hel del känner oro inför vad vinterns elräkning kommer bli. Läs därför gärna tipsen om hur du kan minska din elförbrukning och hör av dig om du behöver hjälp att se över din hushållsekonomi eller skuldrådgivning.

Senhösten och vintern tenderar ju att vara sju nyanser av grått. Det är ju också en färg. Eller snarare kulör om man ska vara korrekt. Men låt oss inte tänka på vintern ännu utan att träden drar tillbaka näringen och bryter ned klorofyllet – till gagn för trädet och för oss som får njuta av naturens prakt.

Chefredaktör

*Helena Klange*

Vill du komma i kontakt med mig så nås jag på [helena.klange@danderyd.se](mailto:helena.klange@danderyd.se) eller 08-50132150



### Danderyds Aktuellt

- Ett magasin fyllt med tips, information och inspiration för dig som bor i Danderyds kommun.

Tidningen ges ut av Utvecklings- och kommunikationsenheten: [danderydsaktuellt@danderyd.se](mailto:danderydsaktuellt@danderyd.se)

### Ansvarig utgivare

Amalia Syrén

### Chefredaktör

Helena Klange

### Grafisk form

Karolina Höjer

### Redaktion

Susanna Abramowicz  
Malin Enmark  
Helena Eriksson  
Eva-Lotta Hallberg  
Frida Kjellman

### Omslagsbild

Föräldrar och barn på nyöppnade familjecentralen i Mörby centrum. Foto: Magnus Svensson, Smajl Studio

### Tryck

Tryckt på miljövänligt papper av Stockholms Lito Grafiska i Danderyd



### Nästa nummer

Kommer ut den 15 december  
Manusstopp den 11 november

## Kommunfullmäktige

Nästa sammanträde äger rum den **14 och 17 november** (**budgetfullmäktige**).

Återstående sammanträdesdagar 2022: 12 december.

Föredragningslista och handlingar finns på [danderyd.se/kommunfullmaktige](http://danderyd.se/kommunfullmaktige)

Allmänheten är välkommen att närvara. Du kan också följa mötet via direktsänd webb-TV eller i efterhand på [danderyd.se](http://danderyd.se).

Du hittar alla kommunens nämndhandlingar och protokoll på [danderyd.se/handlingarprotokoll](http://danderyd.se/handlingarprotokoll).

Visste du att varje nämndbeslut i kommunen finns att läsa i sin helhet på [danderyd.se/kommun-och-politik](http://danderyd.se/kommun-och-politik).

### FAKTA

## Valet 2022 i Danderyd

**47** procent valde att förtidsrösta

**432** timmar kunde man förtidsrösta i **4** förtidsrösningslokaler

**175** personer arbetade som röstmottagare

**20** vallokaler hade öppet totalt **240** timmar

**21 539** personer röstade (**87,9** procent av antal röstberättigade)



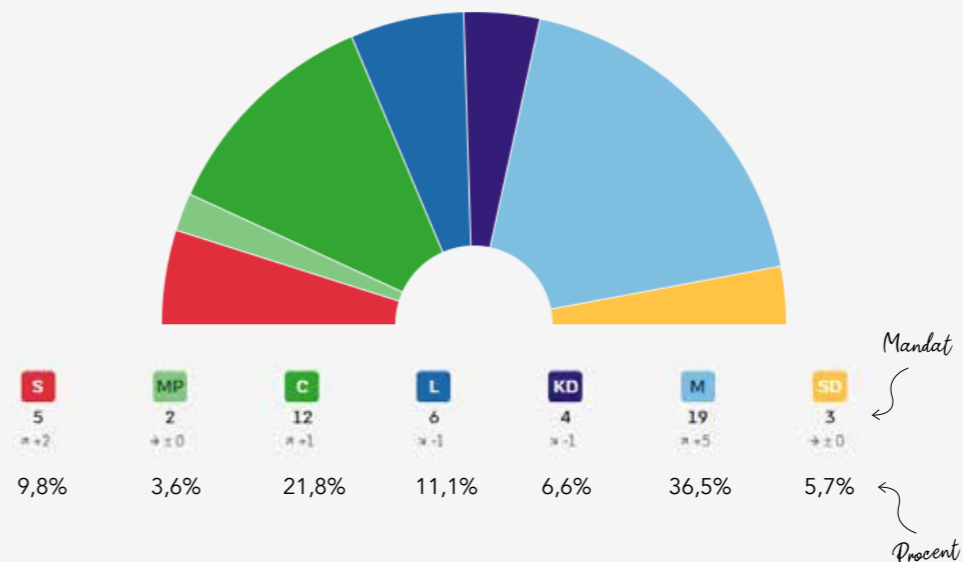
## Vad händer bakom kulisserna under och efter ett val?

Att genomföra ett val är en stor apparat med många involverade; valkansli, valnämnd och röstmottagare under förtidsröstning och på själva valdagen. Och eftersom man har rätt att ångra sin förtidsröst kan inte rösterna börja räknas förrän efter vallokalen stängt på valdagen.

Rösterna räknas först i vallokalen för att sen kontrolleras av kommunens valkansli/valnämnd. Kommunens valmottagning var klar på natten till måndag vid 03.00 och kompletterades med den så kallade onsdagsräkningen då sent inkomna förtidsröster och budröster räknas. Det är sen Länsstyrelsen som kontrollräknar samtliga röster. För kommunfullmäktige inklusive personkruss har de två veckor på sig efter valet.

Ledamöterna i kommunfullmäktige har ju ni väljare valt, och de rivstartar sitt arbete med budgetfullmäktige i mitten av november. Sen väljer partierna utifrån valresultatet vem som ska sitta i kommunernas nämnder, och dessa ledamöter börjar sitt arbete efter årsskiftet.

### VALRESULTAT I DANDERYD 2022



### KSO HAR ORDET

Hanna Bocander  
Kommunstyrelsens ordförande (M)

## Engagemanget på topp!

Många är de frivilliga som slitit hårt för att synliggöra och uppmärksamma den demokratiska högtidsdag som valdagen är. På torget utanför Mörby centrum har de olika partierna bemannat valstugor från morgon till kväll, sju dagar i veckan. Det har delats ut tidningar och flygblad i brevlådor, skrivits pamfletter och ordnats debatter. Det har satts upp och det har tagits ner valaffischer och slutligen har det delats ut valsedlar utanför vallokalerna. Nya partier har utmanat de etablerade, vilket jag tolkar som ett tecken på att demokratin i Danderyd är vital. I all valyra, regeringsbildning och talmansrundor kan det kan vara bra att påminna sig om att merparten av det politiska arbetet som utförs är oavlönat av fritidspolitiker och partiaktiva. Jag känner stor tacksamhet för deras insatser. Oavsett om vi sympatiserar med ett visst partis politik eller ej förtjänar valarbetarna vår respekt.

9 av 10 som fick rösta i kommunalvalet gjorde det också. Eller för att vara exakt, 21 539 av 24 501 röstberättigade Danderydsbor tog en vit valsedel och la i urnan. Det gör att Danderyd åter igen placerar sig i topp när det kommer till valdeltagande. Det är lätt att vara stolt Danderydsbo när det gäller engagemanget hos kommuninvånare och alla de som engagerat sig under valrörelsen. Ett stort tack och hatten av för er!

Nu väntar fyra år av hårt arbete och vallöften som ska infrias samtidigt som X-faktorn i omvärlden i modern tid sällan varit större.

*Hanna Bocander*

Ps I full politisk enighet fortsätter vi att flagga utanför Djursholms slott med Ukrainas flagga, det gör vi så länge som vi måste även om vi så klart hade hoppats att den aldrig hade behövt hissas från första början.



# Alla är olika – och alla passar in

ETT BESÖK PÅ DANDERYDS GYMNASIESÄRSKOLA

David Åkerlund hjälper Edvin Behmehr att lösa en matematikuppgift

Richard Lindberg, Jan-Christer Hedberg, Isac Lindskog, Sandra Malmgren och Jacob Sjölander.



**Danderyds gymnasiesärskola** erbjuder ett program med inriktningen **hotell, restaurang och bageri**. Det är en fyraårig praktisk yrkesutbildning som blandar teoretiska ämnen som matematik, engelska och historia med kunskaper i bland annat hur man bakar, lagar mat, dukar och diskar.

” Om alla människor hade samma inställning till livet som våra elever här på gymnasiesärskolan, då hade världen varit en bra mycket härligare plats att leva på,

säger David Åkerlund. Han är lärare i de teoretiska ämnena på Danderyds gymnasiesärskola.

Eleverna i gymnasiesärskolan har en intellektuell funktionsnedsättning. Här får de 16 eleverna en praktisk yrkesutbildning med målet att de ska få in en fot på arbetsmarknaden och kanske även ett jobb på till exempel en restaurang eller ett bageri.

## EN ÅLDERSBLANDAD KLASS

Flera av eleverna har tidigare gått i den vanliga grundskolan, och där haft hjälp av en assistent. I Danderyds gymnasiesärskola går de tillsammans i en åldersblandad klass. Här är det de äldre eleverna som fungerar som resurser för de yngre.

- Jag tror att vi är ensamma i Sverige om att arbeta på det sättet. Men när eleverna får instruera och vara förebilder för varandra, och när de får lära sig att samarbeta på det sättet, så växer de verkligen, berättar David.

- Alla våra elever har olika bakgrunder och olika upplevelser med sig från sin tidigare skolgång. Några elever kanske inte ville gå till skolan alls tidigare. Här får de en ny möjlighet att utvecklas, och på ett helt annat sätt. Att jag får vara med på den resan är en fantastisk förmån som jag har i mitt jobb.

## 16 OLIKA NIVÅER

- Eleverna är på väldigt olika nivåer, inom till exempel matematik. Så för mig som lärare är det en utmaning att se till att alla får möjlighet att lära sig och att utvecklas utifrån sina förutsättningar.

- Till exempel kan några elever kämpa med de lite enklare talen en hel termin, medan andra kan lösa ganska avancerade ekvationer. Det blir lite som att vi ska utbilda på 16 olika nivåer samtidigt.

Oftast delas klassen upp i två grupper så att ena halvan har teoretiska lektioner i klassrummet, medan andra halvan har praktiska lektioner i köket.

## BAKAR OCH LAGAR MAT

I köket är det Jan-Christer Hedberg, kallad Janne, som är ansvarig lärare. Han har haft en lång karriär inom både

bageri och restaurang, men sedan fyra år arbetar han på Danderyds gymnasiesärskola.

- Jag har ju tagit med mig ett arbetssätt från mina tidigare arbetsplatser, som vi nu arbetar efter här och det funkar jättebra, berättar Janne.

- Vi bakar varje dag och fyller upp vår frys med bland annat croissanter, danskt rågbröd och levainbröd som vi sedan säljer i vår lilla butik. Två dagar i veckan har vi också öppet i vår restaurang där vi serverar en tre-rättersmeny. Ibland är det jag som sätter ihop menyerna, ibland är det eleverna som gör det.

## TVÄTTAR OCH STRYKER

- Här i köket måste vi alla hjälpas åt för att det ska bli bra. Och det är riktigt bra mat vi serverar, lite enklare men väldigt god! Allt är i en liten skala, men ibland kommer personalen här på Danderyds gymnasium hit och handlar och äter.

I ett rum finns det tvättmaskiner och strykbrädor. Eleverna tvättar och stryker de kläder som används i köket, att kunna det är också en del i utbildningen.

- Vi drömmer också om att vi ska få bygga ett växthus på en av innergårdarna, där vi kan odla grönsaker, berättar Janne.

## ALLA SKA MÅ BRA

- Vi vill gärna fokusera på vad våra elever kan och inte vad de inte kan. De kan ju förstås massor av saker och att de får upptäcka det gör att de lyfts och mår bra, säger Janne.

- Har någon elev en dålig dag och kanske är ledsen eller stressad över något, då kan det vara någonting som vi måste lägga lite extra tid på just den dagen, berättar David.

## SAMTAL OM IDENTITET

- Det är så fascinerande vilka samtal man kan ha med eleverna här, det kan till exempel handla om identitet och om att vi alla är olika. Det kan bli samtal som är jättespännande för både mig och för eleverna, säger David.

- Hos oss får man vara sig själv och precis så som man är – här passar alla in! säger Janne. ■



David Åkerlund tillsammans med Lisa Troedsson

UNGDOMSKOORDINATORER OCH FÖRÄLDRAVANDRINGAR

# Med unga i fokus

” Vi vill skapa relationer med så många ungdomar som möjligt här i kommunen. De flesta vet vilka vi är och är väldigt trevliga och vill gärna komma fram och prata med oss.

/ Linnéa Annerud, en av kommunens sex ungdomskoordinatorer



Ungdomsverksamheten i Danderyd går under namnet Ungt fokus. Verksamheten består av ungdomsgården i Enebyberg, kultur- och aktivitetshuset Demo vid Mörby centrum samt ungdomskoordinatorernas uppsökande arbete.

- Vår fältverksamhet, när vi rör oss ute på kvällar och helger är egentligen en ganska liten del av vårt arbete. På vardagar är vi i skolorna och på andra platser där ungdomar hänger, berättar ungdomskoordinator Linnéa Annerud.

## SAMARBETE MED SKOLOR

Ungdomskoordinatorerna har ett nära samarbete med främst högstadieskolorna men även mellanstadieskolorna och gymnasiet och håller bland annat i föreläsningar och workshops för både elever och föräldrar.

- Vi försöker träffa så många föräldrar som möjligt också, bland annat på föräldramöten och vid föräldravandringar, säger Linnéa.

## FAKTA OM FÖRÄLDRAVANDRINGAR

Föräldravandringarna drar igång till Valborg och avslutas vid höstlovet, med uppehåll under sommaren. Vandringarna samordnas av ungdomskoordinatorerna men arrangeras i samverkan med klassföräldrar och föräldraföreningar på högstadieskolorna.

LÄS MER PÅ [DANDERYD.SE/FORALDRAVANDRING](http://DANDERYD.SE/FORALDRAVANDRING)



- Det är många som tror att ungdomar inte tycker om när det är föräldrar ute på kvällarna, men det stämmer inte alls! De vill gärna träffa föräldrar, både sina egna och andras. **”Nämen titta, där kommer min kompis morska!”** kan de säga och vara jätteglada. De tycker att det är skönt att få snacka med vuxna, berättar Fredrik Bergström som också arbetar som ungdomskoordinator.

## FÖRÄLDRAR

Någonting som Linnéa och Fredrik skulle önska att ungdomarnas föräldrar gjorde i större utsträckning är att prata ihop sig och stämma av med varandra, till exempel via en sms-grupp med andra föräldrar i klassen.

- Ungdomarna har ju en förmåga att spela ut sina föräldrar, till exempel om vem de ska hem till och om det finns vuxna hemma där eller inte. Har föräldrarna kontakt med varandra går ju inte det, säger Fredrik.

- De flesta ungdomar vill faktiskt ha en nära relation med sina föräldrar och de vill ha regler och gränser. Det ser vi som föräldrarnas viktigaste uppgift, säger Linnéa.

## DE VILL HÄNGA OCH PRATA

- Vi vill ju att ungdomarna ska känna att vi är de trygga vuxna som de alltid kan vända sig till om det är någonting. Vi är ofta väldigt bra på att lyssna, och det tycker ungdomarna om, säger Linnéa.

- Danderyd är en trygg kommun, i andra kommuner kan ungdomarna ha en helt annan inställning, men här blir de bara glada när de ser oss, berättar Fredrik. ■

# Hej!

DEMENSFORSKARE  
MIIA FRÅN DANDERYD

” Det är aldrig för sent att börja ta hand om sin hjärnhälsa



FOTO: Eric Cronberg

Miia Kivipelto, är forskaren som genom livsstilstudier på äldre i Finland och Sverige har revolutionerat kunskapen om Alzheimers och demenssjukdomar. Hennes forskning i den så kallade **FINGER-studien** visar att en kombination av fem faktorer kan göra stora skillnad för människors minne och andra kognitiva förmågor. De fem faktorerna är **balanserad kost, fysisk aktivitet, hjärngympa, social gemenskap och avkoppling, och kontroll på riskfaktorer för hjärt- och kärlsjukdomar.**

- När jag började forska för 25 år sedan, sas det att Alzheimer beror på hög ålder och genetik och att det inte fanns något att göra åt det. Nu har vi sett att det finns en rad livsstilsfaktorer som vi kan använda för att förebygga Alzheimers och andra demenssjukdomar. Man har sett att minst 40 procent av alla fall av demens är kopplade till livsstilen och alltså går att förebygga. Även om man har börjat få lindrig Alzheimers så kan positiva förändringar i livsstil bromsa utvecklingen av demens.

Så hur kan man börja för att förbättra sin hjärnhälsa? Miia Kivipelto som bor i Djursholm med man och två barn brukar själv spela tennis och ta promenader med familjen. På så sätt får hon både fysisk aktivitet och avkoppling.

- Speciellt nu efter pandemin ser vi att isoleringen i samhället, speciellt bland äldre, har haft en mycket negativ effekt. Vi måste våga göra en nystart efter pandemin! För hjärnan är det extra viktigt, att våga prova någon ny aktivitet, hjärnan tycker om att lära sig nya saker.

- Danderyd har ju en sån fantastisk natur, utnyttja den och de fina möjligheter till idrott som finns här, föreslår Miia. Det bästa är att försöka aktivera sig på alla fem områden varje dag, gärna flera saker tillsammans. Till exempel golfa med en vän, dansa eller plocka svamp i naturen med barnbarnen.

## TRÄFFA MIIA!

Passa på att träffa Miia på Danderyds nya Seniordag i Mörby centrum 15 november! Miia kommer föreläsa om hjärnhälsa kl.13.00. Anmäl dig till föreläsningen genom att mejla [seniordagen@danderyd.se!](mailto:seniordagen@danderyd.se)

## Träffa Miia på Seniordagen 15 november!

Den 15 november öppnas dörrarna återigen för **Seniordagen i Mörby centrum**. Det blir ett fullspäckat program med föreläsningar, gympa, fika och mingel! Alla seniorträffar och mängder av föreningar är på plats.

**TID:** 11.00-15.00 tisdag 15 november  
**PLATS:** Plan 5 vid biblioteket i Mörby Centrum

LÄS MER PÅ  
[DANDERYD.SE/SENIORDAGEN](http://DANDERYD.SE/SENIORDAGEN)

Välkommen!

## Preppa för en vecka!

Krisberedskapsveckan är en årlig informationskampanj från Myndigheten för Samhällsskydd och Beredskap (MSB). Den äger alltid rum vecka 42 vilket i år inträffade 26-30 september. Syftet med veckan är att öka människors motståndskraft inför samhällskriser.

Förutom olika informationsinsatser samverkade Danderyds kommun med Frivilliga Resursgruppen (FRG) och mötte invånare utanför Mörby centrum den 29-30 september. Många intressanta samtal uppstod kring hur vi kan behöva klara oss själva en tid för att kommunen och övriga myndigheter ska kunna hjälpa de som har behov av stöd. Så se över din hemberedskap, och hjälp varandra. För alla är vi en del av Sveriges beredskap.

VILL DU VETA MER:  
[DANDERYD.SE/BEREDSKAP](http://DANDERYD.SE/BEREDSKAP) ELLER  
[MSB.SE/HEMBEREDSKAP](http://MSB.SE/HEMBEREDSKAP)

## Checklista

Detta ska du ha hemma så du klarar dig en vecka:

- MAT
- VATTEN
- VÄRME
- KOMMUNIKATION

Hela checklistan kan du ladda ner eller beställa på [msb.se/hemberedskap](http://msb.se/hemberedskap)



# Ny mötesplats för småbarnsföräldrar

NYFIKEN PÅ INDIVIDUELL FÖRÄLDRARÅDGVNING?

DU SOM FÖRÄLDER KAN FÅ TRE KOSTNADSFRIA SAMTAL MED EN FAMILJEBEHANDLARE.

LÄS MER OCH BOKA PÅ [DANDERYD.SE/FORALDRARADGVNING](http://DANDERYD.SE/FORALDRARADGVNING)



## BESÖK FAMILJECENTRALEN!

Tid: Tisdagar 9-11  
Plats: Entrétorget (nära biblioteket) plan 5 i Mörby centrum

SE VECKOTEMA I SLUTET AV TIDNINGEN OCH PÅ [DANDERYD.SE/FAMILJECENTRALEN](http://DANDERYD.SE/FAMILJECENTRALEN)



Invigningen av den nya familjecentralen lockade både stora och små besökare.



Det är en solig tisdag förmiddag och spädbarnen som sitter i knät på sina föräldrar tittar storögt på varandra och pedagogen Maggan Mellström som leder sångstunden. Det är premiär för familjecentralen i Mörby centrum, och ballonger och flaggspele pryder lokalen.

Familjecentralen är en ny verksamhet i Danderyd, där Danderyds barnavårdscentral, Mama Mia mödravårdscentral, samt kommunens bibliotek, öppna förskola och socialförvaltning samarbetar.

Att besöka familjecentralen en förmiddag liknar en förmiddag på öppen förskola, men varje vecka finns också en expert som berättar om ett tema som rör barn och föräldraskap. Det kan vara barns språkliga utveckling, sömnsvårigheter, preventivmedel eller relationer i den nyss utökade familjen.

- Många föräldrar kommer till oss med frågor om kost, amning och sömn, säger Maggan. Då är det skönt att veta att

vi har personal på plats som kan stötta, ge tips eller hänvisa vidare om man som förälder behöver extra hjälp.

Det kan vara tufft och omtumlande att bli förälder i dag. Veronica Lagergren, familjebehandlare på socialförvaltningen, arbetar med att stötta föräldrar bland annat genom kostnadsfri föräldrarådgivning.

**” Det här är ett viktigt initiativ för alla våra barns skull. Jag är jätteglad att familjecentralen har öppnat. Vi vill att alla föräldrar ska känna sig välkomna här.**

Veronica Lagergren, familjebehandlare.

Forskningen visar att tidiga insatser är viktiga för familjer som har behov av särskilt stöd, berättar Veronica. Tillsammans kan vi hjälpas åt och hitta vad just det här barnet behöver för att få en bra grund att stå på och utvecklas på ett bra sätt.

- Alla föräldrar ska känna att det finns hjälp att få från oss i kommunen, säger Veronica. ■

# På gång i kommunen



## FRUKTOBERFEST I CEDERGRENSKA PARKEN

Under hösten har kommunen bjudit in till självplock i parkerna som ett sätt att ta vara på den lokala fruktskörden. För att underlätta för fruktpallare har stegar och äppelplockare placerats ut vid fruktträden i Cedergrenska parken. Även i Germaniaparken, Ösbyparken, och Scoutparken/Stockbyparken har danderydsbor uppmuntrats att ta vara på frukten.

## DAGS ATT BYTA UT BULLERSKÄRMAR PÅ ENEBYBERG SVÄGEN

Bullerskyddsskärmarna utmed Enebybergsvägen uppfördes på 90-talet och nu är det dags att byta ut och rusta upp skärmarna. De nya skärmarna är i trä och målas i gröna nyanser. Arbetet startade i september på sträckan från Enmans väg mot rondellen vid Arholmavägen. Arbetet beräknas pågå till sommaren 2023 och

genomförs etappvis. Totalt handlar det om 1 710 meter bullerskärmar. Under arbetets gång är det viss begränsad framkomlighet för trafikanter. Arbetet är en del av kommunens åtgärdsprogram mot vägtrafikbuller.

LÄS MER [DANDERYD.SE/BULLERSKARMARENEBYBERG](http://DANDERYD.SE/BULLERSKARMARENEBYBERG)

## URSÄKTA RÖRAN

### - SÖDRA TORGET FÅR ETT LYFT

Upprustningen av södra torget i Mörby centrum pågår för fullt. Det som idag är byggarbetsplats vid södra entrén ska bli en solig mötesplats med torghandel, serveringar och grönska. Torget beräknas vara klart lagom till sommaren 2023. Nu pågår markarbeten på platsen.

För att det ska bli riktigt bra och stabilt görs ett gediget arbete där ytan först jämnas ut och därefter fylls med ett lager grus, ett lager asfalt, ytterligare ett lager grus, och till sist plattor. Det gör att torget kommer att hålla för transporter och vara fint och utan sättningar i många, många år. Nästa steg är att sätta murar och marksten. Senare kommer bänkar, cykelställ och papperskorgar att monteras. Sist men inte minst planteras träd och växter våren 2023.

## TACK ALLA BARN SOM TESTADE CYKELBINGO!

Under september var det premiär för en ny cykelaktivitet i Danderyd, Barnens Cykla-säkert-bingo. En cykelutflykt för hela familjen med syfte att göra det roligt och enkelt för barn och vuxna i Danderyd att tillsammans öva på att cykla i trafikmiljö. Med hjälp av karta och cykel fick deltagarna i uppdrag att hitta bokstäver som placerats ut på platser i kommunen, lämpligt nog på lekplatser och andra barnvänliga stopp. Stort tack till alla som deltog! Aktiviteten anordnades som en del av Europeiska mobilitetsveckan 2022 och kommunens arbete med trafiksäkerhet och hållbart resande.



## DANDERYD NÄSTBÄST I CYKELUNDERSÖKNING

Visste du att Danderyd är nästbäst bland små kommuner på att främja cykling? Det tycker Cykelfrämjandet som varje år genomför undersökningen Kommunvelometern, en nationell jämförelse av kommuners arbete med cykel frågor. 55 kommuner deltog i årets undersökning. Danderyd hamnade på andra plats i kategorin småkommuner. Vad gör Danderyd som sticker ut i jämförelse med andra kommuner?

- Det är en kombination av både strategisk planering och konkret verkstad ute i kommunen. Det handlar till exempel om att kommunen investerar i att förbättra cykelvägar, att bygga cykelparkeringar och att göra det möjligt att cykla året runt. I grund och botten har kommunen också tydliga mål när det gäller hållbart resande. Sist men inte minst är Danderyd en härlig kommun att cykla i - det är vackra miljöer och nära till det mesta, säger Vivian Erixon, trafikstrateg på Danderyds kommun.



## Hur sparar kommunen energi?

**95%** Så stor andel av kommunens gatubelysning har bytts ut till **LED-lampor** under de senaste åren. Det betyder att belysning drar väldigt lite el i jämförelse med traditionell gatubelysning. Lysande i dubbelbemärkelse!

**8** Så många **solcellsanläggningar** har kommunen installerat i Danderyd. Solcellerna sitter på tak till bland annat Fribergaskolan och Klingsta vård- och omsorgsboende. Under 2021 producerade solcellerna 3 700 MWh el – det motsvarar 14 % av den el kommunen köpte in totalt det året.

**43%** Så mycket har Danderyds kommun minskat sin totala **energianvändning** de senaste 14 åren! Från 2 61kWh/m<sup>2</sup> till 148 kWh/m<sup>2</sup> år 2021. Bakom det fantastiska resultatet ligger ett aktivt och långsiktigt arbete med att byta oljepannor till värmepumpar, installera energieffektiv ventilation och solceller. Det handlar också om byte av fönster, montering av isolerglas och installation av smart belysning i lokalerna – dels LED-lampor och dels belysning som släcks automatisk. Det är kommunens lokaler och idrottsanläggningar som behöver mest el och energi. Arbetet med att minska energiförbrukningen fortsätter. Kommunen har ett mål om den ska minska med 3 % årligen.

## HUSHÅLLSEKONOMI

# Många slantar små...

*Inflation, rekordhöga elpriser och dyrare matvarukorg. Funderar du på hur din hushållsekonomi påverkas av tiderna som råder? Du är inte ensam. Så hur ska man minska sin elförbrukning? Finns det fler sätt att minska sina kostnader? Här har vi samlat råd och tips - i stort och smått - från kommunen.*



### HUR KAN MAN MINSKA SIN ENERGIANVÄNDNING?

Vi passade på att fråga Ruth Meyer som är energi- och klimatstrateg i Danderyd kommun.

- Det gäller att tänka både kortsiktigt och långsiktigt. På kort sikt handlar det om att ändra vanor i vardagen och ta tag i enkla åtgärder hemma. Många har till exempel redan sänkt sin inomhustemperatur hemma. Faktum är att för varje grad du sänker så minskar du energianvändningen för uppvärmning med upp till 5 %. Något som en del dock glömmer bort är att se över tätningslistor runt fönster och dörrar hemma. Se också till att inga möbler står för elementen hemma.

### VAD MER KAN MAN KONKRET TA TAG I HEMMA?

- Om du har möjlighet är det en god idé att byta ut lamporna hemma till LED om det inte redan är gjort. Även duschmunstycken och blandare kan vara lämpliga att byta ut om de är gamla. För den som inte vill eller kan köpa nytt är ett råd att frosta av frysen och ställ in rätt temperatur i kyl och frys; +4 grader i kylan och -18 grader i frysen. Sen gäller det såklart att fylla tvätt- och diskmaskiner. Och undvik torktumlaren om du kan.

*Så kan du minska dina kostnader!*

### HUR SKA MAN TÄNKA PÅ LÄNGRE SIKT?

- Då handlar det om att planera för framtiden och investera i din fastighet. Det gäller till exempel installation av solpaneler och att investera i klimatskalet. Det kan vara att tilläggsisolera och att renovera eller byta ut fönster.

### VAD HAR DU FÖR RÅD TILL DEN SOM KÄNNER SIG VILSE I ENERGIDJUNGEN - VAR SKA MAN BÖRJA?

- Börja med att gå in på energiradgivningen.se. Där hittar du bra checklistor för hur du minskar din energianvändning hemma. Bakom informationen står Energi- och klimatrådgivningen, ett samarbete mellan Danderyd och 25 andra kommuner i regionen. Det betyder att du kan räkna med att informationen är opartisk och att alla evenemang är kostnadsfria. Även på Energimyndighetens webbplats hittar du bra och oberoende vägledning. ■

### VISSTE DU ATT...

**75%** av energin som används i ett hus går till värme och varmvatten

**25%** av energin i ett hus går till hushållselen

KÄLLA: ENERGIADGIVNINGEN.SE

7 RÅD FRÅN KOMMUNENS

## Budgetrådgivare



Visste du att Danderyds kommun erbjuder budget- och skuldrådgivning? Karin Silverbratt är budget- och skuldrådgivare och ger råd och stöd till privatpersoner som vill ta tag i sin ekonomi. Framförallt handlar det om att väga ta tag för att komma på rätt köl.

Det här är Karins 7 råd för att ta steget och få grepp om hushållsekonomin:

- 1 Se över dina utgifter.** Finns det något du kan dra ned på eller avstå från?
- 2 Gör en budget per månad eller för hela året.** Du får bättre överblick och kan göra medvetna val.
- 3 Undvik att betala på kredit, speciellt mindre inköp.** Fall inte för "köp kläderna nu och betala om 30 dagar". Risken är att du inte riktigt får koll på dina utgifter eller kanske glömmer att betala i tid med extra avgifter som följd.
- 4 Undvik SMS-lån.** Låneräntorna är skyhöga.
- 5 Läs igenom vad din hemförsäkring omfattar** och köp inte på dig extra försäkring t ex för elektronikprylar, som vanligen redan omfattas.
- 6 Köp hellre secondhand** – det är bra både för plånboken och miljön.
- 7 Pruta på bolånet.** Bankerna har mycket höga marginaler på bolån så det finns utrymme att omförhandla sin bolåneränta.



### STRÖMMA FILM VIA DITT BIBLIOTEK

Biblioteken är en skattkammare för den som vill ta till del av tidningar, böcker och musik. Men visste du att du också kan strömma film kostnadsfritt via ditt bibliotek? Danderyds bibliotek är anslutna till Cineasterna, en streamingtjänst för bibliotek i Sverige. Det betyder att du kan du låna filmer hemma och se dem i din dator eller mobila enhet. Med bibliotekets lånekort är det enkelt och snabbt att komma igång.

LÄS MER OM HUR DU LOGGAR IN CINEASTERNA.COM



### HUR OFTA BEHÖVER DU SOPHÄMTNING?

Vill du ha så låg avgift som möjligt för din avfallshämtning? Se till att matavfallssortera men också att ha sophämtning så sällan som möjligt. Om du har sophämtning varje vecka kan du till exempel enkelt byta till hämtning varannan eller var fjärde vecka. Kom ihåg att om du dessutom betalar restavfall per kilo. Det betyder att om du sorterar matavfall, förpackningar och tidningar ordentligt så blir din kostnad lägre.

RÄKNA PÅ PRISSKILLNADEN DANDERYD.SE/AVFALLSTAXA



### BÖRJA MATAVFALLSORTERA NU

Bor du i villa eller radhus? Då bör du börja sortera matavfall om du inte redan gör det. Att sortera matavfall är bra för miljön men också för plånboken. Avgiften för din avfallshämtning blir avsevärt lägre om du sorterar matavfall istället för att bara slänga det i vanliga soppåsen. Detta för att det ska premieras att sortera. Det är till och med så att viktavgiften för ditt matavfall är satt till 0 kronor. Allt sorteringsmaterial får du från kommunen utan kostnad.

ÄNDRA DITT ABONNEMANG DANDERYD.SE/AVFALL



### FÅ KOLL MED ENERGI-FIXARNA

Energifixarna är en serie med fem korta filmer som enkelt förklarar hur du till exempel fixar isolering, ventilation och uppvärmning.

SÖK PÅ ENERGI-FIXARNA PÅ ENERGIADGIVNINGEN.SE

FÅ TIPS, RÅD & VÄGLEDNING PÅ ENERGIADGIVNINGEN.SE

Från affärsidé till expansion!

# Annika hjälper företag att växa!



**Annika Holst** är verksamhetsansvarig för Nyföretagarcentrum i Danderyd, Täby och Vallentuna. – Vi erbjuder **kostnadsfri rådgivning** för den som vill starta ett företag men också för den som vill få sitt företag att expandera och skala upp. Tack vare det stöd vi får från de tre kommunerna kan vi erbjuda denna fina service till företagare.

- Det är inte helt lätt att utforma en affärsplan, det finns många fallgropar. Därför hjälper vi företag med en struktur och en mall för affärsplanen. Vi ställer också de där svåra frågorna som är väldigt viktiga att fundera kring under en uppstartsfas. Många misstar sig och tror att det är bra med en bred produkt som kan passa många, men det är faktiskt tvärtom bättre med en mer begränsad och tydlig produkt.

## ANNIKAS 4 VIKTIGASTE RÅD TILL DIG SOM VILL STARTA EGET:

### KONCEPT

Ha en tydlig affärsidé som fokuserar på något specifikt.

### MÅLGRUPP

Lär känna din målgrupp, fråga dem vad de vill köpa och betala för?

### MARKNAD

Gör en omvärldsanalys, hur ser marknaden ut? Viktigt att komma rätt i tid!

### PASSION

Älska det du gör! Företagare får jobba hårt för framgång.

## BOKA 1 TIM KOSTNADSFRI RÅDGIVNING MED ANNIKA:

DANDERYDS KONTAKTCENTER, MÖRBY C, PLAN 5 FÖR DATUM OCH TIDER SE NYFÖRETAGARCENTRUM.SE /TABYDANDERYD

## TESTA DIN AFFÄRSIDÉ I EN PITCH

- Det går att komma till oss och testa sin affärsidé. Det kallas pitch, säger Annika. Det är väldigt

nyttigt att ställas inför svåra frågor. Att bli utmanad på alla ledder i sin verksamhetsidé.

Denna process kan jämföras med TV-programmet "Draknästet" där entreprenörer försöker söka kapital från investerare. Syftet med pitchen är att vi vill se att de företag som startas i Danderyd ska bli så framgångsrika som möjligt, fortsätter Annika. Vi har en väldigt bra "track record" på de företag som varit i rådgivning hos oss, de går inte i konkurs i samma utsträckning som de företag som startar själva.

## DET HÄR KAN NYFÖRETAGARCENTRUM HJÄLPA DIG MED:

- Personlig rådgivning
- Kostnadsfritt mentorsprogram under 1 år med stöd från Tillväxtverket
- Stöd kring verktyg som affärsplan och marknadsanalys
- Kurser i sociala medier, starta eget och varumärkesarbete

NYFÖRETAGARCENTRUM.SE/  
TABYDANDERYD

## PERSONLIG COACHNING AV ERFARNA FÖRETAGARE

Nyföretagarcentrum erbjuder företagare möjlighet att matchas med en mentor via Tillväxtverkets nätverk under ett års tid. Då får de möta sin mentor regelbundet, ställa frågor och bli coachade i rätt riktning av en företagare som har lång erfarenhet från att driva företag.

- Det här individuella matchade stödet och bollplanket är oerhört värdefullt för företagaren när verksamheten ska etableras och utvecklas.

## KRAFTEN I DIGITAL KOMMUNIKATION

- Många företagare vill ha stöd i arbetet med att bygga varumärke i sociala medier, berättar Annika. Men det är viktigt att komma ihåg att det inte räcker att bara finnas där genom att t ex annonsera. Det behövs så mycket mer. Alla kan skapa innehåll idag men det är viktigt att som företagare ha örat mot marknaden med en känsla för sin samtid, målgrupp och marknad. Det är en relation med ett givande och ett tagande där det är viktigt att vara receptiv. Vad vill folk prata om? Lyckas man vara inklämmande och jobbar aktivt med sociala medier kan det vara en guldgruva, säger Annika.

## STÖD TILL UNGA FÖRETAGARE

- Nyföretagarcentrum samverkar också med Unga Företagare (UF) och vi finns där som stöd till de elever på Danderyds gymnasium som under sitt UF-år behöver råd och hjälp. Det är otroligt roligt att se att vissa av de ungdomar som drivit ett UF-bolag senare fortsätter på den entreprenöriella banan att driva företag. I Danderyd finns ett stort intresse kring företagande bland unga, det är riktigt härligt! fortsätter Annika.

## FRAMTIDENS FÖRETAG

-Vi ser att företag blir allt plattare organisationer med färre anställda. Istället hämtar många hem kompetens via nätverk och i projekt. ■

# Hösten i Danderyd!

Vad händer och vad är på gång? Här samlar vi några av de kulturhändelser och evenemang som Danderyd har att erbjuda just nu. Det blir bland annat halloween på Grönan med Ungt fokus, serieworkshop och skridskoåkning!



## REDO FÖR HÖSTLOV?

Samlade tips på vad barn och unga kan hitta på under årets höstlov som börjar den 31 oktober finns på sidan [danderyd.se/hostlov](http://danderyd.se/hostlov).

Där hittar du ett helt gäng aktiviteter med Ungt fokus och på Demo varav flera med skräcktema. Träffpunkt Enebyberg kommer hålla öppet hela höstlovet med tema Halloween. Och så öppnar våra ishallar upp för skridskoåkning för alla.

## LÄS MER OCH HÄNG MED!



## SERIEWORKSHOP MED MALIN SKOGBERG NORD

Den 1 november kl. 13-15 är det serieworkshop med Malin Skogberg Nord på Danderyds bibliotek i Mörby centrum. Workshopen passar dig som är ca. 10-15 år. Du får jobba med karaktärsdesign, skriva och rita din egen serie och får en genomgång av grunderna i serieskapande. Vi tittar på pratbubblor, känslouttryck och läsordning. Vi fokuserar på skaparglädje och gör snabba, roliga övningar för att motverka prestationsångest. Du anmäler dig på bibliotekets webbplats, fri entré.

LÄS MER PÅ [DANDERYD.SE/BIBLIOTEK](http://DANDERYD.SE/BIBLIOTEK)

BESÖK [DANDERYD.SE/EVENEMANG](http://DANDERYD.SE/EVENEMANG) FÖR FLER TIPS PÅ VAD DU KAN UPPLIVA OCH GÖRA!

## SENIORDAGEN!

Den 15 november öppnas dörrarna återigen för Seniordagen i Mörby centrum. Det blir ett fullspäckat program med föreläsningar, gympa, fika och mingel! Vi får lära oss mer om hjärnhälsa med professor Miia Kivipelto (se sida 7). Alla seniorträffar och mängder av föreningar är på plats.

**Tid:** 11.00-15.00 tisdag 15 november  
**Plats:** Kommunens lokaler i Mörby centrum

SE HELA PROGRAMMET PÅ [DANDERYD.SE/SENIORDAGEN](http://DANDERYD.SE/SENIORDAGEN)

## DANDERYDS GYMNASIUM FYLLER 40 ÅR!

Det firas genom att de bjuder in sina tidigare elever till festligheter och kalas den 17 november!

LÄS MER OM EVENEMANGET PÅ [DANDERYD.SE/DANDERYDSGYMNASIUM/40](http://DANDERYD.SE/DANDERYDSGYMNASIUM/40)

## JULEN ÄR HÄR SNABBARE ÄN DU TROR!

Kom och få boktips från bibliotekens personal. Kanske tips till årets julklappsinköp? Besök gärna alla fyra biblioteken så får du extra många tips. Om du själv vill tipsa och berätta om en bok går det utmärkt. Deltar du i vår tipspromenad kan du vinna en bok! Vi bjuder på alkoholfri glögg och pepparkakor. Välkommen!

**Datum:** 21-24 november.

FÖR TID OCH PLATS SE [DANDERYD.SE/EVENEMANG](http://DANDERYD.SE/EVENEMANG)



# Så formas framtidens lärare i Danderyd

VFU - Verksamhetsförlagd utbildning

VFU-skola  
Särskilt utvald skola för Stockholms universitets lärarstudenter under verksamhetsförlagd utbildning, VFU

*Flera av de studenter som läser lärarprogrammet vid Stockholms universitet gör sin praktikperiod på en förskola eller skola i Danderyds kommun. Detta tack vare ett nära samarbete mellan universitet och kommun.*

- Tack vara det här samarbetet har vi möjlighet att vara med och bidra till att utbildningen håller riktigt hög kvalitet och att fler väljer läraryrket. Det råder ju en stor brist på lärare i hela landet idag, säger Helena Resele-Tidén, samordnare inom verksamhetsförlagd utbildning (VFU), vilket lärarstudenternas praktik kallas.

Att Stockholms universitet utsett Danderyds kommun till en så kallad övningsskolekommun, en kommun som får ta emot ett större antal lärarstudenter, beror dels på att det finns bra förskolor och skolor här, dels på kommunens geografiska läge och närhet till universitetet.

## HANDLEDARE SOM INSPIRERAR

- Vi låter våra erfarna och yrkesskickliga lärare och förskollärare vara handledare åt studenterna. Handledarens viktigaste uppgift är att inspirera och visa läraryrket i praktiken, det som studenterna inte kan få med sig via teoretiska studier.

Handledarna får också en formell kompetens via den handledarutbildning som universitetet erbjuder. Universitetet bjuder också in kommunens pedagoger till föreläsningar på forskarnivå, inom pedagogik.

## EN TERMINS PRAKTIK

Alla lärarstudenter gör totalt en termins praktik ute på en förskola eller skola under sin utbildning. En student som gör sin praktik på en förskola eller skola i Danderyd är aldrig ensam utan det finns alltid andra studenter från samma utbildning på plats samtidigt.

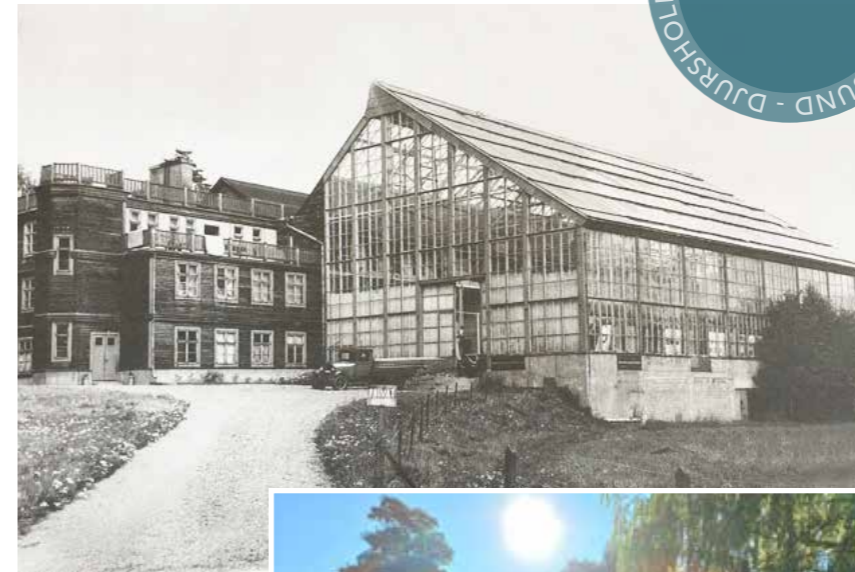
- Ett exempel är Rosenvägens förskola i Enebyberg som nu i höst kommer att ha totalt fyra nya studenter från förskolläraryrket hos sig samtidigt.

**” Det lyfter både studenterna och verksamheten, båda utvecklas samtidigt!**

## STANNA I YRKET

- En riktigt bra praktik är det som får studenten att känna att valet av yrke var rätt, och sedan välja att stanna i det! Vår förhoppning är förstås också att vi ska locka de duktigaste studenterna att söka sig till en tjänst hos oss i Danderyd, när de är färdiga med sin utbildning. ■

NU OCH DÅ



Fakta och bild: Amorina

**DÅ:** Filmateljén med det kolossala växthuset låg ungefär där parkeringen finns idag.

**NU:** Det som var kuliss är idag en grön oas med gott om plats för att leka, bada, njuta och fika.



## Svanholmsparken inte längre en kuliss

**Tystnad, tagning!** Vi backar bandet och gör ett nedslag vid Svanholmsparken i Stocksund. 1919 uppfördes här ett märkligt hus. Det var filmbolaget Skandia som byggde sin nya ateljé. Långängens filmateljé var byggd som ett kolossalt växthus där ända upp till 12 filmer kunde spelas in samtidigt. För August Strindbergs *Högre ändamål* (1921) uppfördes ett antal överraskande byggnader i omgivningarna. Den som promenerade i området kunde plötsligt stöta på fåbodstugor i skogen och ute på Svanholmen en medeltida kyrka med klockstapel, omgiven av en kyrkogård med åtskilliga gravkors – allt kulisser.

100 år senare är det istället danderydsborna som spelar huvudrollen i Svanholmsparken. Med såväl sandstrand och klippbad som lekplats och ny beachvolleyplan finns det plats för både romantisk komedi och fartfylld action. Under det senaste året har parken fått extra kärlek och ramats in med gärdesgård, björkar och blomsterplanteringar.

## FLER BERÄTTELSE OM DANDERYDS PLATSER

På ett 40-tal platser i Danderyd kan du ta del av historiska skyltar som berättar om gatunamn, platser och personer som haft betydelse för kommunen. Likt den om Långängens filmateljé. Under året har de historiska skyltarna renoverats och kompletterats efter många år i trogen tjänst. Skyltarna är framtagna i samarbete med kommunens hembygdsföreningar Djursholms forntid och framtid, Amorina, Enebybergs gårds förening och Danderyds hembygdsförening.

HITTA FLER SPÄNNANDE PLATSER PÅ [DANDERYD.SE/KULTURHISTORIA](http://DANDERYD.SE/KULTURHISTORIA)

## Kommundirektören har ordet

Den osäkra tid vi befinner oss i påverkar på olika sätt även Danderyds kommun. När detta nummer när er har den årliga krisberedskapsveckan precis ägt rum där kommunen tillsammans med civilförsvarsföreningen aktivt deltagit kring lokala utmaningar och målsättningar. Hur vi som privatpersoner genom hemberedskap kan lösa vardagen vid samhällsstörningar blir en allt viktigare frågeställning.

Den höga inflationen och höjda elpriserna påverkar även oss som kommun. Glädjande nog har vi prissäkrat 80 procent av elavtalen för 2023 till en låg fast nivå. Danderyds kommun har sedan 2007 kontinuerligt arbetat med energibesparingar. Men än viktigare är att vi inom verksamheterna liksom inom samhället i stort arbetar med beteendeförändringar och gemensamt tar ansvar för att sänka elförbrukningen. Med det sagt känns det tryggt att kommunens ekonomi är god och det råder ordning i våra ekonomistyrningsprocesser. I oktober föreslår kommunstyrelsen 2023 års budget som debatteras och beslutas av kommunfullmäktige i november.

Några av er kanske passade på att besöka det nya Entréorget i Mörby centrum under förtidsröstningen. Det är ett nav i mötet med er kommuninvånare och används som utställningsyta och är numera även den plats där kommunfullmäktiges möten hålls. I direkt anslutning ligger även Kontaktcenter och ett av kommunens fyra bibliotek. Ni som ännu inte varit där – passa på när ni har vägarna förbi!

Johan Lindberg



## Kontakta kommunen!



SKICKA EN FRÅGA  
FELANMÄLAN ELLER  
SYNPUNKT VIA  
DANDERYD.SE/KONTAKT

Detta kan enkelt göras både via dator och mobil. Gå in på [www.danderyd.se/kontakt](http://www.danderyd.se/kontakt) och följ instruktionerna.

### Kontakta kommunen

– ställ frågor om kommunens service och lämna synpunkter. Fördelarna med att kontakta oss digitalt är många. Det går snabbt, enkelt och du kan göra det när det passar dig. Ditt ärende blir spårbart och får automatiskt ett ärendenummer.

### Felanmälan

– när något inte fungerar, är trasigt eller kräver underhåll. Beskriv felet och adressen så noga som möjligt.



RING OSS: 08-568 910 00  
Måndag-fredag: 8-16.30

När du ringer får du följande svarsval:

#### Tryck 1:

För socialtjänst, äldreomsorg, funktionshinder och LSS

#### Tryck 2:

För trafik, gator, parkering och bygg

#### Tryck 3:

För skola och förskola

#### Tryck 4:

Om du söker en specifik person i kommunen eller har övriga frågor

#### Tryck 0:

Om du vill ha valen upplästa igen



BESÖK OSS PÅ  
KONTAKTCENTER

Plan 5 i Mörby Centrum,  
1 trappa upp från butiksgatan.

Ordinarie öppettider:  
Måndag-fredag kl 8-16.30

# Familjecentralen

Familjecentralen är ett **nytt samarbete** mellan Danderyds barnavårdscentral, Mama Mia mödravårdscentral, biblioteket, öppna förskolan och socialförvaltningen. Här får du träffa andra föräldrar och barn och stöd, vägledning och ny kunskap på områden som kan stötta dig i ditt föräldraskap. Varje vecka har vi ett nytt spännande tema som riktar sig till dig som förälder och ofta sjunger vi tillsammans, fikar och umgås.

Tisdagar kl. 9-11 från 6 september-13 december 2022.

Vid entrétorget i kommunens lokaler på plan 5 i Mörby centrum.



6/9

Premiär med kalas, sångstund och sagostund.



13/9

Första tiden med barnet, utveckling och föräldraskap.  
Med Danderyds barnavårdscentral.



20/9

Hur förändras relationer i familjen med ett nytt barn?  
Med Danderyds kommuns socialförvaltning.



27/9

Hur tar man hand om små barnständer?  
Med folktandvården.



4/10

Så återhämtar du dig efter förlossningen.  
Med Mama Mia MVC.



11/10

Vilket stöd kan föräldrar få från socialförvaltningen?  
Med Danderyds kommuns socialförvaltning.



18/10

Så förebygger du olyckor.  
Med Danderyds barnavårdscentral.



25/10

Hållbart föräldraskap - finns det?  
Med Danderyds kommuns socialförvaltning.



1/11

Vilket stöd kan föräldrar få från socialförvaltningen?



8/11

Vilken mat ska jag ge mitt barn första året?  
Med Danderyds barnavårdscentral.



15/11

Så utvecklas barns rörelseförmåga.  
Med sjukgymnast från Danderyds vårdcentral.



22/11

Vart vänder man sig när barn mår psykiskt dåligt?  
Personal från Region Stockholm berättar hur man får hjälp.



29/11

Familjeplanering - så skyddar du dig mot oönskad  
graviditet som ny förälder. Med Mama Mia mödravårdscentral.



6/12

Barns språkutveckling, samt sagostund.  
Med Danderyds bibliotek.



13/12

Lucia - sångstund och fika.  
Med öppna förskolan.