

MELLBYSTRAND 2019

Sveriges längsta sandstrand - Mellbystrandsföreningen





Strandkalaset 2019



En bra "gå bort butik"



En "gammal" goding på ny plats!

MELLBYSTRANDSFÖRENINGEN

Årsmöte	6
Karta Mellbystrand.....	34-35
Mellbystrandsföreningen, info	4
Prislista Hökagården.....	6
Prislista Bastuklubben	6

HEMMA I MELLBYSTRAND

100% familj	54
Aktiva i Mellbystrand	12
Alla kan lära sig spela padel	24
Bevakningsgruppen	50
Beachtennis - regler	13
Delfinen - evenmangskalender	49
Drömmar inne & ute - en bra "gå bort butik"	28
En "gammal" goding på ny plats	22
En levande kulturscen	14
Hökafältet - en plats för aktivitet	36
Mellbystrandsgården, musikcafé och aktiviteter	17
Mellbystrand ger mig kontrasterna	18
Ny föreningen tar nya tag för brygga i Mellbystrand	56
Nyinvigd boulebana på Hökagården	58
På utflykt med familjen	44

Strandkalaset 2019, program	10
Strandkalaset	8
Strandlyckan Surfcafé	40
Sväva över vattnet eller rulla genom sanden	46
Träffpunkt - en punkt att träffas vid	30
Välkomna till ett nytt år i Hökafältets naturreservat	62

ALLMÄN INFORMATION

Bokbussen, tider och platser	60
Loppmarknad, Laholms BTK	7
Laholms Stadsbibliotek	60
Mellbystrands Tennisbana	9
Turistbyrå i Laholm	52
Teckningsmuseet	53

ANNONSÖRER

Register A-Ö	66
--------------------	----

MELLBYSTRANDSFÖRENINGENS BULLETIN 2019

TIDNINGEN: distribueras varje år omkring midsommar till alla hushåll i Mellbystrand. Upplaga: 5.000 ex.
Tidningen är helt annonsfinansierad och belastar därför ej föreningens ekonomi.

ANNONSER: Sinclair Offset HB, Tel. 0430-215 00.
oliver@sinclair.se, katarina@sinclair.se

OMSLAGSBILDEN: Är tagen av Ariel Striim. Killen i mitten är Måns Karlsson, Surfbräddbyggare från Laholm.

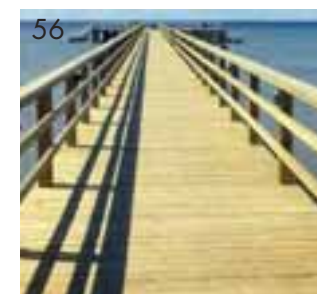
FRILANSANDE JOURNALIST: Louise Dock, Båstad.
Katarina Schlick, Skummeslövsstrand



Mellbystrand ger mig kontrasterna



Strandlyckan Surfcafé



Nya tag för brygga i Mellbystrand



Boulebanan på Hökagården

WASH IN TOWN
BILTVÄTT
Vid järnvägsstationen i Laholm.

Tvätta bilen från 25:-

Miljövänlig Gör-Det-Själv Tvätt
Öppen dygnet runt året runt.

MELLBYSTRANDSFÖRENINGEN - BLI MEDLEM

Som medlem 2019 får man **10 %** på hyra av Hökagården. Samarbete med fler företagsrabatter kommer att stå på hemsidan.

- Vi vill göra det mer attraktivt att vara medlem.
- Vi vill skapa fler medlemsförmåner och rabatter med hjälp av näringslivet.
- Vi vill att fler upplever kultur och aktiviteter i Mellbystrand.
- Vi vill tillsammans skapa ett aktivt Mellbystrand för både gammal som ung.



Köp ditt medlemskap till Mellbystrandsföreningen direkt via hemsidan, smart och enkelt. Föredrar du att betala med bankgiro kan du istället betala in årets medlemsavgift **300 kr** på bankgiro: **5759-0879**

Vid betalning via bankgiro är det viktigt att uppge namn, adress och personnummer för att vi ska kunna hålla vårt medlemsregister uppdaterat.

Medlemsregistret följer lagen enligt GDPR.

Årsmötet hålls på Hökagården torsdagen 26 juni kl 18.00.

AKTIVITETER I MELLBYSTRAND

I Laholms kommun och Mellbystrandsföreningens regi har under 2018 **"Träffpunkt Mellbystrand"** startat upp. Varje torsdag fr.o.m september t.o.m mitten av juni träffas vi kl 14:00 på Hökagården. Alla är då hjärtligt välkomna till kortspel, föreläsningar, underhållning m m. Fika till självkostnadspris.

Vår **boulebane** ligger vid Hökagården har byggts under våren 2019.

För aktuella händelser och aktiviteter samt information från styrelsen se Mellbystrandsföreningens hemsida: **mellbystrand.se**

Gilla oss på **Facebook** för att ta del av allt som händer i Mellbystrand.

Återkommande årliga traditioner är bl.a **Valborgsmässoafton** på Stranden med Laholms manskör och bål.

Strandkalaset hålls i år 6 - 7 juli på stranden vid Kolonivägen, nedanför restaurang Stallet och Strandlyckan Surfcafé.

SkandiaMäklarna

TEL: 0430-121 00

WWW.SKANDIAMAKLARNASE



SÄLJA VILLAN ELLER FRITIDSHUSET ?

Kontakta gärna oss för en
kostnadsfri värdering och möte !

Kenneth Kristofferson

Pontus Thuresson

PRISLISTA HÖKAGÅRDEN 2019

Hyr Hökagården för olika typer av fester, t.ex. bröllop, barnkalas eller 40-årsfest. Är ni en förening som behöver lokal är Hökagården perfekt! Ta kontakt med Thomas Knutsson som är ansvarig för bokningar och även står beredd att svara på alla era frågor gällande lokalen och möjligheterna för olika typer av arrangemang.

Maila din bokningsförfrågan till: hokagarden@mellbystrandsforeningen.se eller ring Thomas på 070 - 877 13 90

Dag	Tid	Pris
Måndagar - Torsdagar	kl. 08 - 16	700 kr
Måndag - Torsdag	kl. 16 - 24	700 kr
Fredagar	kl. 08 fredag till kl. 08 lördag	2.500 kr
Lördagar	kl. 08 lördag till kl. 12 söndag	3.500 kr
Söndagar	kl. 12 - 24	700 kr

Medlem i Mellbystrandsföreningen samt ideella föreningar erhåller 10 % rabatt på ordinarie priser.

BASTUKLUBBEN och BASTUN

Välkommen till bastun på Hökagården som är öppen för alla. Det finns omklädningsrum för både män och kvinnor och bastun rymmer ca 12 personer. I bastuhuset finns även ett uppehållsrum där man kan dricka kaffe eller äta en medtagen maträtt.

Kontakta Ronny Jacobsson som är ansvarig för bastun om du vill boka eller har frågor, tel. 070-828 78 99 eller mail: ronny.jacobsson@gmail.com

Fasta bastutider	Damer	Herrar	Bastuklubben	Pris
Månd. och onsd.	kl. 15 - 19		Årskort	900 kr
Fredagar	kl. 15 - 17		Halvårskort	500 kr
Tisd. och torsd.		kl. 14.30 - 18	Månadskort	150 kr
Lördagar		kl. 14.30 - 18	Dagskort	50 kr

OBS! Medlemskap i Mellbystrandsföreningen krävs vid köp av bastukort.

Privat uthyrning	Tid	Pris
Fredagar och lördagar	från kl. 17	600 kr
Fredagar och lördagar	från kl. 17 i samband med hyra av Hökagården	400 kr

Medlem i Mellbystrandsföreningen erhåller 10 % rabatt på ordinarie priser.

MELLBY ELMONTAGE AB

Installationer • reparationer • värmepumpar



Leif Norén, Mellbystrand
Biltel. 070-633 91 93

MAXI
ICA STORMARKNAD
MELLBYSTRAND

**Extra
sommaröppet
jun-aug
8 - 22**

Alla dagar 8 - 21

SJÖHÄSTEN
café & restaurang
**Matstället i
Mellbystrand**

Tel. 0430-782 12



Fullsorterat konditori - Dagens rätt - Mat för avhämtning - Glass



LOPPMARKNAD

Prel. datum 26/6, 14/8, 12/10 och 23/11 i Lilla Tjärby, vägen Laholm - Halmstad. För tider se annonser i lokalpressen, affischer samt hemsidan och telefon enligt nedan.

Har ni något att skänka, ring 073-571 94 67, 109 34, 134 20 så kommer vi och hämtar. www.laholmsbtkserve.se

STRAND KALASET.SE

6 och 7 juli kl 11.00-23.00

WESTCOAST BACKBEAT ORCHESTRA

MÄSTARNAS STRANDMÄSTARE,
LERKONST, LIVEMUSIK, ALLSÅNG
KITERACE, SURF GLADIATORERNA
SUP-TÄVLING, YOGA, QUIZ

Surfcafé

Plats:
STRANDLYCKAN
MELLBYSTRAND

Glass

Ritlust.se
Annell Jonsson

STRANDTEATERN

Strand & Kultur

BE VISION

Studie
främjandet

MELLBYSTRANDS

EUROPEAN UNION

STRANDLYCKAN



MELLBYSTRANDS TENNISBANA

(Bakom Strandhotellet)

Uthyres varje dag 1/5 - 30/9 kl. 08.00 till 21.00

Banorna bokas via matchi.se

Läs mer om hur du bokar på www.laholmsbtkserve.se



SPA, KONFERENS,
FESTLIGHETER &
AKTIVITETER

i personlig och lantlig miljö!

Laholms största hotell
mellan Båstad & Laholm



BARNENS LÖGNÄS

Öppet alla dagar 10-17

Mata, klappa och kela med
alla djuren. Entré, lekplats
samt rejäl fika ingår.

Pris: 60 kr/person

Välkomna!



Hotell & Spa Lögnäs Gård • Tel. 0430-230 76 • www.lognasgard.se

GODIS
på landet!®

Mer än 450 kvalitetssorter!

Lillstugan

Tjärby skog, Laholm, 0430-700 48
www.godispanlandet.se
www.godispanatet.se



HÖST - VINTER - VÅR

Tors 13-18
Fre 13-18
Lör 11-18
(Sön, Mån, Tis, Ons stängt)

Vid storhelger: se vår hemsida

SOMMAR (vecka 27-32)

Ons - Fre 13-18
Lör 11-19
Sön 13-18
(Mån, Tis stängt)

Vår och sommar säljer vi glass!

Mellan Halmstad och Laholm

STRAND KALASET.SE

6 och 7 juli kl 11.00-23.00

Välkomna till Strandkalaset 2019!

Alla aktiviteter startar på stranden nedanför Strandlyckan Surfcafé.

Båda dagarna kan man hyra kajak, SUP-bräda, beachtennis, strandbandy, minigolf, volleyboll, längboard mm. Dessutom kommer en mängd fler aktiviteter poppa upp på området.

Kostnadsfri underhållning på scen mellan klockan 18-23: Westcoast Backbeat Orchestra, Tim the Lion Tamer, Bevan Cuthbertson, Etain, Alexandra Dosenovic, Ariel & Tina, Chris Duraffourd, Don't get your hopes up mfl.

För övriga priser och mer information kring aktiviteter, musik och uppdaterat program gå in på facebook eller: strandkalaset.se

Lördag 6 juli

Yoga på stranden

Kl. 9-10 Yoga med Yogawavesweden

Ingen föransmälan krävs, obegränsat med platser, ta med egen yogamatta eller handduk. Avgift: 150 kr via swish

Yogainstruktör: Suzanna Gisselman

Cirkusskola

Kl. 10-11 och 14-15 Cirkusskola med Ivan Ingesson som just gått ut sitt sista år på Cirkus

Cirkör. Du får testa par-akrobatik, jonglering och akrobatik/dans. Samling utanför Surfcaféet. Anmälningsavgift: 50 kr. Föransmälan till Strandlyckan Surfcafé



Ansiktsmålning

Kl. 10-12 Med Magdalena Granholm från Dramaskolan. Kostnadsfri aktivitet.

Strandmästarnas mästare

Kl. 10.45-12 Grupper tävlar mot varandra genom att utföra fysiska övningar på stranden. Begränsat antal platser. Åldersgräns 15 år. Ömma kläder, badkläder eller våtdräkt. Anmälningsavgift: 150 kr
Föransmälan: kristina@strandteatern.se eller till Strandlyckan Surfcafé
Arr: DoVision



Mellbystrand Kite Championship

Kl. 13 För 3:e året i rad blir det Kiterace med Kitekalle **OBS!** Är det ingen vind blir det samma tid på torsdagen istället. Tävligen är öppen för kiteare på alla nivåer. Vid bra förhållanden kommer vi köra vågkite, big air och foil race. Anmälningsavgift: 200 kr. Anmäl dig till tävlingen via: info@kitekalle.se



Foto: Felix Moström

Missa inte att ange följande: tävlingsgren, ålder, dam/herr, nivå (elit, amatör, nybörjare)
För alla tider och info se kitekalle.se eller strandkalaset.se

Arr: Kitekalle

Interaktiv lerkonst

Kl. 11-13 och 14-16 Var med och skapa gemensamma konstverk med konstnärerna Johan Ahlström och Elvira Roslund Gustavsson från Gamla Krukmakeriet i Laholm! Kostnadsfri aktivitet.



SUP-tävling

Kl. 16 SUP-tävling, ingen föransmälan krävs, obegränsat med platser.

Anmälningsavgift: 150 kr.

Arr: DoVision

Allsång på stranden

Kl. 17 Allsång för både stora och små, med Chris Duraffourd. Kostnadsfri aktivitet.

På scenen...

Kl. 18-23 Olika artister uppträder live från scenen vid Strandlyckan Surfcafé. Först ut är Westcoast Backbeat Orchestra! Kostnadsfri aktivitet.



Söndag 7 juli

Yoga på stranden

Kl. 9-10 Yoga med Yogawavesweden
Ingen föransmälan krävs, obegränsat med platser, ta med egen yogamatta eller handduk, 150 kr via swish

Yogainstruktör: Suzanna Gisselman

Cirkusskola

Kl. 10-11 och 14-15 Cirkusskola med Ivan Ingesson som just gått ut sitt sista år på Cirkus Cirkör. Du får testa par-akrobatik, jonglering och akrobatik/dans. Samling utan-

för Surfcaféet. Anmälningsavgift: 50 kr
Föransmälan till Strandlyckan Surfcafé

Lilla Robinson

Kl. 10.45-12 Ledare för tävlingen är Daniel Dk Westlund, Robinson vinnaren 2018. Klockan 10.45 presentation, grenar och upplägg, klockan 11.00 kör tävlingarna igång. Åldersgräns 5 år. Ömma kläder, badkläder eller våtdräkt. Anmälningsavgift: 100 kr. Föransmälan: kristina@strandteatern.se eller till Strandlyckan Surfcafé
Arr: DoVision

Mellbystrand Kite Championship

Kl. 13 OBS! Om vinden inte blåste igår men blåser denna dag!

Interaktiv lerkonst

Kl. 11-13 och 14-16 Var med och skapa gemensamma konstverk med konstnärerna Johan Ahlström och Elvira Roslund Gustavsson från Gamla Krukmakeriet i Laholm! Kostnadsfri aktivitet.

SUP-tävling

Kl. 16 Ingen föransmälan krävs, obegränsat med platser. Anmälningsavgift: 150 kr.

Arr: DoVision

Musikquiz på stranden

Kl. 17 Musikquiz för alla, Chris Duraffourd spelar låtar genom tiderna och ni samlar ihop ett lag och tävlar om Strandkalaset's ärofyllda pris. Kostnadsfri aktivitet.



På scenen...

Kl. 18-23 Olika artister uppträder live från scenen vid Strandlyckan Surfcafé.



AKTIVA i Mellbystrand

Folkhälsomyndigheten rekommenderar alla vuxna, från 18 år och uppåt, att vara fysiskt aktiva i sammanlagt minst 150 minuter i veckan. Med fysisk aktivitet menas då fritidsaktiviteter såsom friluftsliv, motion/fysisk träning, idrott och trädgårdsarbete, aktivitet i arbetet eller hemmet samt aktiv transport i vardagslivet i form av till exempel promenader och cykling. Barn mellan 6 och 17 år bör vara fysiskt aktiva minst 60 minuter varje dag. (Maria Hagströmer, 2017).

Vilka möjligheter har då Mellbystrand till aktivitet? Vi har tittat närmare på olika former och möjligheter till aktivitet runt Mellbystrand.

- Hyra Mellbystrandshallen, kontakta Laholms kommun.
- Spela padel på Mellby Padel Center. Kolla deras hemsida.
- På Hökafältet finns flera olika möjligheter till träning. Fina uppmärkta slingor och nytt modernt utegym.
- Ny Mountainbike bana på Hökafältet. Det finns en klubb för de som är intresserade, Bukten MTB
- Vill man testa Fatbikes kan man boka en guidad tur, utgår från Strandlyckan Surfcafé på tisdagar och torsdagar kl. 9.00.

- Minigolf: Marias Camping, Strandlyckan Surfcafé, Delfinen och Måns torps Gård har fina minigolfbanor.
- Fotbollsbiljard Marias Camping
- Shuffelboard på Marias Camping
- SUP finns att hyra Strandlyckan, tränar hela kroppen från topp till tå, ta med hela familjen.
- Boulebana, Marias Camping och Hökagården (medlemskap krävs)
- Fotbollsplan på Marias Camping.
- Windsurfing, för barn och vuxna finns att hyra på Strandlyckan.
- Långboard finns att hyra eller om du bara vill testa, Strandlyckan Surfcafé.
- Vill du testa en riktigt utmaning för din balans ska du prova att åka Freeline. En helt ny sport i Sverige, kostnadsfritt att prova. OBS! Kan du lära dig att åka inom 5 minuter får du kostnadsfritt låna dessa en halv dag. På Strandlyckan Surfcafé.



Ariel på Freeline.

- Slakline - Utmana dig själv med något nytt, prova gå på lina. Tränar balansen och uthålligheten. Strandlyckan Surfcafé.
- Beachtennis, förra årets stora succé. En sport för alla, utövas som singel eller dubbel. Spelas på stranden. Beachtennisracket finns att hyra på Strandlyckan Surfcafé. Se rutan nedan för spelregler.
- Beachvolleyboll, nät och racket finns att hyra på Strandlyckan Surfcafé
- Brasiliansk ju-jitsu finns att träna på Strandlyckan Surfcafé under hela sommaren. Tränare finns på plats för att visa för er som är nyfikna på denna sport, kom in och boka tid. Mer info och tider finns på Strandlyckan Surfcafé.
- Windsurfing - en helt ny sport där man använder en vinge där du står på en SUP/windsurfingBräda/SUP-hydrofoilbräda och håller vingen i händerna. Det behövs inte mycket vind för denna sport utan kan utövas under lugnare väder. Instruktioner finns tillgängligt för er som vill testa, boka gärna tid på Strandlyckan Surfcafé.
- Istället för att springa på löpbandet får man bra motion av att springa på stranden. Samtidigt får man frisk luft och skön atmosfär.
- För er som kan Kitesurfa finns det möjlighet att hyra Hydrofoils-kitesurfbräda på Strandlyckan Surfcafé.

HUR MAN SPELAR BEACH TENNIS

Plan: Samma storlek som Beachvolley, 16m lång x 8m bred (4,5m bred när man spelar singel)

Underlag: Sand!

Nät: Nätet är 1,7m högt.

Utrustning: Racket, utan strängar, väldigt lika de som används för Padel och orange/junior tennisboll

Poängberäkning: Samma som för tennis, förutom att vid 40-40 blir nästa boll direkt avgörande. Dessutom varken andraserve eller nätserve.

Övrigt: Allt spel sker på volley. Givet att det inte finns specifika serverutor kan servern placeras över hela motståndarplanhalvan och vid dubbelspel kan bägge servemottagarna returnera servern. Vid mixedspelet används ofta underarmsserve.



En levande KULTURSCEN

Vi förknippar ofta kultur-
livet till de större städerna.
Mellbystrand och vår kust-
sträcka är snarare en plats
där många bor permanent
eller under sommaren. Men
betyder det då att det inte
finns någon kulturscen,
eller är det så att få känner
till den? Och sen frågan vi
alla borde ställa oss, är det
så vi vill ha det?

Av: Louise Dock



Workshop på stranden med konstnären Johan Alström. En av aktiviteterna på Strandkalaset 2018. Foto: Elvira Roslund Gustavsson

Det är Strandteatern, med projektledare Kristina Sahlberg som driver det EU-finansierade projektet Strand och Kultur Laholm, vars uppgift och syfte är att främja och utveckla det levande kulturlivet i Mellbystrand och Skummeslövsstrand.

Under åren som gått har projektet både kartlagt det kulturella behovet och

erbjudit Mellbystrandsborna och övriga intresserade ett årligt Strandkalas, allsång, dans, skrivarkurser, dramalektioner för barn och mycket, mycket mer.

Det framtida kulturlivet

Det senaste året har projektet, förutom att på olika sätt få till de specifika kulturaktiviteterna som exemplifierades ovan, valt att fokusera på att skapa en struktur och plattform för ett långsiktigt och hållbart kulturliv inom kommunen.

Detta har gjorts genom att bjuda in de fria kulturaktörerna i ett gemensamt



Missa inte våra
författarkvällar

BOKHANDELN LAHOLM.

Välkommen in och få tips på bästa sommarläsningen!
Titta gärna in på vår hemsida: www.bokhandelnlaholm.se
Stortorget 2, Laholm, Tel. 0430-170 90

ÖPPET I
Antikvariska
rummet och vår
Reakällare hela
sommaren!

BåstadMåleri

Din målare i Laholm, Båstad och på Bjärehalvön

Dags att måla?

In- & utvändig målning
Tapetsering
Fönsterrenovering
Fönstertätning
Dekorationsmålning
Högtryckstvättning
Algbehandling

Vi hjälper dig!



Begär offert på bastadmaleri.se eller ring 0706-657 722

Inga jobb är för stora eller för små och du kan alltid välja mellan löpande eller fasta priser.



**Sockerbagaren finns
i Skummeslöv**

Stora Strandvägen 13 • Tel. 0430-291 94

nätverk, genom bl.a. kulturfrukostar. Frukostar anordnas tillsammans med Region Halland, vilket skapar ett ännu större nätverk. Med andra kommuner blir kunskapsutbytet ännu bredare. Det har dessutom arrangerats workshops för att hitta gemensamma faktorer. Frågor nätverket har berört och hittat kraft i är exempelvis hur man på bästa sätt kan skapa dialog med kommunen, eller var och hur man kan söka pengar. En annan fråga som har diskuterats är hur kulturen kan synliggöras? Vems ansvar är det? Nätverket blir helt enkelt ett sätt att stärka de individuella kulturgörarna och ge dem en gemensam och därmed starkare röst.

Strandteatern hoppas också på mer samarbete de två orterna Mellbystrand och Skummeslöv. Båda är små orter och med gemensamma krafter kan det bli så mycket mer. Projektets tid är snart slut, men man har ansökt om mer pengar för en förlängning för att ta Laholm och kulturen ännu ett steg in i framtiden.

Hemsida: www.strandkultur.se

f Strand och Kultur Laholm

Instagram strandochkultur

Välj din ute- och innemiljö med omsorg Kvalitetsprodukter från Morsø och Hwam



Pellets-kamin till uterummet
utan skorsten
Kolla KMP med DRAG

Butik med utställning av Morsø, Hwam, KMP,
REC, Jupiter insatser



Rosenlundsvägen 3, 312 77 Skottorp, Tel. 0430-201 23, www.spis-kamin.se
Öppet: Mån 17-19, Ons 17-19, Lörd 10-13, eller enl ö.k.

Stort sortiment ute- och inneprodukter från Morsø

Se mer på www.silverhjelm.se

Sommar i Mellbystrandsgården



SOMMARÖPPET 18 juni - 27 juni

För hela familjen:

tisd, onsd, torsd kl. 9.30 - 12.00

Barn under 6 år måste ha en vuxen med sig. Vi leker, fikar, sjunger, pysslar och umgås. Fika till självkostnadspris. Ingen anmälan behövs, kom när ni har tid och lust.

För skolbarn: (födda 2012 el. tidigare)

tisd, onsd, torsd kl. 13.30 - 16.30

Vi leker, pysslar, fikar, spelar fotboll och har kul tillsammans. Ingen anmälan.

MUSIK i sommarkväll

13 juli kl. 18 - Jazz i Mellbystrand

Adam Sass - trumpet, Jonatan Erlingsson - piano, August Eriksson - kontrabas.

Hela sommarens program i våra kyrkor hittar du i vårt församlingsblad Lagabladet, på vår hemsida och i annonser i dagstidningarna.

SOMMARFEST på Mellbystrandsgården

Lördagen den 31 aug. kl. 10 - 16

Aktiviter för alla åldrar. Välkommen!

Svenska kyrkan 
LAHOLM-SKUMMESLÖV

Mellbystrandsgården
Cirkelvägen 19, Mellbystrand
Tel. 0430-160 43, 160 13, 0702-60 31 00
www.svenskakyrkan.se/laholm

-Din Elinstallatör

Elektrotjänst

Elinstallationer - Reparationer - Service - Kapitalvaror

Tel. 0430-200 00 • Box 5196 • 312 05 Skottorp

MELLBYSTRAND ger mig kontrasterna



Foto: Louise Dock

Hedvig Jalbed började sjunga redan som barn, kärleken till sången ledde senare till vidare studier på Musikhögskolan i Malmö och Operahögskolan i Stockholm. Hon blev en klassiskt skolad operasångare med praktik på Kungliga Operan och senare bl.a. solist vid Malmö Opera.

Av: Louise Dock

Med det, kunde kanske hennes framtid fortsatt alla världens scener, men för Hedvig började istället den klassiska operakostymen kännas något trång. Hedvig förklarar: "Som operasångare

kommer man oftast in sist in en produktion, utan att kunna påverka den särskilt för mycket. Man ska gå, stå och sjunga det regissören säger. Repertoaren som erbjuds är ofta samma och opera ska låta mer eller mindre som det alltid har gjort." Detta insåg Hedvig att hon inte kände sig helt nöjd med. Hon ville komma tidigare in i processen, vara med att ta de konstnärliga besluten och förverkliga sina egna idéer. Men då industrin inte fungerar riktigt så om du är sångare, fick hon ta saken i egna händer. Istället började hon träffa nya människor, kulturhandläggare som ton-

Seniorboende i toppklass



Laholm - Agnes Park



Mellbystrand - Strandbyn

Har du någon gång funderat på att flytta till det optimala boendet för oss över 55?

Ge då alternativet med seniorboende en chans. Planera för framtiden och anmäl dig redan nu.

Alla livsnjutare, varmt välkomna till västkustens pärla.



Laholmskem AB

Trulsgården

312 80 LAHOLM

Tel. 0430-151 10

laholmskem@laholm.se

www.laholmskem.se

Inredning • Presenter • Tyger • Kurser



www.bennets.se

Fladje Gärd 305 • 305 97 Eldsberga • 035-10 84 16



**– Fullständiga rättigheter –
– Stor uteservering –**

**Ring och boka bord
tel. 072-550 33 20**

Stora Strandvägen 5
Skummeslövsstrand
(granne med ängen)



Hedvig Jalhed från Operation Operas senaste uppsättning, Reich of Ran, hösten 2018.
Fotograf: Anna W. Thorbjörnsson.

sättare, som gav henne massor av uppslag till andra sätt man skulle kunna göra opera på.

Konsekvensen av dessa nya möten blev hennes egna mini operakompani 2010. Det var delvis hemlängtan till Halland som gjorde att hon startade upp det just i Halmstad, trots att hon bodde kvar i Malmö. Sedan starten har de gjort en till två produktioner/år. Deras uppsättningar hittas inte på teaterscenen, istället jobbar de med alternativa rum som nedlagda industri- och institutionsmiljöer, den underjordiska bunkern på Galgerberget och tomma butikslokaler. Kompaniet vill flytta ut produktionerna och jobba mer konceptuellt för att kunna möta publiken på nya sätt. På detta sätt hoppas de att fler hittar till operan.

Att bo i storstad som ung student tyckte Hedvig var underbart, men ändå känner hon att det var priset hon fick betala för att utbilda sig och kunna göra det hon gör idag. Hon har alltid längtat tillbaka till Halland.

2016 fick hon en doktorandtjänst för ett forskningsprojekt i opera på Göteborgs universitet. Vid denna tidpunkt bodde familjen i en tvåa i Malmö. Med en liten dotter kände hon nu att tiden var inne för att flytta tillbaka till Halland. Att det blev just Mellbystrand var slumpen, de letade i ett ganska stort område i södra Halland. Men det var här de till sist hittade sitt gamla hus och flyttade in hösten 2017.

Förutom att driva sitt operakompani, skriver hon på sin avhandling och är konstnärlig ledare för Halland Opera and Vocal Festival på uppdrag av Region Halland. Denna festival sätter vartannat år upp en operafestival i Halmstad och södra Halland. Till 2020 är det inte omöjligt att vi får se ytterligare en upplaga i Laholm.

I Mellbystrand stortrivs både hon och resten av familjen, utan saknad till storstaden. Det är bra att det är "lite off", utan anstormningen som exempelvis både Tylösand eller Båstad får. Här är det lugnt och med fantastiskt läge både natur och storstad. Inte bara Halmstad utan också Göteborg och Köpenhamn finns lättillgängliga.

Med bopålar i Mellbystrand kan hon ta del av livets alla kontraster. Avsaknad av gatubelysning bekommer henne inte, snarare tvärtom, om det är något som stör så kanske det är avsaknaden av fiber.

Hemsida: www.operationopera.se

operationopera operationopera

MARKISER – PERSIENNER – RULL- & LAMELLGARDINER – AUTOMATMARKISER



MARKIS-bolaget
TEKÅ PERSIENNER AB
Din solskyddsleverantör

Vi monterar allt och vi har:
ALLTID fria hembesök
måttanpassat
tekapersienner.com

LAHOLM 0430-294 10 – HALMSTAD 035-10 81 60 – ÄNGELHOLM 0431-150 63

Ahla Rör

Service & Nyinstallation

Allt inom VVS & Service

Ulf Östberg • Mobil 073-75 17 929

Glasmästar'n
I LAHOLM AB



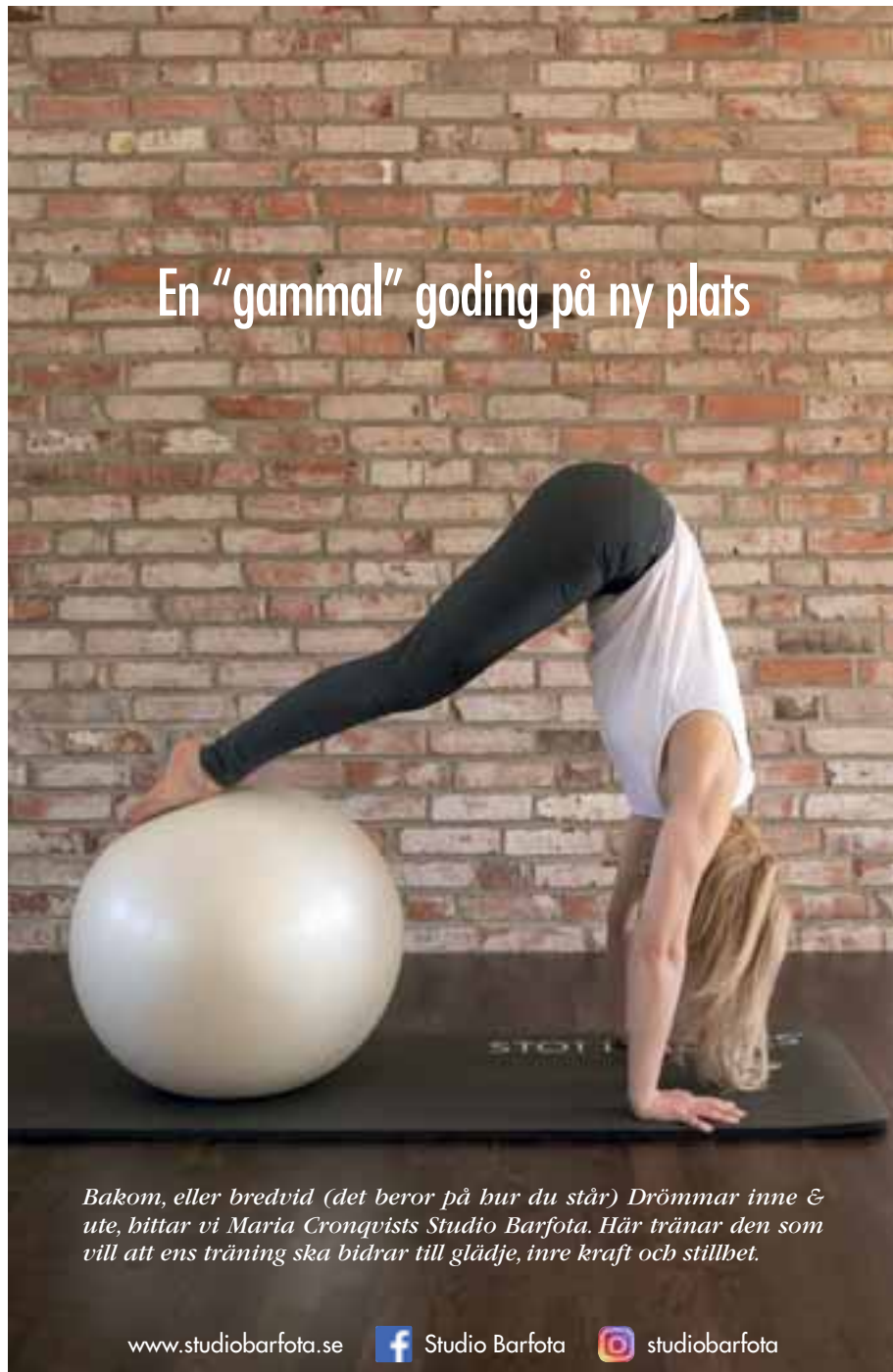
Magnus Johnson



- **Trött på att kitta om dina fönster ?**
Vi bygger om och sätter i ett isolerglas. Du får bättre k-värde och bara två sidor att putsa!
- **Vi löser problem med imma i dina befintliga isolerglas**
- **Övrigt glasmästeriarbete**

www.glasmastarnilaholm.se • Industrigatan 16 • LAHOLM • Tel. 070-670 11 11

En "gammal" goding på ny plats



Bakom, eller bredvid (det beror på hur du står) Drömmar inne & ute, bittar vi Maria Cronqvists Studio Barfota. Här tränar den som vill att ens träning ska bidra till glädje, inre kraft och stillhet.

www.studiobarfota.se



Studio Barfota



studiobarfota

Studio Barfota startades 2011 i Säbyholm och flyttade senare till Skummeslöv. Sedan november 2018 finns Maria och Studio Barfota i Mellbystrand. Att hon hamnade här var troligtvis slumpen. Men helt plötsligt fanns det omgjorda gamla stallet tillgängligt inte alltför långt ifrån bostaden och valet blev enkelt. Lokalen är stor, ljus och inbjuder 16 stycken personer att träna samtidigt i.

Det har alltid varit en dröm för Maria att "ha eget". Som egenföretagare i egna lokaler ges hon nu större möjlighet att utveckla det egna utbudet av kurser och klasser, och på vilka tider dessa hålls. Hon får helt enkelt bestämma själv, vilket ger henne en viktig frihetskänsla.

Maria har tidigare ägt och drivit träningsanläggning i Halmstad 2006 - 2008. Innan dess har hon en lång träningsbakgrund och alltid varit aktiv. Det började med dans och blev sedan träning. "Jag har nog hållit klasser i flesta träningsformer", säger Maria.

I Studio Barfotas regi erbjuder hon yoga, pilates och personlig träning (PT). Hon tar ofta in både pilates och yoga i den funktionella träningen som hon erbjuder som PT. Maria menar att pilates är en bra bas att utgå ifrån för det liknar mycket rehabilitering. Många som kommer till henne, gör det tråkigt nog för de har ont nånstans.

Hos Maria handlar träning om kroppskännedom
Enligt Maria tränar vi för att förändra något. Ofta handlar det om att vi vill förändra utseende genom att bränna fett, bygga muskler eller kanske bli av med en smärtbild. Maria vill lyfta fram våra rörelser och att vi ska tänka mer på dem. Maria menar att om vi blir medvetna om vårt rörelsemönster och förbättrar det kommer andra positiva effekter.



Under årens lopp har Maria märkt att fler vill röra sig för att känna sin kropp. Många av Marias kunder strävar efter bättre kroppskännedom, kontroll över kroppen och hur den känns, snarare än bara hur den ser ut. Hon menar att träning idag handlar mer om ett helhetstänk hos de som rör på sig. Många av oss har stillasittande vardagar med bland annat framåtroterande axlar med tajta bröstmuskler och stela ryggar och detta behöver vi balansera upp. Och träning idag handlar också om det mentala, eftersom vi är mer stressade idag.

Skilnaden yoga och pilates?

Grunden i pilates och yoga handlar om en god hållning. Genom att hitta en bra hållning så vinner vi mycket. Utgår vi från en god hållning när vi tränar, stärker vi kroppen inifrån och ut. I yoga och pilates hittar vi de djupa stabiliserande musklerna. Den stora skillnaden mellan träningsformerna är att pilates har sitt fokus på att stärka vår core-muskelatur, dvs. mage, rygg och bäckenbotten. Yoga handlar också om stabilitet och styrka men fokuserar mer på förlängning av muskler och smidighet och avslutas alltid med meditation/avslappning.

Hur känns din kropp? Om du vill lära känna din kropp bättre, titta in hos Maria, hon vet hur du ska göra.

Text och foto: Louise Dock



Stora, ljusa och fräscha är lokalerna hos Mellby Padel Center.

Alla kan lära sig spela padel

Daniel Niklasson är övertygad när han uttalar orden: "Alla kan lära sig spela padel!". Vi träffade honom för att veta mer om Mellby Padel Center AB och varför tre personer valde att bygga en padelhall.

Padel är en racketsport som närmast kan beskrivas som en blandning mellan tennis och squash. Sporten kom till Sverige runt 2011 och har under åren växt enormt. Att säga att byggnaden som möter mig är vacker är en överdrift, för att inte säga en ren skär lögn. Men innanför dörrarna möts jag av något helt annat. En ljus, fräsch, luftig (tack vare takhöjden på 10 meter) och toppmodern padelhall.



På Idévägen i Mellbystrand öppnade i december 2018 Mellby Padel Center.

Det var Daniel Niklasson som tillsammans med Jesper Olofsson och Kryddan (Christian Eriksson) startade Mellby Padel Center och byggde hallen. Det är nu samma styrka som sköter driften. Idén till hallen kom ur passionen till sporten. Utomhusbanor finns i

 **Fackmannen för VVS**
Rörfirmornas Riksförbund

LJUNGBERGS RÖRBOLAG

GENEVAD MELLBYSTRAND

Telefon 0430-700 87
Mobiltelefon 0708-77 39 40

LBC-ÄNGSTORP

0430-120 60
LAHOLM

Vi erbjuder våra tjänster

Entreprenad • Berg & Grus • Transporter
Slamsugning • Container • Återvinning
Lagerverksamhet • Verkstad & reservdelar



www.lbc-angstorp.se



Mats Örteskog får iväg en fullträff. Padel är en social sport som är roligt och lätt att umägs kring.

både Laholm och Båstad, men ingens stans fanns där padel kunde spelas under vår långa höst- och vinterperiod. De tre kompanjonerna tog därför saken i egna händer. Hallen, ett Adidascenter med fem stycken banor, bemannad reception och shop samt uthyrning av racket, stod klar för spel den 22 december 2018.

Förutom uthyrning av banor, som spelarna kan boka själv för att spela när det passar. Erbjuder de Frukostpadel på onsdagar, mellan 06:30 - 07:30 (efter spel serveras det frukost). På torsdagar finns det möjlighet till Lunchpadel mellan 11:30-12:30, där det efteråt serveras lunch. Den efterföljs av Pensionärspadel kl. 14.00, där det aldrig har varit mindre än 25 personer anmälda och kaffetermosen tas fram till de som får invänta sina matcher. Sist, men inte minst, är det After-workpadel mellan 15.00-16.30 på fredagar. Efter matcherna serveras olika teman på tilltugg alltifrån korv med bröd till pizza eller landgång. Maten till frukost- och AWPadel står Krögge Johansson för.

Vem spelar och varför ska man spela padel?

Daniel uppskattar den största kundgruppen hos Mellby Padel Centers består av 30 - 55 åringar, där männen är

något fler än kvinnorna. Han menar att anledning till sportens popularitet handlar om att det är väldigt lätt att lära sig, relativt skonsamt för kroppen och en väldigt social och trevlig aktivitet att utföra tillsammans. Daniel kan egentligen bara komma på en möjlig negativ aspekt med sporten, vilket är att man behöver vara 4 spelare för en match och gärna i ungefärlig samma nivå. Men även detta är sig inget hinder. Det bokningssystem klubben använder sig av gör det möjligt att boka bana själv, för att sedan sprida detta i t.ex. sociala medier. Sedan kan vem som helst gå in och boka in sig på samma bana och innan du vet ordet av det har du en match.

Kostnaden att boka en bana på Mellby Padel Center är 220:-/h under dagtid och 320:-/h kvällstid. Inte att för glömma är att det är fyra personer som delar på denna avgift.

Daniel själv har under många år spelat och tränat tennis i Båstad, Laholm och Munka Ljungby. Men fyra år tillbaka i tiden har det bara blivit padel. Nu står han på banan ca tre gånger/vecka och håller i nybörjarkurser. Planen är att under våren och sommaren komma igång med fortsättningskurser för de som redan har etablerat sig lite.

Samarbete med Mellby Padelklubb

Mellby Padel Center samarbetar med den lokala padelklubben Mellby Padelklubb. Padelklubben har sett till att det anordnas tävlingar i hallen. Dels finns det ett seriespel, Stegen, för lag, men de anordnar också småtävlingar på helgerna. Formen kallas Americano och där man som spelare anmäler sig individuellt. Du blir sedan inlottad i ett lag som spelar vidare. Så kanske är det inte något större problem att vara ensam.

Planerna framöver är att anlägga två utomhusbanor, asfaltera parkering, bygga läktare, konferensrum samt ett kök. Utomhusbanorna och läktarna är det som ligger närmast i tiden.

Nu finns det inga ursäkter att inte gå in och boka en timmes padel eller varför inte boka upp dig på en femveckors nybörjarkurs. Är inte dina vänner sugna så skaffar du lätt nya på Mellby Padel Center.

Text och foto: Louise Dock

Faktaruta om padel

Padel som vi känner till idag uppkom i Acapulco, Mexiko, år 1969 och kom till Europa, främst Spanien, i mitten på 70-talet. Skapare av sporten heter Enrique Corcuera.

Lite förenklat gäller det att få bollen över till motståndarens sida på ett sätt att din motståndare inte lyckas få den över på din. Bollen skall slås över nätet och landa i golvet på motståndarens sida, men mottagaren får hjälpa till av (sina egna) väggar/glas. Bollen måste gå i marken INNAN den går i väggarna/glas, dock bara en gång, men det är helt OK att ta bollen på volley.

Padel går, precis som i tennis, efter poäng. Man går till sex bollar/set och bäst av tre set vinner. Man spelar alltid dubbel i padel.

Hemsida: mellbypadel.syltek3.com

 @mellbypadelcenter

 Mellby Padel Center

Jörgen Johnsson Bygg

- förvandlar din byggskiss till verklighet.

Mobil 070 - 52 20 775



Drömmar inne & ute - en bra "gå bort butik"

Det är inte bara människor som behöver aktiviteter. Även orter behöver aktiviteter. Våra lokala butiker är ett viktigt bidrag till ett aktivt samhälle. Vi har tittat in till Drömmar inne & ute som snarast måste betraktas som Mellbystrands bäst bevarade hemlighet.

Lite avskilt, längs med Rombergs väg ligger den - livsstilsbutiken som i sommar går in på sin nionde säsong.



Ägare Annika Palmgren hade länge drömt att ha en butik på landet och när hon kom in i det gamla (tomma) gristallet, kände hon instinktivt att det var här hon skulle vara. Stallet var i hennes sambos ägo sedan generationer och med stallet kände hon att tiden var kommen. Hon startade med att driva butiken vid sidan av till sitt "riktiga" jobb, men sedan ett par år tillbaka är detta hennes enda jobb.

Ett ständigt föränderligt sortiment

Från början var det mest inredning i sortimentet, men över tiden har både mode och "uteredning" tagit mer plats i butiken. Det är kundernas efterfrågan som styr sortimentet även om det är Annika som har full beslutanderätt till

vad som köps in. Allt du hittar här, är kläder och saker som Annika själv kan tänka sig att bära eller ha i sitt hem.

Under vårt samtal så dyker både kunder och samarbetspartners upp. Annika poängterar vikten att se andra butiks-innehavare som samarbetspartners snarare än konkurrenter. Det har man inte råd med som företagare på landsbygden. Alla bidrar tillsammans för ortens väl.

Hon ser sin butik som en motvikt till dagens e-handel. Hon hoppas att besökare ser butiker som Drömmar inne & ute som en plats man åker till. Där det primära inte är för att handla, utan också för inspireras och träffas. Hos Annika är man välkommen att bara komma förbi för att låta själen få njuta.

De personliga, både i utbud och service, som Annika erbjuder hoppas hon ger något ytterligare till besökarna. Ett par gånger om året bjuder hon in kunder till både modevisningar och andra event. Allt för att visa sin uppskattning och tillföra andra värden än bara de kommersiella.

Så oavsett om du är på jakt efter ett unikt, återbrukbart, personligt plagg i siden från Sissel Edenbo, den perfekta värdinnegåvan eller bara inspiration så hittar du den här. Eller så kommer du förbi och tittar på hönsen och köper en glass.

Text och foto: Louise Dock



Öppettider

Kl. 11.00-17.00, torsdag – söndag
fram till mitten av oktober

Öppnar lite innan advent och helgerna fram till jul

Hemsida: www.drommarinneute.se

Drömmar inne & ute butikdrommar



TRÄFFPUNKT - En punkt att träffas vid

Den gamla barnkolonin vid Hökafältet, som numera både är renoverad och utbyggd, blir varje torsdag en punkt för alla som vill, att träffas på. Träffpunkt Mellbystrand på Hökagården är en plats som är öppen för alla.

Det hela började med att Laholms kommun 2013 tog ett beslut att träffpunkter behövde skapas i kommunen. Särskild vikt skulle läggas vid att motverka isolering och ofrivillig ensamhet och fokus skulle ges på orter utanför Laholm. Alla har varken möjlighet eller lust att ta sig till kommunens centralort för aktiviteter. Ett tydligt krav är att träffpunkterna ska drivas av frivilliga, boende på orten.

Ann-Christine Johansson och Monika Ottosson som fungerar som kommunens koordinatörer för de olika orternas träffpunkter, understryker att det är viktigt att träffpunkterna är helt oberoende. Det ska inte vara någon för-

ening som "tvingar" till medlemskap eller samsyn på sakfrågor. Besökare ska känna sig välkomna vem de än är och är fria att dyka upp när de känner för det. Träffpunkterna ska helt enkelt fungera som en naturlig samlingslokal, öppen för alla som vill. Vid alla träffpunkter, som finns på flera olika orter i kommunen, finns det värdar och värdinnor som öppnar, hälsar folk välkomna, gör inköp och sätter på kaffet.



Hökagårdens fina lokaler är hemvist för Träffpunkt Mellbystrand.

FRI UTMOMHUSTRÄNING



Vi bjuder på utomhusträning på vår terrass, varje onsdag kl 18.00 hela sommaren! Och du behöver inte vara medlem för att delta - alla är välkomna, medlem eller inte. Anmäl dig via vår hemsida!

Välkommen!

Industrigatan 29, 312 34 Laholm
info@takecarelaholm.se, 0430-79055
www.takecarelaholm.se



SKOTTORPS BYGGGHADEL

- Vi håller måttet -

Stor sortering av virke och annat byggmaterial. Nu även butik med verktyg, färg och tillbehör.

Öppet: Mån - Fre 7 - 17, Lördag 8 - 12

Strandvägen 59 • Skottorp • Tel. 0430-206 27 • info@skottorpsbyggghandel.se



Krister's Trädgårdstjänst

Skummeslövsstrand

Plattläggning - Försäljning av marksten
Trädgårdsbelysning - Altaner i trä eller sten & Staket m.m.

Södra Kustvägen 41, Skummeslövsstrand, Mobil 070-520 91 31

Så även som ny, får man ett välkomnande och kommer snabbt in i gemenskapen.

Träffpunkt Mellbystrand var den senaste av kommunens träffpunkter att öppna och gjorde så hösten 2018. Här träffas man varje torsdag kl. 14.00. Varannan torsdag är det kortspel på agendan och varannan någon form av organiserad aktivitet (för att efterföljas



Kortspel blir det mycket av på Träffpunkt Mellbystrand. Det är ett lätt sätt att umägs och att skaffa sig nya bekanskskaper.

av ytterligare kortspel). Denna aktivitet kan vara exempelvis vara föreläsningar om brandskydd, första hjälpen, Mellbystrand genom tiderna eller allsång för alla att stämma in i. Kortspelen är alltid av flera olika slag och skulle man inte kunna dem, finns det alltid folk som kan lära en.



Matlagningsgänget samlade i köket. En gång i månaden lagar och bjuder de på något gott.

På torsdagar en gång i månaden håller dessutom Thomas Knutsson matlagningskurs för herrar och varje måndag kan man mötas för gemensam promenad. Programmet är under ständig utveckling och nya idéer är alltid väl-



Boulebanan invigdes den 16 maj och tillför ännu en aktivitet att samlas kring.

komna. Det nyaste tillskottet var boulevarden som Mellbystrandsföreningen sponsrat med. Den invigdes den 16 maj och engagemanget kring dess anläggning var stor bland Träffpunkt Mellbystrands besökare.

Så vill du vara öppen för att träffa och knyta nya kontakter är du varmt välkommen, vem du än är!

Text och foto: Louise Dock

Faktaruta Träffpunkter

Träffpunkter finns på följande platser i Laholms kommun: Hasslöv, Skottorp, Veninge, Lilla Tjärby, Ränneslöv, Våxtorp, Vallberga, Knäred, Ysby, Skummeslöv och Mellbystrand

Som invånare är man välkommen att besöka alla träffpunkter, inte bara den som finns på den egna orten. Mer information hittar du på: www.laholm.se/stod-och-omsorg/seniorer/traffpunkter/

NP NILSSON XL BYGG

SPELA TENNIS I SKUMMESLÖV

på Skummeslövs Tennisklubb

9 st grusbanor i naturskönt område. Pris från 60:-/tim.

Speltider 7-22 dagligen! Boka bana på www.matchi.se

Se program för sommarens aktiviteter på vår hemsida www.skummeslovstennis.se • Välkomna!



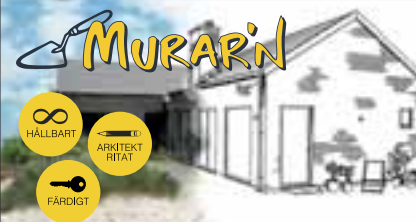
Problem med avloppet?

Högtrycksspolning - Slamsugning

Avloppsfilmning - Container

Bevattningsbrunnar

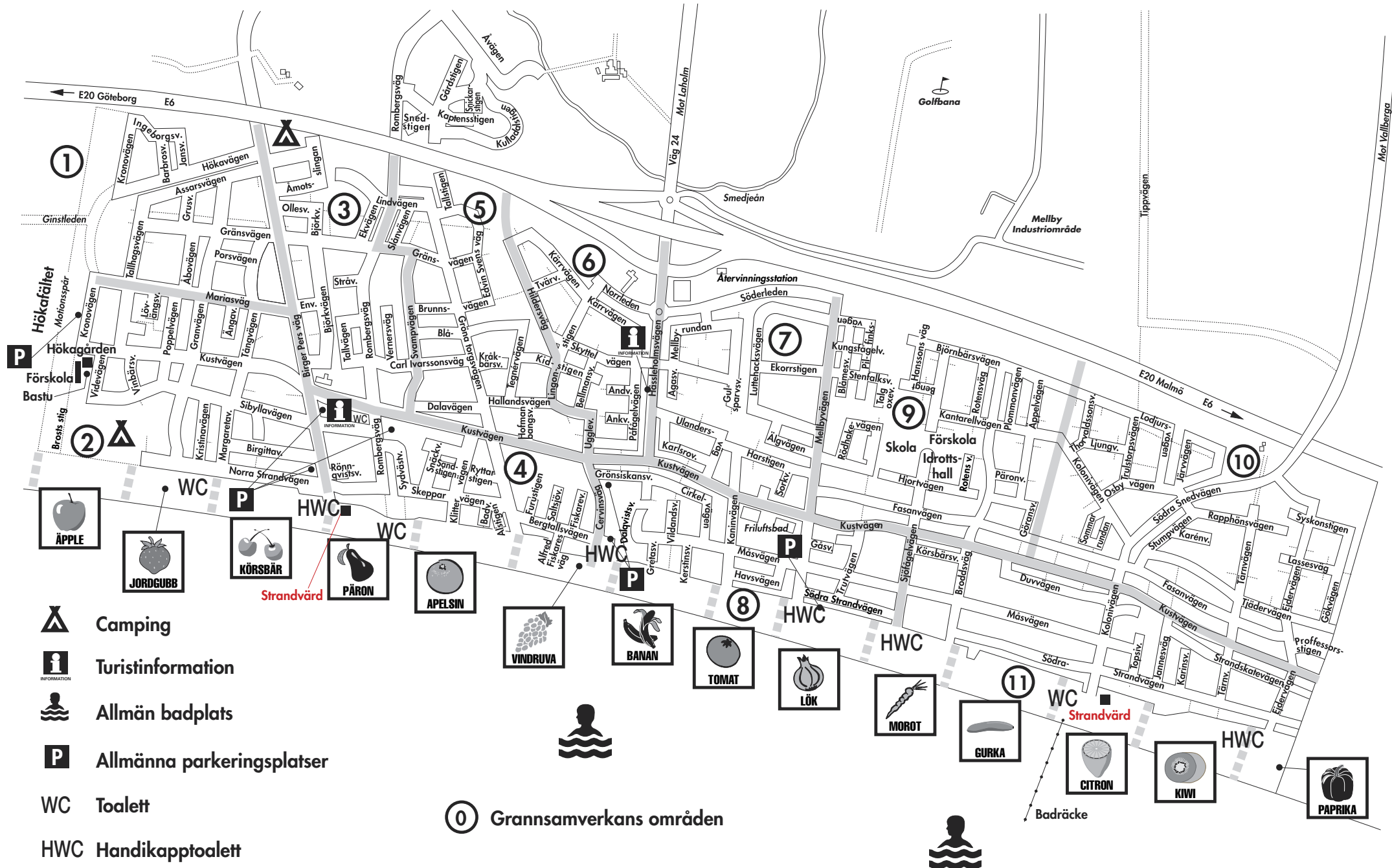
Tel. 0430-20111



Nytt sten- eller tegelhus!

Glöm massproducerat och tänk istället form och funktion. Tillsammans skapar vi ert drömhäus för samma budget som för ett prefabricerat häus. Mer häus för pengarna - ring oss idag!

Håkan Karlsson 070-542 79 82 murarn.nu | [f](https://www.facebook.com/murarn) Sök Murar'n





Hökafältet är ett naturreservat i Låhols kommun, som bjuder på sköna vandringar över öppna sanddynor och genom slutna tallskog. Här finns också en 2,5 kilometer lång led som är särskilt anpassad för rullstol, rullator eller barnvagn. Men det står även tillgängligt för alla som vill ta i lite mer och låta svetten lacka och pulsen höjas.

Text och foto: Louise Dock

Vi träffade Nellie Larsson och Tom Norberg, som båda nyttjar Hökafältet för egen och andras välbefinnande.

Aktiv på två hjul

Nellie Larsson, bor i Mellbystrand med sin familj. Hon provade på mountainbike första gången 2008 och började tävla så smått 2011. Sedan dess har hon kört många lopp, bl.a. Långlopps SM och 2015 gick hon upp i elitklass.



Så, vad gör man, när man älskar att cykla? Jo, ser till att andra får möjlighet att upptäcka spänningen och kanske t.o.m kärleken till cykling. Och det var precis det Nellie och hennes man Ulf, gjorde! I början var det inte svårare än att de uppdaterade sin Facebookstatus när de själva skulle ut och cykla med sina barn runt om i Skummeslöv och Mellbystrand och bad vänner hänga på. Gruppen växte och växte. Våren 2016 startade de gruppen Cykelkids, med syftet att barn och föräldrar skulle, tillsammans, ha roligt, vara ute i skogen

och lära känna sin cykel. Till slut blev de så många att de insåg att det fanns bara ett sätt framåt och det var att starta en cykelklubb tillsammans med andra eldsjälar från trakten. I april 2018 såg Bukten MTB sitt ljus och Cykelkids blev Bukten Kids.

Bukten MTB har dessutom sett till att en mountainbikebana anlagts i Hökafältet. Här råder det annars cykelförbud, men med Länsstyrelsen har en härlig bana skapats som ger glädje för stora som små, motionärer som proffs. I skrivande stund återstår att finslipa några kilometer av banan och permanenta markeringar var banan går, men det kommer inom kort avhjälpas tack vare sponsorer. Rejåla ekstopplar med tydliga markeringar kommer att säkra att ingen cyklar vilse.

När Mellbystrandstidningen är på besök var det säsongspremiär på barngruppen. Solen sken ikapp med de 40-tals barnen och tillhörande vuxna. Mona Ekstrand säger: "Vår 5-årige son ÄLSKAR att cykla och därför är detta en perfekt aktivitet för honom."

Även om Bukten MTB ännu främst vänder sig till barn, har cykelklubben startat en grupp för ungdomar och vuxna samt en introduktionskurs för kvinnor som vill lära sig cykla mountainbike. Alla tider och platser finns på Bukten MTB Facebooksida.

Den stora skillnaden som Nellie själv har märkt, sedan hon började ta sig runt på två hjul i området, är att hon inte längre är ensam i skogen. När hon började cykla var det nästan bara hon och Ulf, nu möter hon hela tiden nya människor. Något hon uppskattar enormt.

 Bukten MTB





Hökafältet ett guldäge för träning

Lite kaxigt men samtidigt självklart säger Tom Norberg: "Jag kan träna vem som helst, var som helst!". Och det stämmer, en utbildad och kreativ tränare har förmågan att både höja pulsen och utmana musklerna också när du är begränsad av vädret att stanna under ett mindre utskjutande tak på ex. en offentlig toalett.

Tom Norberg driver företaget Elements training där han erbjuder träning, hälsa och friskvård i alla former som personlig tränare (PT). När han tränar sina kunder tar han dem antingen till gymmet, (troligtvis till gymmet i Skottorp, som han driver tillsammans med sin sambo Sara Jonsson), eller så tränar han dig utomhus, till ex. på Hökafältet. Det är också här samboparet förlägger mycket av sin egen träning.

Tom menar att Hökafältet verkligen har ett guldäge för den som gillar att röra på sig. Här finns utegym, löparslingor och numera cykelspår. Ett medelmåttigt stenkast därifrån finns dessutom stranden och havet som också kan användas för träning.

För Tom och Sara handlar träning om att vi ska må bra - länge, för att våra kroppar ska orka. Toms uppfattning är att folk vill röra på sig, men vet inte riktigt hur de ska göra och Sara lägger till: "de flesta vet inte hur träning görs rolig, många uppfattar träning bara som jobbig." Det är här de som personliga tränarna kommer in. PT'ns uppgift är att motivera, driva och göra träningen så rolig och omväxlande som möjlig.

Sedan Tom började arbeta med träning för sju år sedan har han sett att antalet som tränar ökat. Det är också många fler motionärer som tävlar, vilket han menar är positivt. Att genomföra tävlingar är ett bra mål eller delmål med sin träning. Men att det viktigaste är att fokusera de egna resultaten och inte att jämföra sig med andra, speciellt inte eliten.

Att komma igång med sin träning är inte alltid lätt, men ett knep Tom och Sara har är att man till en början hänger upp träningen på någon eller något. En PT är ett sätt, men det funkar också med en kompis, en tidpunkt eller, för den ekonomiskt sinnade, på det faktum att du betalt för ett träningskort. Slutligen vill paret poängtera att det ALDRIG är för sent att börja träna.



Elements Training



elements_training

Takpoolen



HALMSTAD • BÅSTAD • LAHOLM

- över 30 års erfarenhet av papptak -

Industrier / Villor / Nytäckning
Omläggning • Serviceavtal • Kostnadsfri offert

Tel/Fax 0430-104 45 • Mobil Peter 070-301 94 83
e-mail: peter.falck60@gmail.com



SJUK?
Strandängshälsan
hjälp dig!



Oavsett om Du bor här året om eller bara njuter av våra härliga omgivningar för en kortare tid är Du välkommen till oss på Strandängshälsan!

För olyckan eller sjukdomen kan vara framme när man minst anar det - och då vill man ha professionell, snabb och trygg hjälp. Vi har det.

DROP-IN:

måndag-fredag 09-12 och 13-16 från 15/6 till 15/8.

All annan tid måndag-fredag 10-12.

Tel. 0430 - 68 54 50

Skummeslöv - Valhallavägen 1
Mellbystrand - Kustvägen 120

www.strandangshalsan.se





Det är ett glatt gäng som gärna ställer upp på fotograferingen och DK glider förbi kameran med en väffla i ena handen och med andra handen gör han "hang loose" tecknet, det säger allt.

Strandlyckan SURFCAFÉ

I år har Strandlyckan blivit Mellbystrands nya Surfcafé med en massa aktiviteter, musik och självklart värd för Strandskalaset 2019.

Text: Katarina Schlick
Foto: Oliver Schlick

Den 30:e maj var vi på invigning av Strandlyckan Surfcafé. Trots dåligt väder var det massor med folk som kom förbi och drack en god kopp kaffe från Slöinge rosteri. Vi tog en varm macka som var jättegod och det fanns en hel del barn som gärna provade glassen. Kort sagt så var det en skön stämning på det lilla caféet. Lite senare på eftermiddagen fanns det även musikunderhållning för de besökare som passade på att komma då. Under invigningsdagen

fanns det möjlighet att prova på olika aktiviteter men med horisontellt regn kände vederbörande att det testas vi på i sommar, när solen skiner och det är semester. När vi lämnade caféet den här eftermiddagen hörde vi glada tillrop och applåder för den senaste artisen som avslutade sitt framträdande.

Strandteatern är ansvarig för driften i sommar och de ser till att göra en aktiv sommar för Mellbystrandsborna. För här på caféet kan man hyra SUP, surfkajak, beachtennis, beachvolleyboll och långboards. Man kan även prova på windsurfing, brasiliansk ju-jutsu på utomhusmatta och för de som aldrig har testat någon gång kan det vara bra att veta att det finns utbildade instruktörer på plats. Man kan boka windsur-

fingkurser med Ariel Striim om man känner för att våga sig på lite mer äventyr. Ja, det finns mycket att prova på för de som vill göra något nytt i sommar.

Strandteatern har under flera år samarbetat med Kitekalle på Strandskalaset när de har Mellbystrand Kite championship och nu kommer de tillsammans att anordna guidade strand- och naturturer på Fat-bikes. En riktigt rolig tur för alla, cyklarna är gjorda för att ta sig fram överallt i både lös och hård sand. Kul att ta med hela familjen på en härlig naturtur på cykel med breda däck. Allt låter jättespännande och vi ser fram emot en sommar full med äventyr.

Till sommaren har även den gamla minigolfbanan fått sig en uppfräschning med ny färg. Här spelar du minigolf med havet mitt framför näsan och det spelar ingen roll hur gammal eller ung man är, minigolf är alltid roligt!

Hakuna matata

Daniel DK Westlund, mer känd som Robinsonvinnaren 2018, kommer att stå bakom disken på caféet i år och vi tog chansen att prata en stund med honom. Det var under hans jobb som pistvakt på Borgafjäll som han träffade Ariel och Kristina, de var där uppe och körde snö-kite. De träffades av en slump men blev snabbt goda vänner och hur som helst erbjöd de honom jobb i Mellbystrand. Han hade inget annat inbokat i sommar så han sa ja direkt. Det är första gången som han är så långt söderut i Sverige så vi får passa på att göra gott intryck på honom så att han kommer tillbaka.

Vi kunde inte låta bli att fråga honom om hur det var att vinna Robinson. Han berättade att det var en dröm som gick i uppfyllelse och han trivdes så bra där





på ön att han kunde stannat kvar. När han var liten kille i scouterna hade han en ledare som hittade på Robinsonliknande saker och sedan dess har drömmen varit att få delta i Robinson. 2018 blev det av och det var det roligaste han någonsin gjort och för prispengarna köpte han sig en riktigt fin husvagn att bo i. Prylar och materiella ting gör ingen lycklig anser DK, han lever mer efter devisen "Hakuna matata" inga bekymmer, man är lycklig var dag...

Han klarar sig bra med ett par skor, snus, bärs och lite kläder säger han och skrattar.

Han ser fram emot sommaren i Mellbystrand och ser även fram emot att få lära sig surfa, vattnet är inte hans element men det ska den här sommaren

ändra på och vad kan då vara bättre än Mellbystrand att lära sig?

Det är ett glatt gäng som gärna ställer upp på fotograferingen och DK glider förbi kameran med en våffla i ena handen och med andra handen gör han "hang loose" tecknet, det säger allt.

Utomhusscen på Surfcaféet i sommar.

Men det blir inte bara aktiviteter och kändisar på Strandlyckan utan även underhållning. På kvällen kan du sitta och njuta av ett glas vin eller öl till skön musik med duktiga musiker. Det blir även utomhusscen med musikframträdande och teater på eftermiddagar och kvällar. Kristina Sahlberg och Ariel Striim är själva musiker och jag kan säga att det händer ganska ofta när man träffar dessa två att Ariel plockar fram gitarren och Kristina börjar sjunga. På Strandlyckan man kan äta gott, ha roligt och lyssna på fantastisk musik. Ett riktigt härligt nytt ineställe för alla och hela glada gänget hälsar er välkomna dit.



Strandlyckan Surfcafé



PEB

PERSSENS EL & BYGG AB

Andreas Persson • 070-646 44 60 • andreas@pebab.nu

Våxtorps Betong

www.vaxtorpsbetong.se

Industrigatan 16, Våxtorp
Tel. växel: 0430-309 00



**Fabriksbetong
Betongpumpning
Marksten - Plattor
Murblock - Mursten mm**



ÖPPETTIDER:

m-f 07-18
lör 09-13
sön 10-13

v28-31 öppnar vi 09.00 m-f.
Helger som vanligt
skummeslovsgolv.se

SKUMMESLÖVS GOLV, FÄRG & INTERIÖR

SNT FRISKVÅRD

Kustvägen 120 – Mellbystrand

Medicinsk fotvård

Här är alla fötter välkomna!

Klassisk massage



Tel. 070 - 969 69 54

Boka ditt besök direkt på
www.sntfriskvard.se eller Facebook

PÅ UTFLYKT med familjen



BARN- DAGAR på KVARNEN

Fyra måndagar i juli, kl. 12-16

Barndagar på Kvarnen med öppna kreativa verkstäder och workshops.
Ta med hela familjen!

Avgift för material och mat.

ÖPPNA KREATIVA VERKSTÄDER

Varje dag kan barn och vuxna måla både tavlor och porslin, bygga en fågelholk eller göra smycken av pärlor i våra öppna kreativa verkstäder.



Mer info på www.kvarnenkornhult.com

Besök Barnens Lögnäs öppet alla dagar 10-17

Det finns en stor "hage" med olika sorters djur; minigrisar, dvärggetter, får & lamm, höns & kycklingar, kaniner samt Göingebocken Lucas.

Alla bor de i sina egna små röda stugor med vita knutar. Klappa, mata och kela med dem så mycket du vill. På gården finns det även katter & ibland kattungar, kor & kalvar, islandshästar och sist men inte minst vår gårdshund Lykke.

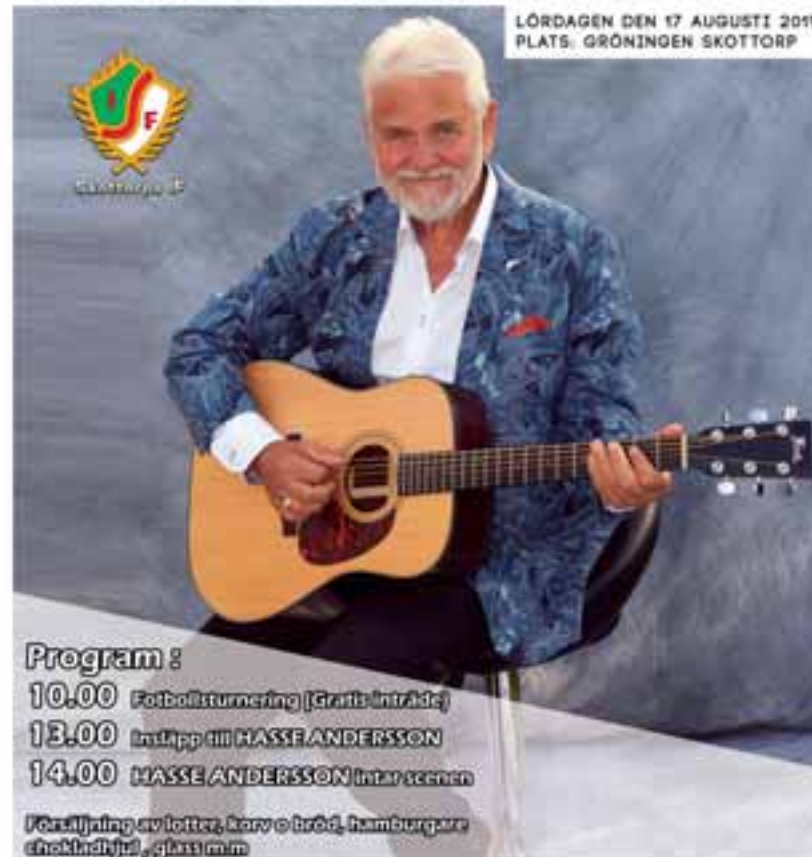
*Hjärtligt Välkomna till
Lanthotell Lögnäs Gård!*



www.lognasegard.se

SKOTTORP / SKUMMESLÖVSDAGEN

LÖRDAGEN DEN 17 AUGUSTI 2019
PLATS: GRÖNINGEN SKOTTORP



Program:

10.00 Fotbollsturnering (Gratis inträde)

13.00 Insläpp till HASSE ANDERSSON

14.00 HASSE ANDERSSON intar scenen

Försäljning av lotter, korv & bröd, hamburgare, chokladfjöl, glass mm

Biljetter köpes hos:

Skottorp IF:s styrelse – Lindquists Herrekipering, Skottorp
Skottorps Stengods – Skummeslövs Golv, Färg & Interiör

Bokhandeln Laholm – Maxi Stormarknad, Mellbystrand
Vallberga Gatukök – Svens Livs, Skummeslövsstrand

Sockerbagaren i Skummeslövsstrand
Guns Butik, Skummeslövsstrand
Malms Blommor, Skummeslövsstrand

- Entré, vuxen: 100:-
- Entré, barn över 7 år: 50:-

Barn under 6 år är gratis
i sällskap av vuxen!

MAXI
ICA STORMARKNAD

Laholms Sparbank



DANFORS
FASTIGHETSFÖRMEDLING

Sväva över vattnet eller rulla genom sanden



Hyr en SUP och pladdla fram genom Fylleån. Man kan stå upp eller sitta ner när man paddlar SUP.

För den som vill finns det massor att göra på vattnet. Kitesurfing och Stand Up Padel (SUP) är två aktiviteter som växt sig starkare de senaste åren. Naturligtvis kan Mellbystrand med omnejd erbjuda båda dessa. Havsförtröstan du som inte har vatten som primärt element, för landkrabbor finns det annat att bita på.

Kitekalle har under flera år erbjudit kite- och SUPkurser i Mellbystrand och Lagan. Kitesurfing är en adrenalinstinn aktivitet som enklast kan beskrivas som att man surfar med drake. SUP är en mer stillsam och rogivande paddling på surfbrädan.

Nästa steg

När du väl anammat och fått några års rutin på kitesurfingen tar du steget över till kitefoil. En ny sport bestående av en bräda med mast och segel. Utformningen gör att brädan lyfter ca en meter över havsytan. På detta sätt så svävar du tyst och snabbt över havet. Den stora fördelen med kitefoil är att det inte behöver blåsa lika mycket som när du kitesurfar. Du behöver inte mer än 3-4 m/s, mot kitesurfingens 6-10 m/s. Detta ger dig väldigt många fler dagar att vara ute på.

Cykla i sanden

Känner du för att cykla på stranden längs med havet? Med fatbike är detta möjligt. Fatbike är en cykel med en extra dimension på däcken, vilken gör att du tar dig fram överallt, tom i sand. Varför inte testa en fyradagarstur från Båstad (eller om du väljer att hänga på från Mellbystrand) till Varberg. Återigen får du hjälp med bagageförflyttning och övernattnig.



Det är inte bara en cykeltur utan en upplevelse att köra fatbike. Varför inte testa en ny kul grej i sommar, göra en 4-dagars tur mellan Båstad-Varberg? Fatbikes tar sig fram överallt.

Vem kan?

För kitesurfaren underlättar det om du har vattenvana, dessutom är det inte fel att besitta en uns förkärlek till utmaningar, medan SUP klarar alla med normalt balanssinne av. Förutom att kunna cykla mountain- och Fatbike bör cyklisten vara minst 150 cm, då cyklarna är relativt stora (planer att införskaffa barncyklar finns dock också). Kitefoilen bör du varit aktiv kitesurfare i minst ett år för att ta dig an.

Men om man hellre är den som håller sig på land kan du hyra mountainbike för antingen några timmar eller ge sig av på endags- eller flerdagarstur. Här i Mellbystrand kan du enkelt beta av en bit på Kattegattsleden. Väljer du att

cykla långt hjälper Kitekalle dig med att transportera bagage mellan övernattningsställena (som du också kan få hjälp med att boka), allt från B&B till spahotell är möjligt.

Hur som belt, är du sugen på aktiva aktiviteter, så är det till KiteKalle du ska komma!

Text: Louise Dock

Kolla in på vår hemsida för alla bokningsbara alternativ. Vi skräddarsyr olika evenemang, ring och boka!

Fatbikes - Mountainbikes - Kitesurfingkurser
Fatbiketurer Båstad - Varberg
Mountainbiketurer Mellbystrand

Hemsida: kitekalle.com



Kitekalle



Kitekalle

MELLBYSTRANDSFÖRENINGEN

Årsmöte på Hökagården **26 juni kl. 18.00**, Välkommen!



DRÖMMAR
inne&ute

**Heminredning & mode
i lantlig miljö!**

Öppettider

(t.o.m. den 13 okt)

torsd - sönd 11-17

Stor loppis 13 juli kl. 11-14

Välkommen till:

Rombergs väg 61, Västra Mellby
Annika, tel. 070-839 05 20

Din stenbutik i Mellbystrand



mellbyträdgård
...mer än bara växter!

**Betongsten och
Dekorationssten**

Ted, tel. 070-697 50 68

"Som en charter på hemmaplan"

Stor innergård som ger Medelhavskänsla

Välkommen till

Restaurang – Glasseria – Minigolf
Restaurangen även öppen helger året runt

Fullständiga rättigheter
Tempererad pool

Tel 0430-277 34

Kustvägen 120, Mellbystrand

www.delfinenmellby.se

Evenemang på Delfinen i sommar



Midsommardagen 22 juni

Grillbuffé

Lördag 29 juni

Grisfest och bluesmusik live
med Erica Baier & the business

Onsdag 3, 17 juli

Räk & Grillfrossa, livemusik med Chill outs

Fredagar 5, 12, 19, 26 juli

Räk & Grillfrossa, livemusik med Nicola

Måndag 10 juli

Räk & Grillfrossa

Onsdag 24 juli

Räk & Grillfrossa

Onsdag 31 juli

Räk & Grillfrossa, livemusik med Nicola

Lördag 3 Aug

80-tals quiz med grillbuffé

Fredag 23 Aug

Grillbuffé och livemusik med bluesbandet
Wreck Of Blues

Boka bord på: info@delfinenmellby.se

Butik & Växthus
- allt från egen odling -

Vallberga

Tel. 0430-230 05

Stor självplockning av tomater och gurka



- Gilla oss på Facebook -

BEVAKNINGSGRUPPEN I MELLBYSTRAND

Bevakningsgruppen i Mellbystrand har nu varit verksam i mer än 18 år. Gruppen består för närvarande av ett knappt sextiotal Mellbystrandsbor, som frivilligt och i samråd med polisen ställer upp och kör runt och håller uppsikt på vad som händer och vilka som rör sig i Mellbystrand på kvällar och nätter.

Det är givetvis svårt att mäta vilken betydelse just bevakningsgruppen har för att vi här i Mellbystrand faktiskt har, i alla fall tidigare, jämförelsevis få inbrott i hus och bilar. Men enligt polisen måste vi vara medvetna om att det sker inbrott och stölder av både bildelar, reg.skyltar och ibland hela bilar också i vårt område.

Det är viktigt att vi hjälps åt att förhindra brott genom att informera varandra och hjälpas åt på olika sätt genom exempelvis grannsamverkan, tänka på att stänga fönster, låsa dörrar, rapportera konstigt beteende, larm, DNA-märkning m.m.

Tips till polisen är alltid välkommet. Genom en bra gemensam lägesbild kan vi nå framgång i det brottsförebyggande arbetet.

Alla som deltar i Mellbystrands bevakningsgrupp gör detta ideellt. Vi har som mål att köra de flesta kvällar/nätter i veckan och alltid två och

två. Men eftersom antalet som kör bevakning har minskat går detta inte att uppfylla. De som deltar kör i regel 4 - 8 gånger per år och cirka 5 - 7 mil varje gång.

Om ni vill att vi ska fortsätta verksamheten behöver vi bli fler som kör. Flera deltagare som varit med länge vill trappa ner och en del har slutat. Du har frihet att själv bestämma vilka tider du vill köra, kvällar eller nätter. Blir det fler som kör handlar det kanske om att köra 2-3 gånger under en termin. Det är inget betungande eller farligt. Man kör aldrig ensam utan man måste alltid vara två i bilen. Vi gör Mellbystrandsborna en stor tjänst. Du som är intresserad tag kontakt med någon av undertecknade så får Du närmare information.

Kommunpolisen tackar för alla ideella insatser som görs i Mellbystrand och trycker fram för allt på Bevakningsgruppens arbete.

Även en ideell verksamhet kostar en del att driva som t ex försäkring, drivmedel, telefon, tryckkostnader, papper och en del annat. Det är också viktigt att vi har en ekonomisk buffert som kan vara till hjälp om något oförutsett inträffar.

Om Ni vill att vi skall fortsätta med verksamheten och känner att Ni vill

bidra på något sätt kan Ni gärna göra det genom att själv vara med och köra eller med att bidra med en slant. Alla bidrag tas emot med taktsamhet och kan sättas in på bevakningsgruppens **bankgirokonto: 5687-8440**. Behövs inbetalningskort finns dessa att hämta i Informationen på Maxi och hos Mellbystrands Livs.

Vi tackar på förhand blivande bidragsgivare och särskilt alla som redan bidragit med större och mindre belopp till verksamheten och inte minst de som kör bevakning för ett tryggare Mellbystrand.

Pär-Åke Eriksson
0430-281 80, 070-792 32 85

Eva Boblin
0430-258 97, 070-659 14 73



vandra

Upplevelser till fots
Vandringspaket i 13 länder

Tel 0430 - 620 21
www.vandra.se

www.vandra.se

Hotell
STRAND=
PENSIONATET
SKUMMESLÖVSSTRAND EST. 1935

ÖPPET
alla dagar
hela sommaren!
Tel. 0430-209 40

Hotell - Restaurang - Konferens - Havsutsikt

Varmt välkomna till oss på Strandpensionatet!

*Hos oss får ni god service och bra mat lagad från hjärtat.
Vi har något för alla, hälsningar Malin med personal.*

info@strandpensionatet.se – www.strandpensionatet.se

TURISTBYRÅN TIPSAR

Laholms turistbyrå, som är en grön auktoriserad turistbyrå, finner du i Teckningsmuseets lokaler på Hästtorget i centrala Laholm.



Vad händer i kommunen? Se visitlaholm.se

VISITLAHOLM.SE

Visitlaholm.se är Laholms kommuns officiella turistsajt. Här kan du leta efter boenden, restauranger, butiker och aktuella evenemang. Följ gärna Visit Laholm på Facebook (facebook.com/visitlaholm) och Instagram (@visitlaholm) för dagsaktuella tips.

LAHOLM FRÅN CYKELSADELN

Kattegattleden är en 39,5 mil lång cykelled som går mellan Helsingborg i söder och Göteborg i norr. Leden passerar bland annat kommunens badorter Skummeslövsstrand och Mellbystrand. Våren 2018 blev Kattegattleden utsedd till Årets cykelled på den stora cykel- och vandringsmässan "Fiets en Wandelbeurs" i Utrecht, Nederländerna. Laholm har även andra fina cykelleder, såväl längs kusten som inåt landet. Den mer äventyrslystne cyklisten beger sig till Hallandsås sluttningar på en mountainbike och utforskar den magiska naturen med strålande utsikt från hög höjd.

HAVET OCH STRANDEN

Laholms kommun kan stoltsera med Sveriges längsta sammanhängande sandstrand – 12 kilometer, från Skånegränsen i söder till Lagans mynning i norr. Laholmsbukten anses även vara en av landets bästa kite- och vindsurfingplatser.

NORDENS ENDA MUSEUM FÖR TECKNINGSKONST

Vid Hästtorget i centrala Laholm ligger Teckningsmuseet – Nordens enda museum för teckningskonst. Här visas utställningar med nordiska och internationella konstnärer, samt verk ur den egna samlingen. En trappa ner finns tecknarateljén som alltid är öppen för museets besökare.

FISKE

Lagan är sedan länge berömt för sitt laxfiske, men det finns även andra bra fiskevatten i kommunen: Smedjeån, Hjärneredssjöarna och Uddaredssjön är några exempel. På turistbyrå vid Hästtorget kan du köpa fiskekort och få mer information om fisket i Laholm.



Laholms turistbyrå
Hästtorget, Laholm
Tel. 0430-154 50
turist@laholm.se

visitlaholm.se

MANDER PÅ TECKNINGSMUSEET

Martin "Mander" Ander är verksam som illustratör och grafisk formgivare med rötter i Stockholms graffiti- och skateboardvärld. I dag bor han i Gnesta och arbetar internationellt med såväl skateboarddesign som illustrationer för böcker, annonser, affischer och skivomslag.



Martin har illustrerat för artister som Håkan Hellström och KRS-One och företag som amerikanska Moog Music och Flip Skateboards. År 2009 blev han trea i den internationella tävlingen Best Art Vinyl för sitt ikoniska skivomslag till Fever Ray, och 2015 blev han utsedd till Årets Designer på Svenska Skateboardgalan. År 2018 släpptes boken *Ouff! Mander selected works* som avhandlar hans originella konstnärskap.

Martin Anders maximalistiska bildvärld präglas av tydliga linjer, klara färger, retroromantiska utsavningar och lager på lager av subkulturella referenser. Illustrationerna är träffsäkra och mästerligt formgivna. Tilltalet är tillgängligt och direkt, samtidigt som de täta detaljerna och surrealistiska infallsvinklarna fördjupar upplevelsen och håller kvar betraktaren. Utöver punk-, graffiti- och skateboardkulturens grafik och estetik nämner han serietidningen MAD, tecknaren Hans Arnold och 1960-talets undergroundtecknare i USA som inspirationskällor.

Utställningen på Teckningsmuseet bjuder på utvalda nedslag i Martin Anders mångsidiga karriär. Ni kommer bland annat att få se skateboardar, böcker, förpackningar, turnéaffischer, skivomslag och inte minst originalen till flera av hans arbeten. *Mander på Teckningsmuseet* visas 1 juni–29 september 2019. Parallellt med Manders utställning visas *Tid – teckningar från museets samling*.

LAHOLMS KERAMIKMUSEUM

Intill tecknarateljén på museets nedre plan ligger Laholms keramikmuseum. Här visas dels en permanent utställning med fokus på keramik tillverkad i Laholm under 1900-talet och dels en mindre tillfällig utställning på ett speciellt tema. För öppettider, aktiviteter och övrig information – se www.teckningsmuseet.se eller följ Teckningsmuseet på Facebook.



Foto: Rubella Karlsson

Eric Pickersgill, en amerikansk fotograf, redigerade bort mobiltelefonerna från sina bilder i sitt projekt "Removed". Detta skapade ett nytt perspektiv på samtiden och efterlämnade en stark känsla i betraktaren.

En betraktare var Ariel Striim som, tillsammans med sambon Kristina Sahlberg, själv börjat fundera på hur den egna familjen hanterade sina skärmar. Detta i kombination med Erick Pickersgills bilder gav idén till 100% Familj.



Foto: Kristina Sahlberg

Sommaren 2019, blir den fjärde sommaren som 100% Familj anordnas i Mellbystrand. En vecka fylld av aktiviteter tillsammans, utan skärmar. Första sommaren var det bara Ariel och Kristinas egen familj som tillsammans med vänner samlades och gjorde en massa roliga aktiviteter. Under åren har gruppen börjat inkludera vänner vänner och helt nya bekantskaper. När platserna släpptes i år, var veckan fullbokad bara efter några timmar.

Att göra saker tillsammans

Det viktiga är att man under veckan gör saker tillsammans och genom sitt deltagande går de anmälda med på att lägga bort sina skärmar helt och hållet. Att just barn och vuxna gör saker tillsammans är väldigt uppskattat, både av barnen och de vuxna. Att åka i väg på charter och ligga vid en pool ska inte underskattas, men samtidigt så brukar det

sluta med att alla ligger på en solstol med mobilen framför näsan ändå.

Upplägget av veckan är en blandning av schemalagda och fria aktiviteter. Utbudet är delvis beroende på vad de som anmält sig till veckan kan bidra med. Det hela brukar bli en bra blandning av enkla och mer



Foto: Kristina Sahlberg

komplexierade aktiviteter. I år bjuds det bl.a. på löpning (både för barn och vuxna), strandtennis, vindsurfing, SUP, kajakpaddling, spökvandring, bad och klättring. Nytt för i år är ett tävlingmoment, likt Mästarnas mästare, och kvar från föregående



Foto: Kristina Sahlberg

år är dagens utmaning, där alla deltagare utmanas av varje dag lära sig något nytt, ex. gå på lina.

Ariel märker också att det är svårare för människor att idag vara aktiva.



Foto: Rubella Karlsson

Nästan som att man glömt bort hur man gör. Därför vill de inte styra upp för mycket med schemalagda aktiviteter, utan att aktiviteterna ska vara fria, på eget initiativ och eget ansvar. Men i början av veckan är det mer schemalagda aktiviteter för att deltagarna ska lära känna varandra.

Har vi glömt hur vi umgås?

När vi sitter ner och pratar om lägerveckan frågar vi oss alla hur det kunde bli såhär. Är vi inte förmögna att aktivera oss själva och vara tillsammans med våra barn utan att åka iväg på ett läger? Ariel menar att det kommer mer och mer forskning som visar på skärmarnas inverkan på oss, vilket vi inte kommer att kunna blunda för. Kristina säger att hon hört att vi kommer titta tillbaka på denna tid och se på den med samma förskräckelse som vi idag ser på hur vi rökte förr.

Låt oss hoppas! Samtidigt vi behöver ju inte vänta till dess. Varför inte göra din egen skärmfria lägervecka med dina vänner.

Text: Louise Dock

Hemsida: strandteatern.se/aktivitetsfabriken/100%familj/

 100% familj

Ny förening

tar nya tag för bryggan i Mellbystrand

Föreningen Mellbystrands Bryggan är en fristående förening som bildades i januari 2019 med ett syfte, att tillsammans med Laholms Kommun förverkliga en badbryggan nedanför Birger Pers Väg.



Vi är ett härligt gäng med mycket driv som vill få en Bryggan i Mellbystrand. Bryggan är tänkt att vara drygt 100 meter lång räknat från strandlinjen. Det ska bl.a. finnas sittplatser utmed bryggan och en större plattform längst ut där man kan vistas under hela året, en mötesplats för alla. Bryggan ska vara anpassad för alla med ramper för funktionshindrade, äldre och barn. Det ska finnas stegar ner till vattnet så att man ska kunna doppa sig utanför alg- och tångkanten.

Laholms kommun och föreningen samarbetar i detta projektet. Kom-

munen har redan avsatt 500.000 kr till förprojektering av bryggan vilket innebär att vi nu är igång med vår bryggan. Kommunen kommer även att bidra med ytterligare 2 miljoner till bryggan när den ska byggas och det ska bli spännande och kul att få vara med att genomföra detta.

Under tiden som det planeras och förbereds för bryggan tänkte vi att det skulle vara kul att göra något tillsammans med er alla och planerade in en Bryggpub. Det var i början av maj som vi hade vår allra första Bryggpub på Strandhotellet. Den blev jättelyckad med många tips och idéer från alla som kom dit. Det blev "fullt hus" och självklart jättekul att se så många positiva människor där. Ordförande Bernt Karlsson informerade alla om våra tankar och hur långt vi kommit med bryggarbetet. Det kommer att bli fler Pubkvällar för bryggan och vi vill att alla ska känna sig delaktiga och framförallt få en trevlig kväll tillsammans i gemensam "brygganda".

Sponsring och medlemskap

Strandhotellet bidrog till bryggan med 20% av intäkterna från pubkvällen, vilket summerade till ca 8.000 kr. Vi har även börjat få in sponsring från lokala företag i Mell-



bystrand men även från övriga delar av Laholms kommun. I skrivande stund är vi uppe i 170 medlemmar men vi vill gärna bli fler medlemmar som stöttar bryggplanerna. Är du intresserad av att bli medlem är det bara att höra av sig. Det man behöver göra är att swisha till vårt **swish nr. 123 262 7727** eller sätta in pengar på vårt **bankgironr 5335-2738**. Det kostar 100 kr/år och person.

För att bli registrerad medlem och få ta del av allt som händer är det viktigt att ni mailar ert namn, adress, telefonnummer och mailadress till vår kassör: gfasplund@gmail.com

Välkommen till vårt glada gäng
önskar styrelsen till
Föreningen Mellbystrands Bryggan

 Bryggan i Mellbystrand

Så här såg inbjudan ut till den allra första Bryggpuben. Det blev fullt hus på Strandhotellet och det var trevligt att se så många positiva människor där. För dig som missade detta kommer det nya chanser framöver.

Gilla oss på facebook för att se allt det senaste som händer.

Nyinvigd Boulebana

på Hökagården



Det är en varm och solig dag i Mellbystrand och jag är på Hökagårdens nya boulebana för att träffa Thomas Knutsson i Mellbystrandsföreningen. Den 16 maj invigdes Hökagårdens nya boulebana och idag, bara några veckor senare är det fullt med folk som spelar.

När jag kommer dit har spelet redan börjat och man kan se att de har roligt och är väl medvetna om hur det

ska spelas boules. Vissa matcher ser riktigt spännande ut med koncentrerade miner.

Thomas presenterar mig för boulesansvarig Curt Ingvar Mandorsson som berättar att en del av dem spelar sedan tidigare men att de även har fått igång några nybörjare. Men man lär sig snabbt, alla tar väl hand om varandra här. Det är en fin gemenskap berättar de.



Det var i september 2018 som Träffpunkt Mellbystrand startade på Hökagården och det har blivit en stor skara som kommer dit, berättar Thomas. Träffpunkten har vidareutvecklats och vi pratar ofta om vad mer vi kan göra. Vid ett tillfälle kom det upp en fråga om vi kunde ordna en boulebana i Mellbystrand. Det fanns många intresserade som ville spela men banan saknades. Ända sedan starten har det funnits ett stort intresse för Träffpunkten och nu även för boulebanan.

Mellbystrandsföreningen har köpt materialet till banan men Thomas betonar att arbetet har utförts med ideella krafter från alla som medverkar vid Träffpunkt Mellbystrand. Allt har gått snabbt vilket är jättebra och i maj invigde vi banan. Från första dagen har den varit välbesökt på alla träffarna och hit kommer man även om det kommer lite regn, berättar de för mig. Vi har bestämt att vi alltid ska ha fint väder, säger Curt Ingvar och de övriga skrattar och håller med. En av dagens deltagare gör mig uppmärksam på den gamla ramsan: - Det finns inga dåliga väder, bara dåliga kläder. Men hittills har de bara haft fint väder så det har varit fullt med spelare varje vecka. Just denna dag tror de att de

har rekord, de är 26 st spelare idag. Några fler än förra veckan.

Boulebanan är fri att användas för medlemmar i Mellbystrandsföreningen. Den får nyttjas när man vill, så länge inte Hökagården är uthyrd. Då vill de helst att man inte spelar på banan. Boulespelarna träffas en gång i veckan, måndagar kl. 16, och hur det kommer att bli framöver har de inte hunnit prata om ännu. Allt är väldigt nytt för oss, säger Thomas och Curt Ingvar.

Det är en mycket social skara som gärna träffas och har roligt ihop, pratar lite och framförallt kommer ut och träffar lite nya människor.

Text och foto: Katarina Schlick



BOKBUSSEN

Bokbussens mobilnr 070-208 41 60
E-post: bokbussen@laholm.se



MELLBYSTRAND Sommartider 10/6-11/8

Cirkelvägen	Måndagar: 15/7, 12/8	kl. 19.30-19.50
Tallhagsv./Marias väg	Måndag udda veckor	kl. 18.30-18.50
Görans väg	Måndag udda veckor	kl. 19.00-19.25
Mellby vid förskolan	Tisdagar: 9/7, 6/8	kl. 14.35-14.55
Åvägen	Tisdagar: 16/7	kl. 19.25-19.45
Marias Camping	Varje fredag	kl. 09.20-10.10
Strandhotellet	Varje fredag	kl. 10.15-10.50
Hallandsvägen	Varje fredag	kl. 10.55-11.25
Delfinen	Varje fredag	kl. 12.10-12.35
Strandhugget	Varje fredag	kl. 12.40-13.10

MELLBYSTRAND Höst/vintertider 12/8-31/12

Cirkelvägen	Måndagar: 14/8, 9/9, 7/10, 4/11, 2/12	kl. 19.30-19.50
Tallhagsv./Marias väg	Måndag udda veckor	kl. 18.30-18.50
Görans väg	Måndag udda veckor	kl. 19.00-19.25
Mellby, vid förskolan	Tisdagar: 4/9, 2/10, 30/10, 27/11	kl. 14.35-14.55
Åvägen	Tisdagar: 13/8, 10/9, 8/10, 5/11, 3/12	kl. 19.25-19.45
Hallandsvägen	Fredag udda veckor	kl. 13.40-14.05
Strandhotellet	Fredag udda veckor	kl. 14.10-14.30
Rombergs väg	Fredag udda veckor	kl. 14.50-15.10
Strandbyn	Fredag udda veckor	kl. 15.20-15.40

LAHOLMS Stadsbibliotek

Visste du att...

...på Stadsbiblioteket finns ett litet antikvariat med gamla böcker. Där kan man köpa de utgallrade böckerna. Välkommen in och botanisera!

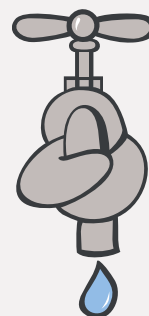
...på Stadsbiblioteket finns en stor tidskriftsavdelning. Där kan du sitta en stund och läsa en av alla de tidskrifter och dagstidningar de har.

ÖPPET

Mån-tors kl. 8-19 • fre kl. 8-17 • lör kl. 10-13
Mån-fre kl. 8-10, begränsad service.
Tel. 0430-151 50, 151 51
E-post: biblioteket@laholm.se

...på Stadsbiblioteket finns ett litet kafé. Här kan du sitta ner i en lugn hörna och koppla av en stund, med en kopp kaffe och en kaka.
En mötesplats för alla!

...på Stadsbiblioteket kan man även låna ljudböcker, talböcker, språkkurser och filmer. Du kan även hyra dator om du vill sitta där och jobba.



Thimsfors VVS & Oljeservice AB

Båstad • 0431-45 17 00
Skummeslövsstrand • 0430-200 47

www.thimsforsvvs.se

VVS-installationer • värmeanläggningar • panninstallationer
badrumsrenoveringar, vattenrening, service- och industriarbeten

VÄXTSHOPEN ALLT FÖR TRÄDGÅRDEN

Stor sortering av VÄXTER och BLOMMOR

Medelhavsväxter - Krukor
Gödning - Jord

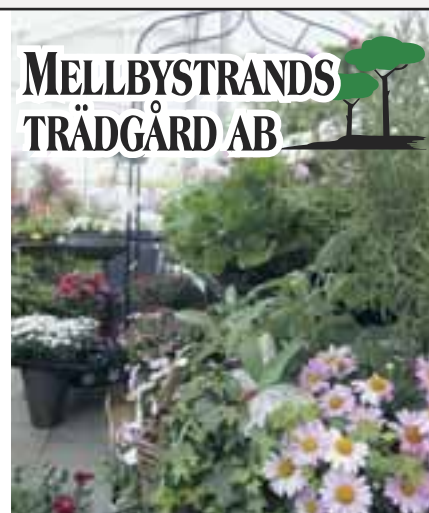
Vårens öppettider:

Mån-Fre 9-18, Lör-Sön 9-14

Tel. 0430-256 18 – Mobil 070-697 50 69

Vi utför även trädgårdsanläggningar!

MELLBYSTRANDS TRÄDGÅRD AB



Alltid låga priser!

TOMMY BENGTSSONS BYGG AB

**Din byggare
vid kusten!**

Hilders Väg 16 – 312 60 Mellbystrand – Mobil 070-522 54 01



Foto: Länsstyrelsen

På Sand Life- träff i dynlandskapet, med projektledarna Björn Larsson och Mikael Larsson. Dynlandskapet längs den halländska kusten är förtrollande, rörliga dyner är en del av landskapet och en värdefull biotop för många arter. När dynen binds, som här med en gräsvål, försvinner den värdefulla biotopen och med den de arter som bodde här.

Välkomna till ett nytt år i Hökafältets naturreservat!

Jag heter Annelie Ohlsson och jobbar som reservats- & fastighetsförvaltare på Länsstyrelsen och i år har jag fått äran att skriva lite om naturreservaten i ert område och har därför valt Hökafältet...

Under de senaste åren har det hänt mycket på Hökafältet som har förändrat miljöerna från skogsbrukets täta tallskog till naturvårdens öppna sandhedar med rörliga sanddyner och en stor våtmark.

Under fjorårets sista skälvande Sand Life-månader anlades det också en ny cykelled, en så kallat MTB-led, i

samarbete med bland annat Nellie Larsson på kommunen. Här finns utmaningar för både barn och vuxna. Sand Life har annars varit en stor del i förändringen av naturreservatet. Inom projektet har vi tagit bort bergtall och vresrosor från reservatet då dessa betecknas som invasiva. En invasiv art kommer i regel från ett annat biologiskt område i världen och i sin nya miljö tar den över och dominerar miljön så pass att inhemska växter sakta försvinner eller till och med dör ut. Bergtallen hör t. ex hemma i de centraleuropeiska bergsmassiven i ett hårdare växtkli-

mat än här på den halländska sandslätten. Vresrosen hör hemma i de Östasiatiska länderna och kom hit som prydnadsväxt varifrån den sedan spritt sig. Även i ursprungsländerna växer den i sandmiljöer. Visst är den vacker och doftar gott men där vresrosen växer tar den över och inhemska växter som ljung, strandråg, martorn med flera försvinner mer eller mindre och sanden binds. Detta i förlängningen innebär att andra arter som är beroende av öppen och rörlig sand får färre områden att bebo och föröka sig på. Hjälp oss att begränsa vresrosen! Goda recept finns att hitta på vår facebook sida Naturreservat i Halland. Min favorit är inlagda nypon. Supergott!

Under det senaste dryga halvåret har ett våtmarksområde förändrat

reservatets norra halva. En tidigare torrlagd våtmark får nu chansen att återhämta sig. Projektledare för detta är mina kollegor Hans Bjuringer och Magnus Redegård. De har tillsammans med våra entreprenörer rensat diken men också dämt för att få vattnet att rinna åt rätt håll och in i rätt område. Naturliga dynrygggar har hjälp till att dämra området som nu har ett naturligt vattenflöde som lockar många olika arter till reservatet.

När jag skriver det här har vi gått in i slutet på maj, värmen har börjat komma och en solig dag blev det ett besök i våtmarksområdet med ett glatt gäng från kommun, camping samt kollegor från Länsstyrelsen. Det var spännande att se hur området förändrats, att få se och höra skrattnås, gråtrut, småspov,



Foto: Länsstyrelsen

Inom projektet Sand Life öppnades reservatet upp, bergtall och vresrosor togs bort och efter stubbryckning och faunadepåer kom det också många öppna sandblottor i olika storlekar. I dessa blottor blir det ett mikroklimat, den ljusa sanden blir varmare än omgivningen vilket gynnar en mängd arter, inte minst olika sandbin.



Foto: Länsstyrelsen

Projektledarna för våtmarksanläggandet, Magnus Redegard och Hans Bjuringer diskuterar hur mycket vatten kommer att variera i området när projektet är klart.

sång- och trädlärka och, för mig ett älskat vårtecken – tofsvipan.

Men våtmarken lockar inte bara fåglar utan även insekter som skräddare, trollsländor, fjärilar och, inte minst, grodor. Runt om våtmarken har man sett till att det finns fina grodvatten för lek och parning. Vattnen som också gynnar trollsländorna.

Jag fick förleden höra att Laholmsbukten, förra året, hade varit så härlig att bada i med rent och klart vatten. Det får vi tacka förra årets torra sommar för. Tack vare att inget regn kom så rann inte heller något dagvatten eller vatten från gödslade trädgårdar ut i bukten, utan havet fick vara bara hav... Något att tänka på så här inför årets sommar och de trädgårdsdrömmar som vi alla går runt med. Jag får hålla med John

Taylor som sa i ett program att vi borde införa poäng på hur mycket grönt vi har i trädgårdarna. Det är de gröna ytorna, de som inte är belagda med sten eller asfalt, som fångar upp regnvattnet och leder det ner till våra grundvattenkällor. Hårdgjorda ytor leder bara vattnet vidare ut i vattendrag och hav, vilket gör att grundvattnet inte fylls på och skördarna torkar.

Som avslutning vill jag påminna om att ha koll på de föreskrifter som gäller för naturreservatet, framför allt den att hund ska hållas kopplad. Detta är så oerhört viktigt, inte minst för de arter fågel som försöker sig på att häcka här men också för sandödlor och andra djur. Och av hänsyn gentemot andra besökare i reservatet. Tänk också på att



Foto: Länsstyrelsen

Nu är sommaren snart här med ljuvligt lata dagar vid havet och i skogen. Det skira humleblomstret är ingen ovanlig blomma men ack så vacker. Njut naturen men låt också andra njuta. Ta med skräpet hem, visa hänsyn mot andra och ha kul!

de kommunala ordningsföreskrifterna om bland annat hund på stranden, gäller även i naturreservaten!

Besök gärna vår facebook sida Naturreservat i Halland. Här får ni härliga besöksstips, information om

åtgärder, guidningar och andra aktiviteter i våra reservat och så får ni se många fina bilder från både Hökafältet men också alla andra reservat i Halland. Nu är guidesäsongen igång och i år kommer flera aktiviteter att ske på Hökafältet. Läs mer på Länsstyrelsens webb: www.lansstyrelsen.se/halland/besok-och-upplev/friluftsliv

Eller hämta ditt eget ex av Aktiviteter och guidningar I Hallands natur- och kulturresevat på turistbyråer, bibliotek eller på Länsstyrelsen. Välkomna ut i naturen!

Ps. Ta bara bilder, lämna bara fotspår...

Annelie Ohlsson

Reservats- & fastighetsförvaltare
på Länsstyrelsen

mail: annelie.m.ohlsson@lansstyrelsen.se

Tudorkliniken

Vi tar hand om dig

ALLMÄNLÄKARMOTTAGNING

I september flyttar vi in i nya, fina och rymliga lokaler –BVC också. Vi hälsar både gamla och nya patienter varmt välkomna!

ANNONSÖRER A-Ö

A

Ahla Rör.....21

B

Bennets tapetserarverkstad.....19

Bokhandeln Laholm15

Båstad Måleri.....15

D

Danfors Fastighetsförmedling.....68

Delfinen.....49

Drömmar inne & ute48

E

Elektrotjänst.....17

F

Fast Bygg.....66

G

Glasmästar'n i Laholm21

Godis på landet.....9

J

Jörgen Johnssons Bygg.....27

Jörnkviks Kustnära Mäklare.....67

K

Kristers Trädgårdstjänst.....31

L

Laholms BTK Serve, *loppmarknad*7

LaholmsHem19

LBC Ängstorp25

Lillstugan Godis på landet9

Ljungbergs Rör25

Lögnäs Gård9

M

Markisbolaget Tekåpersienner21

Maxi Stormarknad Mellbystrand7

Mellby Elmontage7

Mellby Trädgård48

Mellbystrandsgården.....17

Mellbystrands Tennisbana, Laholms BTK9

Mellbystrands Trädgård AB61

Murar'n33

N-O

NP. Nilssons Trävaru AB.....33

Olssons Åkeri Skottorp AB.....33

P-R

PEB, Perssons El och Bygg43

Poco Locos Restaurang och Bar.....19

Restaurang Sjöhästen (Maxi)7

S

Silverhjelm's Spis & Kamin16

SkandiaMäklarna5

Skottorps Bygghandel.....31

Skottorp/Skummeslövsdagarna45

Skummeslövs Golv, Färg & Interiör.....43

Skummeslövs TK, tennisbanor.....33

SNT Friskvård43

Sockerbagaren i Skummeslöv15

Strandpensionatets Restaurang & Bar51

Strandängshälsan.....39

Svenska Kyrkan (Mellbystrand/Laholm)17

T

Take Care31

Takpoolen39

Thimsfors VVS och Oljeservice AB61

Tommy Bengtssons Bygg AB.....61

Tudorkliniken65

V-Ö

Vandra of Sweden.....51

Våxtorps Betong43

Växtshopen, Uffes Trädgård.....61

Wash In Town.....2

Örjanssons Blommor49



jörnkviks

KUSTNÄRA MÄKLARE

Nyckeln till en trygg och god bostadsaffär

jornkvists.se - mäklaren nära dig - 0430-77 77 80

DANFORS



Din lokala mäklare!

Danfors är en traditionell fastighetsförmedling sedan 25 år.
Vår verksamhet bygger på *förtroende, personliga relationer, gediget engagemang, seriös och professionell hjälp*.
Vi tar oss tid och har *individuella visningar för bästa slutresultat*.

Vi är en *oberoende* fastighetsförmedling och binder inte upp våra köpare inom bank och försäkring.
Vi arbetar med *omfattande marknadsföring* vilket ger *många spekulanter*. Vi är gränsöverskridande från Ängelholm i söder till Halmstad i norr.

Vår ambition är att hjälpa dig till en bra affär och ett bra slutpris.
Med oss gör du alltid *en trygg och säker bostadsaffär*.

Välkommen du med!



ELIN
SVALA



CONNY
WISTRAND



HÅKAN
DANFORS



PER
EMILSSON



PERNILLA
KJELLSSON

DANFORS FASTIGHETSFÖRMEDLING

Ryssgatan 5 i Laholm
danfors.se

Kustvägen 182 i Mellbystrand
0430 282 50