



Sommerbutikken.no

SE VÅRE GODE TILBUD NÅ!

- REDSKAPSBODER
- GARASJETELT
- LEKEHUS
- TRENINGSTUTSTYR

Stort utvalg i
hage- og parkmobler!

8 795,-
7 495,-



Grabein Lux
Hagemøbelsett



Hagemøbel Hvitsten
Teak

6 995,-
3 995,-



15 990,-
13 995,-

Vårt populære lekehus
Otto/Mille 3,6 m2

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

Alle har råd til å holde festen på Hellviktangen!
Du velger: billig eller dyrt

Sjekk her: hellviktangen.no/private-selskaper



HELLVIKTANGEN



Fokus nr. 10
side 4

Gode liv?



NESODDEN MENIGHETSHUS

Ideelt lokale til mange anledninger
For bestilling: 92 05 10 89
e-post: anne.marit.tronvik@online.no

Arborist og biolog Lorange

Trefelling, beskjæring
og trefaglige rapporter

Tlf. 951 88 405
jennylorange@gmail.com

NESODDEN VERTSHUS

Hyggelig selskap | God mat
Lunsj | Middag | Ute og inne

LYNGÅSVEIEN 24 - ved Samfunnshuset
TLF. 411 58 774

Nesodden rammeverksted og nettgalleri



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

yoga

Kurs i klassisk yoga

www.yoganesodden.no

Nesodden Sangkor

Velkommen til konsert!



Torsdag 15. juni 2023 kl. 19.30
i Misjonskirken på Alværn

Nesodden Sangkor med solister fremfører
Johann Michael Haydns requiem C minor

Dirigent: Milica Filipovic

Tømremester Aleksander Opdal AS

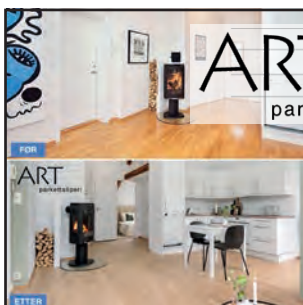


98119977 - 40003404
post@opdal.info



Når kvalitet gjelder!

NYBYGG - TILBYGG -
REHABILITERING - BADEROM



ART
parkettsliperi

ART Parkettsliperi
Tangensvingen 23
1450 Nesoddtangen
452 51 811

Vi sliper og behandler alle
typer tregulv til fast avtalt pris.

Raskt og effektivt!

www.art-parkettsliperi.no



VIKEN REHABILITERING
AVD. VEST

Tel: 48402774
Org. 828 166 522

DIN TALENTPRENERØR I VIKEN

Vi tilbyr tjenester til både private og næringsdrivende.
Vi hjelper deg med rehabilitering, totalrenovering, eller
mindre oppdrag innendørs, og utvendig arbeid.
Vi utfører også alle typer tilbygg, ombygging og
påbygging, fra garasjer til verandaer og vinterhager.

post@vikenrehabilitering.no • www.vikenrehabilitering.no

presis
ars as

p.

autorisert regnskapsførerselskap

Vi hjelper deg med alt
innenfor regnskap, lønn,
rådgivning, skattemelding
og årsregnskap
Vi bruker primært
Visma Business,
E-accounting og Tripletex

tlf. 669 669 50
postboks 151,
1451 nesoddtangen
besøksadresse:
tangen nærseater
www.prisis-ars.no



TØMRERFIRMA ØYSTEIN KRISTIANSEN AS



92 46 45 59



TALENTPREISE INNEN
NYBYGG - TILBYGG - REHABILITERING - BADEROM

PLUGGEN
SOLCELLER

Tlf: +47 488 84 127 - post@pluggenelektro.no

KIRKENE

DEN NORSKE KIRKE

Søndag 28. mai, Pinsedag
Gudstjeneste
ved Svein Hunnestad og
Torbjørn Eftestøl
Nesodden kirke kl. 11.00

Mandag 29. mai
Friluftsgudstjeneste
To Gård kl. 12.00

Søndag 4. juni
Gjøfjell kirke kl. 11.00
Gudstjeneste ved Kristine
Skree Kristiansen og
Ingeborg Christophersen.
Skoklefall kirke kl. 11.00

www.kirken.no/nesodden

Gudstjeneste for Små og store
ved Eva Kirkemo og
Torbjørn Eftestøl, 6-årsbok.

Tirsdag 6. juni
Skoklefall menighetshus
kl. 16.00-18.00

Supertirsdag med aktiviteter
og gratis middag for alle.
Påmelding til SA556@kirken.no
Middag for alle i Nesodden
Menighetshus kl. 16.30-18.00



LAG/FORENINGER /PARTIER



NESODDEN SYKKELKLUBB

Kontakt:
leder@nesoddensykkel.no
www.nesoddensykkel.no

NESODDEN ELDRERÅD

KONTAKTPERSON
Stig Klingstedt, tlf. 911 98 325



3. NESODDEN ST. GEORGS GILDE

Kont. Steinar Gullerud
tlf. 66 91 92 46
steinar.gullerud@
gmail.no

HELVIK VEL

Kontakt Mads Block Hellum
Mob: 95 99 12 01
mbhellum@gmail.com

Pensjonistpartiet

Kontakt:
Jon Erik Paulsberg, Sølvi Karin Helland,
jep57@outlook.com torshe2@online.no

JAER UNGDOMSFORENING

Hasleveien, Eklund
Tlf. 66 91 70 26
Utleie 911 35 998
www.juf.no



Lions Club Nesodden Ekelund

Hjemmeside:
www.lions.no/Nesodden
Kontakt: nesodden@lions.no

Nytt baderom??

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



Sommeren er her!

Trenger du hjelp til
opprydding med mer.
Vi fjerner kvist og kvast
fra hagen, og kjører
vekk skrot og rot.
Mobil: 98 84 80 12
E-post:
hage@1450ntg.com

AKTIVITETER

Selskap på View by Taste, toppen av Nesodden

- Jubileum • Dåp • konfirmasjon • Minnestund
- Firmafest • Bryllup • Seminar • Event



Vi har plass til 80 gjester inne og 80-100 gjester ute

Epost: viewbytaste@tasterestaurant.no
Tlf. 453 56 769



Redd Fiin Fredag!

Vi har opprettet en spleis
for å kunne videreføre Fiin Fredag.

Fiin Fredag er en unik kulturell og sosial møteplass for
ALLE nesoddinger som er hjemme på dagtid mellom
kl. 12 og 15.

Tilbudet er gratis og gir alle mulighet til en deilig lunsj,
kulturelle opplevelser og sosialt fellesskap.

Rundt 50-60 personer deltar hver gang, og det er en
variert sammensetning av folk som gir nye impulser,
lærdom og ikke minst nye vennskap. Mange av
deltakerne har blitt stamgjester, samtidig som det
opplevs åpent og inkluderende for nye gjester.

DETTE ER FOREBYGGING AV UTENFORSKAP
OG ENSOMHET!

Se link for å bidra og dele den videre 🙏
<https://www.spleis.no/project/324561>

post@nesodden.frivilligsentral.no
www.nesodden.frivilligsentral.no
tlf: 48 45 48 48



MALER & SNEKKER

☎ 90727825

✉ mbyggno@gmail.com

K&M BYGG AS

HIGH MAINTENANCE

Innovasjon
Vi vil ta vare på taket ditt
med de beste verktøyene som
finnes på markedet

Verdi for pengene
Vi sikrer at du for en beste
kvaliteten for rimelig penge

TAKVASK

www.highmaintenance.online
KASPER: +47 922 262 70

Trygg, effektiv, solid
Rask utførelse med hensyn til alle
detaljer. Kvalitet og langvarig effekt
er våre konkurransefortrinn

SPAR-ESSET MAT

VI
HJELPER
DEG MED
MATEN!
www.spar-esset.no

- Gryteretter
- Koldtbord
- Snitter
- Kaker

64 93 92 77

Faks 64 93 92 37



NÅR KVALITETEN TELLER

ARBEID UTFØRES

Spiskammerset selskapsmat

- Jubileum • Konfirmasjon • Bryllup
- Firmafest • Lunsj / Møtemat • Event

Tlf. 4000 1222 • www.spiskammerset.no

Gode matopplevelser!

Sagstuen Auto A/S

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

Tlf. 64 98 98 10

post@sagstuenauto.no
www.sagstuenauto.no

Mekonomen
Bilverksted

Din lokale rørlegger med døgnvakt!



OPTIMAL RØRSERVICE AS
ALT INNEN VVS

Tlf. 40 17 13 19
post@optimalror.com

Canal Digital Panabol VIASAT RiksTV

SVERRES TV-SERVICE OG SALG, Oslo og Akershus
Nyborgbakken 15, 1458 Fjellstrand

- Reparasjon av alle merker • Gratis låneapparat • Meget kort reparasjonstid
- Pensjonistrabatt • Salg av billig brukt • Vi henter og bringer

SALG AV NYE: TV/Plasma/LCD/Video/DVD • Parabol/Antenner/Bakkenett
• Digitale antenner/tunere

www.sverrestv.no • Nyborgbakken 15, 1458 Fjellstrand. • Tlf. 924 00 306
NY GRUNDIG 40" LED FRA KR. 4998,-

TOTALRENOVERING AV BAD
10 ÅRS GARANTI FOR TETT BAD

Vi utfører også alt innen vedlikehold av boligen din.

40846087 BALNEA AS

Butikk - Bad - Rørlegger
RØRLEGGEBUTIKK MED PERSONLIG SERVICE

ROGER HAGEN **Comfort**
BRYN

Ring oss for tilbud, gode råd og veiledning!

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

Østensjøveien 60, 0667 Oslo • bryn@comfort.no • www.comfortbryn.no

Solceller Bolig og næring Ladeanlegg for elbil i borettslag, sameier og privat El-kontroll Bolig og næring El-anlegg Tilbygg, utbygg eller rehabilitering

Din Elektropartner AS
4788 2010
Din lokale elektriker!

SMART BYGG SERVICES
we're good with wood!

463 79 397

smartbygg.eu | SmartBuildingPL@gmail.com

TERRASSEBYGGING NYBYGG VINDUER OG DØRER REHABILITERING OPPUSSING INNENDING GIPSPLATER

KVIKK FIX BYGG

We are a young team of specialists with over 10 years experience. Many satisfied customers and tons of recommendations. Need something done? We fix it!

- CARPENTING
- PAINTING
- INTERIOR FINISHING

Tlf: 46 56 92 66

Den lokale hjelper as

Tlf 93861151
arnelendl@gmail.com

VAKTMESTERTJENESTER

- Snekring ute og inne
- Mur, puss og flislegging, steinlegging og skifer
- Eget blikkenslagerverksted, tak og beslag
- Maling av dyktige malere ute og inne
- Maling av dyktige malere ute og inne
- Trefelling og beskjæring, egen foskriking - IF

BYGG & REHABILITERING
KRZYSZTOF STECHNIJ

maler snekker flislegger

tlf. 96 65 61 35

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

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

Prøv en småannonsen
Kun kr. 75,- for tre linjer

Alt i rørleggerarbeid
NESODDEN RØRLEGGERE SE VICE AS
DUALKONTROLLVERKSTED 1458 NESODDTANGEN

Mob. 90 72 10 27 runlaur@online.no

glansbilde

Vi tar imot oppdrag på e-post og telefon.

- Print/kopiering i farger og s/h
- Fotoprint opp til A2-størrelse.
- Skanning og redigering av bilder
- Skanning av dias

post@glansbilde.no Tlf: 98810606
Fjellstrand

Den lokale trefeller!

Tlf 93861151
arnelendl@gmail.com

Vaktmestertjenester og trefelling med forsikring

BG Byggmester Grønvold AS
Tidligere Crawford og Grønvold AS fordi boligen din fortjener det!

Ta kontakt for gratis befaring og tilbud (komplett med alle fag)

Tlf: 98 20 20 00 • E-post: post@mesterbedriften.no
www.mesterbedriften.no • www.facebook.com/mesterbedriften

- NYBYGG
- TILBYGG
- PÅBYGG
- REHABILITERING
- TAKARBEIDER
- VINDUER
- DØRER
- VÅTROM

SMÅANNONSER

Studio NOR, søm & redesign
Tangen Senter, 2. etasje.
Tlf. 968 26 888/45 55 25 60

Nesodden Håndverktjenester AS
Allsidig lokal tømmer med lang erfaring og gode referanser. Brygger, badehus, terrasser, innvendig og utvendig rehab. Ring 45401623 så avtaler vi en befaring.
Frode Nielsen, Sjøstrand.

Malearbeid utføres
Vi tilbyr alle typer maleoppdrag – utvendig og innvendig. Alle overflater fra grunnarbeidet til toppstrøket. Vår 5. sesong på Nesodden, prøv oss denne sommeren!
Vi er ressurssterke og leverer. Vi har også gode referanser. Vi snakker engelsk.
Ring Hubert 477 38 530

VASKEHJELP med gode referanser.
Flyttevask og vinduvask
Tlf: 96-81-08-58

Snekker og maler
Gode referanser!
tlf 92226270

STILLAS TIL LEIE. Vi monterer også. Ring for tilbud, eller besøk nesoddenstillas.no
NESODDEN STILLAS
Tlf/ SMS: 95 22 22 63

Lyse og fine nyoppussede kontorer i 2. etg. til leie på Fagerstrand. Fellesrom og wc. 82-109 m² + mulighet for lagerplass/container eller uteplass i tillegg. God parkering. Ring 90 57 90 29 for avtale om visning. Kløftaveien 104

MALE HUSET I ÅR?
Vi har noe ledig kapasitet. Ring oss i dag for gratis befaring og pristilbud!
MALER 1 - NESODDEN
Tlf/sms: 95 22 22 63

Vi tar på oss store og små oppdrag. Send en mail til Nesodden Hus og Hage as, post@nesoddenhusoghage.no.
Vakttilf, Samir: 95124815

Erfaren flislegger, maler, murpusser, bosatt på Nesoddtangen. Ta kontakt: ardiani@libero.it
Tel: 948 06 187

AKTIV BYGG OG BAD AS

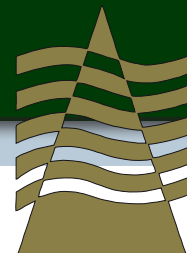
Tømmer Baderom
Vinduer og dører Membran

950 78 087

Malerfirma SAMCOM AS
Inn- og utvendig malerarbeid

Vi gjør din bolig vakker!

Tlf. 99 37 39 99
www.samcom.no – post@samcom.no



Nesodden kommune har tatt konsekvensen av at man vanligvis blir mer og mer utsatt for fysiske plager etterhvert som årene går.

I mars i år ble det derfor etablert et nytt helse-tilbud for Nesoddens eldre. Et prisverdig tiltak som forhåpentligvis når ut til de som virkelig trenger det. Det nye helsetilbudet har en egen sammensatt gruppe som favner et mangfoldig tilbud:

fysisk trening, kosthold, bosituasjon, sosialt nettverk, praktiske hjelpemidler – ja, i det hele tatt – hjelp til det meste av de utfordringene dagliglivet kan by på når man er kommet opp i årene.

I vår digitale verden er det positivt at tilgjengelig-heten også er forsterket gjennom en egen kon-takttelefon:

908 97 467

(tirsdager og torsdager kl. 1300 - 1500)

Her kan du blant annet få tilbud om å ta en funksjonstest, hvis du føler behov for det.

Muskelmassen svekkes med årene og undersøkelser viser at aktivitets-nivået minker etterhvert som man eldes. Kombi-nasjonen av en mer stillesittende livsstil og svek-ket muskelmasse kan bidra til redusert mobilitet og flere helseutfordringer i alderdommen.

En funksjonstest vil kunne avdekke behov og kan gi grunnlag for en mer personlig behandling. Det finnes allerede et godt etablert trenings-tilbud for de som etter en funksjonstest får motivasjon til å bli mer aktive.

Det nye helsetilbudet vil kunne orientere deg nærmere om dette prosjektet, kalt: **STERK OG STØDIG.**

Nøl ikke med å gripe telefonen dersom du mener at dette kan bidra til å gi deg et mer aktivt liv, både fysisk og sosialt!

Lykke til!

Tor Fagerland
Redaktør

