



Till höger "sveper" Anders Selmqvist och Hampus Boo hoppar över.

## Aktivt föreningsliv lockar många

I Höganäs kommun är föreningslivet synnerligen aktivt och täcker alla möjliga intressen och smakriktningar. Här finns allt från stora idrottsföreningar med flera hundra medlemmar till små specialföreningar med några få aktiva entusiaster.

En av de idrottsföreningar som finns i kommunen är Kullen Kampidrottsförening. De bedriver träning i juniortaido för barn från sju år, samt taido och kampjutsu för ungdomar från 13 år och vuxna. Föreningen startades 2002 och all grundverksamhet finns på Höganäs Sportcenter i Lerberget. Antalet medlemmar är omkring 85 och många av dem är barn och ungdomar.

Syftar till personlig utveckling Micke Korthis, som är huvudinstruktör i taido och kampjutsu, berättar att taido är en kampidrott som syftar till personlig utveckling. Kampjutsun handlar om självförsvar och har till skillnad från taidon mer fysisk kontakt.

– Taido kallas för en tredimensionell kampidrott, eftersom de stundtals akrobatiska attackerna kan ske både från marken, stående eller i luften, tillägger Micke. Träningen utövas i en lokal som kallas dojo, som är speciellt anpassad för kampidrott.

Lekfull träning för yngre Louise Stjernquist, en av tränarna i juniortaido,

berättar att juniortaidon är anpassad för barn mellan 7–12 år.

– Grundtanken med juniortaidon, säger Louise, är att det ska vara enklare och fokuserat på barnens rörelseglädje. Genom den lekfulla kampidrottsträningen utvecklas samtidigt kroppskänedom, självkänsla och självförtroende.

– Även gruppdynamiskt främjande färdigheter och uppförande vävs in i juniortaidoträningen. Kullen Kampidrottsförening anordnar också olika evenemang och medlemmarna har även möjlighet att delta i läger och tävlingar, avslutar Louise.

Föreningar inom många områden Förutom ett stort antal idrottsföreningar finns föreningar inom områdena musik, teater, natur, byaföreningar, handikappföreningar och mycket mera. Vill du veta mer om de olika föreningarna i kommunen finns mer information i föreningsregistret på kommunens hemsida [www.hoganas.se](http://www.hoganas.se) (se Kultur, bibliotek & fritid – Föreningar).

## Kommunpraktikan

I boken Kommunpraktikan, som delas ut till alla hushåll i Höganäs kommun, kan du läsa om vilken service kommunen erbjuder.

Boken ger information om kommunens olika verksamheter och berättar vad skattepengarna används till. Varje förvaltning presenteras på sina

egna sidor. Kommunpraktikan är ordnad från A till Ö för att det ska vara enkelt att hitta.

Den senaste upplagan av Kommunpraktikan gavs ut i januari 2009 och finns att hämta i stads- husets reception, som har besöks- tid vardagar kl 08.00-16.45. Du kan även kontakta oss på tel 042-33 71 00.

# Fixar-Malte ger vaktmästarhjälp till äldre



Fixar-Malte är populär bland äldre som behöver hjälp med tillfälliga sysslor.

Sedan år 2000 är det möjligt för pensionärer i Höganäs kommun att få tillgång till vaktmästarhjälp. Syftet med hjälpen är att eliminera risken för fallolyckor i det egna hemmet.

Vaktmästaren kan hjälpa till med olika tillfälliga sysslor som att byta gardiner, halksäkra mattor, byta glödlampor, flytta fram soptunnor och liknande.

Vaktmästarhjälp är avgiftsfri och eventuellt material tillhandahåller du själv.

Höganäs först i landet

Höganäs var den första kommunen i landet som inrättade denna populära tjänst, som har fått namnet "Fixar-Malte" efter Malte Larsson som innehar vaktmästartjänsten här i Höganäs. Många andra kommuner över hela landet har också infört en "Fixar-Malte".

Mer information

Om du vill ha mer information om kommunens vaktmästarhjälp kan du kontakta kommunens äldreinformator på tel 042-33 72 40.

Du kan även nå Malte Larsson direkt på tel 070-370 75 03.

## Kvalité och omtanke nära dig

Välkommen till Vårdcentralerna i Höganäs

Vårdcentralen Delfinen  
Stinsens Trädgårdsgata 21  
042-406 03 60  
[www.vardcentralendelfinen.se](http://www.vardcentralendelfinen.se)

Vårdcentralen Sjöcrona  
Decauvillegatan 2  
042-406 03 00  
[www.vardcentralensjocrona.se](http://www.vardcentralensjocrona.se)

[www.sokprimarvardskane.se](http://www.sokprimarvardskane.se) – här hittar du alla våra vårdcentraler, distriktssköterskemottagningar, barnavårdscentraler (BVC), ungdomsmottagningar (UM) och övrig verksamhet inom Primärvården Skåne.



 **Primärvården Skåne**  
En del av Region Skåne

[www.primarvardenskane.se](http://www.primarvardenskane.se)

## I Höganäs har vi tid för din ekonomi

Ring och boka tid hos oss på 042-38 64 40 eller fyll i vår intresseanmälan på [www.handelsbanken.se/hoganas](http://www.handelsbanken.se/hoganas)

**Handelsbanken**

## BULLERBYNS FÖRSKOLA

Ett föräldrakooperativ i det lilla formatet

Här arbetar 3,25 pedagoger med egen kokerska naturinspirerat.

Kooperativet, som är det äldsta i kommunen, har plats för 18 barn i åldern 1-6 år

Välkommen att ringa 042-33 10 70 för att få veta mer.



**På Brunnby Skola**

får eleverna individanpassad undervisning med hög kvalitet.

Arbets- och utomhusmiljön är behagliga på skolan, som startade 1992.

Det finns två förskoleavdelningar, förskoleklass och grundskola åk 1-9.

Vår välutbildade personal har lång erfarenhet och ger eleverna bästa tänkbara förutsättning för att inhämta kunskap.

Välkommen att kontakta rektor Lena Lövgren Ståhl  
E-post: [lena.lovgrenstahl@telia.com](mailto:lena.lovgrenstahl@telia.com)

Tel: 042-34 60 11