

## Åke – handlaren i Tibble



I 22 år har Åke Lathi varit butikchef i Coop Konsum i Tibble och i slutet av september går han i pension. Under dessa år har han lärt känna de flesta som bor i området och de flesta vet vem Åke är.

– Här bor Sveriges bästa kunder som alltid är glada och trevliga, säger Åke. Varje dag är det en fröjd att gå till jobbet. Det är mötet med kunderna som jag kommer att sakna mest nu när jag nu blir pensionär.

### 47 år i Kooperationen

1962 började Åke som springpojke i Pajala Konsum. Han avancerade sen till att få köra Konsumbussen i Pajala och Övertorneå. 1969 flyttade han till Stockholm. Här har han jobbat i ett flertal av Konsumentföreningen Norrorts butiker. Domus i Märsta, Konsum Rondellen och Sigma i Väsby, Konsum Brännbo i Sigtuna och Domus i Vallentuna är några av de butiker där Åke varit.

– Om jag ska sammanfatta vad jag tycker är viktigast så är det att kundbemötandet är på topp. Kunderna ska alltid känna sig välkomna och tas emot med öppen famn. Dessutom ska man trivas i rollen som försäljare om man ska jobba i butik, berättar Åke.

### Butiken och Tibble har en lysande framtid

– Den senaste ombyggnaden har också slagit väl ut. Våra medlemmar ger oss beröm dagligdags för att butiken blivit ljus och luftig. Sortimentet är trimmat efter våra medlemmars köpvanor och önskemål, fortsätter Åke.

Åke Lahti, Coop Konsum Tibble

Vi har fortfarande ett brett sortiment på färskvaror och ekologi, men rensat bort en del varor som inte efterfrågades. Givetvis tar vi in varor som våra medlemmar vill ha. Vi har en bra dialog med medlemmarna om sortiment, skötsel mm.

– Min personal är riktiga pärlor. Vi har en bra kombination mellan erfarna och kunniga medarbetare och mellan nya och ”hungeriga”. Kundmötet är A och O och det vet alla som jobbar här, berättar Åke.

Utvecklingen i området är också positiv för butiken. Det kommer att byggas bostäder och fler barnfamiljer flyttar in i området. Även ett nytt äldreboende är planerat för Tibble. Eftersom butiken ligger i ett bostadsområde så sker den största försäljningen på kvällar och på helger.

Konsumentföreningen vill tacka Åke för alla år som han jobbat i föreningen och hoppas att han får härlig tillvaro som pensionär.



## Skördefest i Valsta Märsta

Lördag den 19 september kl. 11 – 15 i Vattentornsparken.

Medverkande är koloniföreningar, invandrarföreningar, kulturföreningar och producenter av olika slag. Här kommer att finnas både när- och lokalproducerat och producerat i regionen.

Fruktar och grönsaker blandas med hemslöjd och hantverk. Ekobönder medverkar med produkter från sina gårdar.

En annan aktivitet som finns med är Ekostigen som beskriver hur maten kommer till från jord till bord med en tipspromenad och barnaktiviteter i form av att tillverka sin egen kokbok och göra fjärilsfångare.

Välkomna till en fullmatad skördefest med många olika roliga inslag.



## Fejkad mat eller äkta vara?

Välkommen på en föreläsning med Mats- Eric Nilsson, författare till böckerna; Den hemlige kocken och Äkta vara.

Vad innehåller maten?! E621, E614 och aromämnen eller är det rena oförfalskade råvaror? Mats-Eric kommer reda ut begreppen med tillsatser och ge tips till oss konsumenter. Det finns möjlighet att både köpa böckerna och få dem signerade på plats.

**Tisdag den 6 oktober**  
Kl. 18.30  
Kulturhuset,  
Centralvägen 9,  
Upplands Väsby

**Tisdag den 20 oktober**  
Kl. 18.30  
Folkets Hus i Kallhäll,  
Gjutarplan 2,  
Kallhäll



Mats- Eric Nilsson

Medlemspris 100 kr. Icke medlem 200 kr. Anmälan senast en vecka innan (29/9 och 13/10) till [norrort@kf.se](mailto:norrort@kf.se) eller 08-590 797 50.

# Lokal mat växer hos Coop

Mat från regionen är det varumärke som Coop använder för lokal mat och i stockholmsområdet heter det Med smak av Sverige.

Ett samarbete mellan LRF, Coop och några lokala organisationer resulterar i att det nu finns ett stort antal produkter som är när och lokalodlade i alla Coops butiker och stormarknader.

Det känns bra att det finns så många spännande delikatesser som tillverkas i närområdet, när efterfrågan ökar. De producenter som finns samlande i Mat från Regionen/Med smak av Sverige är kvalitetssäkrade hos Coop och antalet producenter ökar ständigt. Till följd av detta kommer det ständigt nya produkter till Coops butiker och stormarknader. När du köper Mat från regionen vet

du att produkterna är närtillverkade. I varor som inte är processade kommer 100 procent av varan från regionen. När det gäller sammansatta produkter och färdiga maträtter är minst 80 procent av varan från svenska råvaror och primärt råvaror från regionen.

– I ett samarbete mellan Konsumentföreningen Norrort och KRAV kommer det att under hösten hållas aktiviteter i några av föreningens större butiker, säger Rosie Karlsson, som ansvarar för dessa frågor i Konsumentföreningen Norrort.

Syftet med dessa aktiviteter är att beskriva att alla butiker och stormarknader är



KRAV-certifierade och samtidigt lyfta fram när- och lokalproducerat. Här kommer det att visas vilka produkter som finns i just din butik.

Rosie tipsar också om att det planeras ett antal minimarknader runt några butiker i vårt föreningsområde med producenter som visar på sitt sortiment och säljer direkt till medlemmarna, så håll utkik i din butik!

## Matglädje i Konsumhuset!



Här är höstens matlagningsträffar med Matmästare Sander Johansson. Platsen är som tidigare vårt utbildningskök på Optimusvägen 21 i Upplands Väsby. För samtliga tillfällen gäller att vi startar kl. 17.30 och är färdiga ca kl. 22.



Sander Johansson

### Onsdag 30/9 – Skaldjur

Hösten inleds med västkustens alla läckra skaldjur. Vi lär oss öppna ostron och krabba. Serverar skaldjur i sitt eget skal med passande såser och tillbehör samt avslutar givetvis med dessert!

### Onsdag 18/11 – Sydfranskt

I Frankrike har årets vin skördats och vi lagar sydfranska rätter med inslag av oliver, insaltade citroner och musslor från Camargue. Givetvis ostar och en tarte till dessert.

### Tisdag 27/10 alt. onsd. 28/10 – Vilt/höstbuffé

Jakt, svamp och bär. Skogen ger oss fantastiska råvaror på hösten. Vi komponerar en läcker höstbuffé med vilt på gryta och annat passande med svamp, lingon och hjortron.

### Onsdag 9/12 – Nyårsmeny

Förra hösten visade Sander hur vi kunde laga ett annorlunda julbord. Nu ger han oss chansen att anordna en spännande nyårsmeny.

### Tisdag 10/11 – Zambiskt

Sander har stort intresse för afrikansk mat och särskilt den zambiska. Enkel att laga och ändå så god. Vad sägs om t ex grillad banan med chili och hackade pumpablad med jordnötter. En spännande kväll!

Kostnaden per tillfälle är 450 kr. I priset ingår allt. Förstklassiga råvaror som Sander väljer ut och passande dryck till de olika maträtterna. Recept och diplom. Till det en trevlig samvaro med de andra deltagarna både när vi gemensamt tillagar de olika rätterna och givetvis när vi avnjuter det vi åstadkommit!

Vi tar emot 20 personer per tillfälle och det är först till kvarn som gäller. Det innebär ett telefonsamtal till Eva på 08-590 797 51 eller ett mail till eva.magnusson@kf.se. Din anmälan vill vi ha minst två veckor före respektive tillfälle.

## Skåneresa med mera



Följ med på en intressant resa där du bl a får uppleva ett riktigt Gåsagille, ett besök i Köpenhamn och en visit på Döderhultarmuseet i Oskarshamn.

Vi bor på gemytliga Röstånga Gästgivargård vid foten av Söderåsen, i omedelbar närhet till Nackarpsdalens bokskog.

I priset ingår: reseledning, bussresa, färja Helsingborg-Helsingör, resa över Öresundsbron. Logi i 2-bäddrum med dusch/wc, 2 frukostar, 1 lunch (dag 3), 2 middagar varav en gåsamiddag, kaffe med smörgås (dag 1). Dans, besök i Köpenhamn, inträde Döderhultarmuseet.

Avresa: 6-8/11 (fredag-söndag)

Medlemspris/person: **3 195 kr** Ord. pris: 3 495 kr

Max 2 pers/Coop MedMera.

Läs mer om resan på [www.ekmanresor.se](http://www.ekmanresor.se). Bokning 08-15 95 75.

## The terracotta woman

Marian Heyerdahl  
Edsviks Konsthall i Sollentuna

Öppet: tisdag – söndag kl. 11-17  
(Lördag – söndag öppen visning kl. 13 och kl. 15)



*Bakifrån ser de ut som originalen, terrakottasoldaterna från Xi'an i Kina. Men framifrån är de kvinnor, vi möter dem i naturlig storlek. Det är sammanlagt 57 skulpturer var och en med personlighet och sitt särskilda budskap.*

*– Jag har skulpterat dem för att uttrycka min kärlek till freden, säger Marian Heyerdahl.*

Medlemserbjudande:

**Visa ditt Coop MedMera och gå in två personer för 80 kr!**

Ord. pris/st: 80 kr

Läs mer på [www.edsvik.com](http://www.edsvik.com)

## Höstmarknad på

### Bro Glasbruk

**Söndag**  
**20 september**  
**kl. 11-15**

Program och medverkande hittar ni på [www.kf.se/norrort](http://www.kf.se/norrort) eller [www.broglasbruk.se](http://www.broglasbruk.se)



## Laga mat med dina barn

Samtidigt som vi lagar mat pratar vi om näringsbehovet för barn i åldrarna 2-10 år. Hur måltiderna bör fördelas under dagen samt alternativ till läsk och godis. Under höstens fem träffar lagar och äter vi näringsriktig frukost, mellanmål, fiskrätter, grönsaksrätter samt avslutar med några lite mindre onyttiga kakor/efterrätter. Matvaror och läroboken "Vad blir det för mat" ingår i kursens kostnad.

5 träffar x ca 2 tim, tisdagar kl. 16.30 - ca 18.30.

Kursstart 15/9. Ett barn/en vuxen per anmälan.

Kostnad: 675 kr

Öppna Förskolan, Skolvägen 10 i Bro

Anmälan: ABF Kungsängen 08-505 868 60, [gunilla.lovmark@abf.se](mailto:gunilla.lovmark@abf.se)



Ett arrangemang i samarbete mellan ABF Norra Stor-Stockholm och Konsumentföreningen Norrort



Flera medlemserbjudanden hittar du på [www.kf.se/norrort](http://www.kf.se/norrort)

Har du frågor om och synpunkter på Coops butiker, ring 020-71 10 10, vardagar kl. 9-16. Frågor om Coop MedMera, ring 0771-63 36 00, vardagar 9-17.

