

Slí



Hälsans Stig

Riksförbundet
HjärtLung

TECKENFÖRKLARING

- Hälsans Stig
- Km-skytt
- Infotavla
- Parkering
- Busshållplats
- Fotbollsplan
- Idrottsplats
- Tennisbana
- Ishall
- Simhall/friluftsbad
- Bibliotek
- Café
- Vårdcentral
- Jakobsbergs station
- Apotek
- Fornminne
- Information Järfälla i kommunalhuset



Slí ~ Hälsans Stig JÄRFÄLLA



Välkommen till Hälsans Stig, natursköna slingor i omväxlande miljö med varje km utmarkerad. Haka på var du vill och räkna själv ihop hur långt du har promenerat. Slingorna i Järfälla är 6 respektive 4 kilometer.

1995 etablerades den första Hälsans Stig (Slí na Sláinte) på Irland av irländska Hjärtfonden. Tanken är att uppmuntra folk i alla åldrar att motionera.

Hälsans Stig i samarbete med Hjärt- och Lungsjukas förening i Järfälla/Upplandsbro. Alla Hälsans Stig-kartor finns på Riksförbundet HjärtLungs hemsida: www.hjart-lung.se



Järfälla Kommun

Välkommen till Hälsans Stig!

VIKSJÖSLINGAN

Jakobsbergs station

Jakobsbergs station och stationshus öppnades 1876, samma år som Västeråsbanan invigdes. Tunneln under stationsområdet stod klar 1971. Vägguksmyckningen "Solkatt" är utförd av Margareta Carlstedt.

Kvarnen och Kvarnbacken

På platsen har det funnits en kvarn sedan 1700-talets slut. På 1840-talet byggdes en ny kvarn av holländsk typ, med vridbar huv som kunde ställas in efter vindriktningen. Kvarnen som står här idag är en kopia av denna kvarn. På Kvarnbacken ligger Järfällas största gravfält från yngre järnålder (ca 500-1100 e Kr), med ca 90 synliga anläggningar. Kvarnbacken är också en omtyckt plats för Valborgs- och midsommarfirande.

Järfälla sim- och sporthall

Sporthallen invigdes 1967 medan simhallen stod klar 1971. Skulpturen på gårdsplanen heter "Spelarna" och är utförd av Ingmar Hellgren 1970.

Fastebol och Andeboda

Slingan passerar platserna för Fastebols gård (känd från 1538) och Andeboda torp (känt från 1665). Ändelsen -bol eller -boda betyder i detta sammanhang gård eller nybygge, medan Faste och Anders båda är mansnamn. Fastebol betyder alltså Fastes gård medan Andeboda står för Anders gård eller kanske snarare nybygge, eftersom torpet hörde till Viksjö gård. Den förste kände brukaren hette också Anders. Både Fastebol och Andeboda var bebodda till 1800-talets mitt. Idag finns rester av hus- och källargrunder kvar.

Viksjö centrum

Viksjö började exploateras 1967 och kallades då för Sveriges största småhusstad. Planeringen var mycket tidstypisk, inte minst ur trafiksynpunkt. Biltrafiken leds runt på större vägar och ingen genomfartstrafik förekommer i bostadsområdena. Ett väl utbyggt nät av gång- och cykelvägar finns. Ett annat kännetecken i planeringen är att hustomterna är relativt små, då man istället har sparat mycket av den ursprungliga vegetationen mellan bostadskvarteren. Viksjö centrum stod färdigt i början av 1970-talet, men har på senare år byggts om, likaså har nya bostadshus uppförts.

Draken

Vid Fastebolskolan, som stod färdig 1972, finns en lekskulptur i form av en drake. Den är gjord av den danske skulptören Knud Andersen, som döpte den till Ofelia. På andra sidan Viksjöleden ligger Viksjö gård. I gårdens närhet fanns flera gravfält, som nu är utgrävda, och som visar på ett förhistoriskt ursprung. Huvudbyggnaden är förmodligen från 1700-talets början, men har byggts om senare.

Kvarnvallen

Kvarnvallen med fotbollsplaner, ishall och tennishall påbörjades 1972. I området ligger också Graningevallen, en eluppvärmd fotbollsplan med konstgräs som invigdes 2002.

SÄBYSLINGAN

Jakobsbergs station – se även Viksjöslingan

Säbyslingan startar invid Järfällas gamla kommunalhus, uppfört 1949 efter ritningar av arkitekten Wolter Gahn. I huset inrymdes förutom kommunalexpedition och tjänsterum också en provinsialläkarmottagning samt lokaler för mödra- och barnavård.

Fåren

Fåren som inbjuder till lek är gjorda av skulptören Mats Eriksson 2002. De finns invid Nibble förskola, som stod färdig 1971.

Järvafältet och Säby gård

Järvafältet köptes i början av 1900-talet av staten för militära ändamål. Marken övergick 1971 till Järfälla och är sedan 1987 är naturreservat. Den vackra lindallén leder upp mot Säby gård. Huvudbyggnaden med flyglar samt stall och magasin är byggnadsminne. Säby är av förhistoriskt ursprung. Den nuvarande huvudbyggnaden uppfördes på 1650-talet av Shering Rosenhane. Han hann dock inte njuta så mycket av sitt Sheringsberg, som han kallade gården, eftersom han avled innan den stod färdig. Hans efterlevande ordnade en så påkostad begravning att de måste sälja Säby för att kunna betala skulderna.

Runristningen vid Säby gård

Om du gör en avstickare från Hälsans Stig och istället följer stigen utmed kolonilotterna så kommer du strax fram till en runristning i berget. Den är från 1000-talet och texten lyder "Vilfrid lät hugga denna håll efter sin broder Tärv, och Munde efter sin svåger". Runstenarna placerades på platser där de kunde ses av många förbipasserande, t ex utmed vägar eller invid broar och vadställen.

F 8 – Barkarby flygfält

Under åren 1938-1974 låg här Kungliga Svea Flygflottilj och Kungliga Svea Flygkår. Mellan 1974-1994 fanns krigsbasverksamhet på Barkarby. Många av flottiljens byggnader finns fortfarande kvar, uppförda i en stram funktionalistisk arkitektur. Efter nedläggningen förvärvade Järfälla kommun merparten av marken, med tanke på framtida byggnation. På flottiljens mark började också Barkarby Handelsplats växa fram under 1990-talet.

Jakobsbergs sjukhus

Jakobsbergs sjukhus stod färdigt 1970. Idag finns här bland annat vårdcentral och närakut.

Riddarparken

Riddarparken anlades 1994-95 och är ritad av landskapsarkitekten Ulf Nordfjell. Den fick Siena-priset 1996 för årets bästa utemiljö. Planteringarna är uppbyggda i en färgskala från varmt gula och röda blommor i söderläge till rödlila, blått, grålila och vitt i skuggläge. Växterna är valda så att varje årstid har sin blomning. Vintertid ger istället fröställningarna karaktär och spänning åt planteringarna.

Jakobsbergs centrum

Marken har tillhört Jakobsbergs gård, sedan 1919 Jakobsbergs folkhögskola. Här bedrevs jordbruk fram till 1925. Efter nedläggningen styckades marken till villatomter. Villakvarteren revs dock när centrum byggdes. Det första höghuset var Apotekshuset som stod färdigt 1959. Utbyggnaden skedde i etapper och omfattade förutom bostadshus ett flertal småbutiker samt Epa, Domus och Metro. 1993 invigdes Jakobsbergs galleria, efter ombyggnad och inglasning.

Har du frågor eller synpunkter som rör Hälsans stig i Järfälla är du välkommen att kontakta Järfälla kommun, tel 08-580 285 00 eller www.jarfalla.se