

Tidningen för oss på och kring Luthagen

# Luthagsnytt

**Nr 1** FEB 2012 ÅRG. 7  
www.luthagsnytt.se



## Stabby Pojkhem

Sixten Eriksson berättar sid 6

## Vykort från Läsekretsen

Seniorer på äventyr! sid 10

## Luthagens Dog-Lady

Lillreportrarna träffar Bi Hallberg sid 14

## Handelsbanken

Din lokala bank i Luthagen

Handelsbanken Luthagen  
Ringgatan 35  
018 572230  
[www.handelsbanken.se/luthagen](http://www.handelsbanken.se/luthagen)



# INNEHÅLL

Kalendarium.....	4
I Fokus: Vinprovningar i valvet .....	5
Stabby Pojkhem .....	6
Vykort från Läsekretsen .....	10
Uppslaget.....	12
Jag och min hund.....	14
Mattssons Mat: Get och getost.....	16
Fågelrapporten: Skogsduvan .....	18
Peders KröniKåseri.....	20
Tengborns På banvallen .....	21
Hot News från Tibble .....	22
Läsarsidan.....	23



## Ettan

Arbetet på dotterns hästgård håller kroppen i trim. Sixten Eriksson, 82 år, var föreståndare på Stabby pojkhem under 60-och 70-talet. Läs mer sid 6.



## Här finns tidningen:

### LIVSMEDELSBUTIKER

- ICA Luthagens Livs
- Konsum Ringgatan
- ICA Folkets Livs
- Nelins (Börjetull)

### ÖVRIGA

- Handelsbanken Ringg
- Swedbank Geijersg.
- Stabby Spel & Tobak
- Rogers mack Klangs gränd
- Stabby Prästgård

- Karins Skafferi
- Konditori Savoy
- Runneviks Cykel
- Leffes Cykel
- Brostugan
- Rest Arom



På luthagsnytt.se:

### TIDIGARE NUMMER

Senaste och tidigare nummer av Luthagsnytt finns på [www.luthagsnytt.se](http://www.luthagsnytt.se). Läs online eller ladda ner PDF!

### PRENUMERERA

För dem som önskar få sin tidning i brevlådan går det bra att teckna en prenumeration (119 kr helår/6 nr) direkt på [luthagsnytt.se](http://luthagsnytt.se).

### TIPSA OSS

Stort som smått. Artikeluppdrag, insändare, skvaller..

### ANNONSERA

Kontaktinfo finns på sid 23. Annonsmått och priser hittar du på [luthagsnytt.se](http://luthagsnytt.se) under annonsera.

# Curves

## 30 minuter träning för kvinnor

Kontakta oss så berättar vi mer

Seminariegatan 26

Tel: 018-550 111

E-post: [upsala.libroback@curves-sverige.se](mailto:upsala.libroback@curves-sverige.se)

[www.curves-sverige.se](http://www.curves-sverige.se)

Café & Second hand

# Capella

Kooperativet

Rackarbergsg. 10  
bredvid Folkes Livs

Vi har både  
hämtservice  
och utkörning

## NYHET

Smörgåstårter till beställning,  
pris: 45 kr/bit

Bokrea  
**50%**

### Öppetider:

Mån-Tors 11-18  
Fredag 11-16  
Sista Lörd  
varje mån. 11-15



Besök vårt kafé och smaka  
på hembakt kaffebröd!  
**Beställ även för avhämtning!**

Tel: **50 45 40**

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

## Välkomna!



## KVÄNUM KÖK UPPSALA

I utställningen finns inspirerande miljöer med det senaste inom design och funktion. Hos oss möter du dessutom kvalificerade inredare som hjälper dig att förverkliga dina drömmar.

Kvänum kök Uppsala | Svartbäcksgatan 39 | 018-12 33 50

mån-tis 11-17      fredag 11-16  
ons-tors 11-18      lördag 10-14 (jäмна veckor)

 **Kvänum**  
WWW.KVANUM.SE

## Biotopia

### 18-26/2 kl 11-17 Sportlov med holkverkstad

På sportlovet blir det holkverkstad i biolabbet. Vi säljer byggsatser till självkostnadspris som du sätter ihop, målar och tar hem. Med lite tur flyttar det in en talgoxe eller nötväcka till våren. För uggleintresserade finns några byggsatser till kattuggleholkar. Grill-eld och snöskulpturer i Vasaparken.

### 20-26/2 kl 10-16 Barnens snöskulpturfestival 2012

Kom och skär, gräv, putsa, hacka, stampa och gnugga fram form och liv ur snön. Handledare, verktyg och en värmande brasa kommer att finnas varje dag. Skulpturparken invigs på söndagen kl 14. Vasaparken, utanför Biotopia. Arr: Studieförbundet, Uppsala konstnärsklubb

## Fyrisbiografen

**11 mars. kl 18.30**  
**The Sixpack-movie**  
Filmatseringen av boken Öl, vänner och tävningsspel, är en positiv berättelse från utkanten av det finska samhället.

### 16-18 mars Fransk filmfestival

Aktuell program:  
fyrisbiografen.com

## Stabby Prästgård

### Söndag 4 mars kl. 13-16

Bakdag  
Hårt bröd efter gammalt uppländskt recept bakas och serveras till kaffet. Musikcafé med Crescent City Jazz.

Programkvällarna på onsdagar börjar kl. 19.00 och inleds med föreningsinformation. Kaffeservering efter programmet, hembakat serveras till självkostnadspris.

**Onsdag 7 mars 19.00**  
Årsmöte. c.a kl.19:45  
K-märkt: Om konsten att skydda värdefulla byggnader och miljöer.

**Onsdag 4 april**  
Olrog i dur och moll  
Christer Åsberg, litteraturvetare och huvudsekreterare i Bibelkommissionen, presenterar i ord och toner folklivsforskaren och visskalden Ulf Peder Olrog, instiftare av Svenskt visarkiv.

**Prästgårdcaféet**  
Caféet håller öppet söndagar kl. 12-16 under fram till mars. Förutom servering finns möjlighet att köpa med sig skidpaket och sylt, saft och hembakat.

## Vindhems kyrkan

### Söndag 4 mars 11.00

Gudstjänst med små och stora, Birgitta Sundin Joachimsson, kyrkkaffe. Tre barn- & ungdomskörer.

### Onsdag 7 mars 10.00

Vardagsgudstjänst med Öppna förskolan Spiran, Ingrid Skärremo, kyrkkaffe.

### Söndag 11 mars 11.00

Högmässa, Gudrun Rosén, kyrkkaffe.  
.Fyris kammarkör

### Måndag 12 mars 13.00

Kvinnor för mission

### Söndag 18 mars 11.00

Högmässa, Birgitta Sundin Joachimsson

### Söndag 25 mars 11.00

Gemensam familjegudstjänst i Domkyrkan

### Måndag 26 mars 13.00

Kvinnor för mission

### Söndag 1 april 11.00

Familjegudstjänst med små och stora, Birgitta Sundin, Friska vindar, kyrkkorv.

### Stilla veckan

Passionsandakter 2, 3 & 4 april kl 18.00 & Skärtorsdag 5 april kl 19.00

### Påskdagen

**11.00**  
Högmässa Flöjt: Backa Anna

## SPF Luthagen

### Mån. 27 feb. kl. 13.30

**SPF Luthagens årsmöte**  
Vi träffas, väljer styrelsemedlemmar och funktionärer. Efteråt samlas vi till gemensam kaffestund. Årsmöteshandlingar kommer att delas ut i Ramund. De finns också tillgängliga på nätet.

### Mån 12 mars Ikonernas värld. Idéhistoria och dogmatik

Margareta Attius  
Sohlman är författare och forskare i slavisk kultur- och idéhistoria. Hon har lett flera resor i österled i ikonens tecken. I sin föreläsning kommer hon att jämföra ikonografin i olika ortodoxa traditioner och analysera ett par ikoner litet utförligare.

## Storgatan 11

Gamla tingshuset.

### Lö 25 feb. 14-15.30

Musikcafé: Vokalensemblen Uppslaget sjunger "Musik från när och fjärran" under ledning av Peter Melin

### To 1 mars 10-11

Hälsa: Phase 20. Kan mina besvär bero på biverkan av läkemedel? Ett frågeformulär som underlättar läkarbesök m m

### To 15 mars 10-11

Industriella kulturvetarvet Roland Agius berättar om Industristaden Uppsala

### Fr 16 mars kl 13-15

Allsång med Opalerna

### Må 19 mars 10-11.30

Pensionärspolitiska samtalsgruppen: Volontär, väntjänst, ledsagare, hemfixare... Moa Hast, verksamhetsansvarig vid Centrum för ideellt arbete (CIA), leder ut begreppen tillsammans med medarbetare

## Träffpunkt Ramund

### Fred. 9 mars, kl. 13.00

Kommunalstämorna underhåller med sång och musik

### Tis. 13 mars, 13.00

Tore Eklund berättar om sitt arbete som läkare i Tanzania

### Fredag 16/3

**10.00-11.30**  
Kom och låna böcker

### Måndag 19/3

**14.00**  
Med ryggen mot framtiden. Erik Lundberg och spelkamrater återupplivar våra musikminnen. Samarbeta med PRO

### Tisdag 20/3

**13.00**  
Bingo!

### Fredag 23/3 13.00

Allsång med Guy Bastin

### Onsdag 28/3 12.00-13.30

Kulturlunch Fyrisgården föranmälan senast 21/3

## Missionskyrkan

**Ons 29 feb 12.00**  
Lunchmusik. Gustaf Nordquist - solosångstonsättaren: Björn Ringström, sång & Gunnel Fagius, orgel/piano

### To 1 mars 13.15 - 14.45

Rum för tro och tvivel: Jag är Paulus, hedningarnas apostel  
Samtalsledare: Per Duregård

### Må 12 mars 19.00

Vad är en folkrörelse? F. talmannen Birgitta Dahl och journalisten och författaren Enn Kock berättar om nykterhetsrörelsen och arbetarrörelsen.

### To 22 mars 19.00

Nöd bryter lag? Land ska med lag byggas - en tes vi allmänt slår vakt om i vårt demokratiska samhälle, men finns det lägen, då vi bör bryta lagen just för samhällets och människornas skull?

ekeby  
hälsocenter

## BEHÖVER DU EN NY VÅRD CENTRAL?

Vårt Hälsoteam växer och har tid för dig. Nu med en psykolog, fler läkare och sjuksköterskor.

Vi har alltid **drop in**, alla vardagar 8-17. Välkommen till oss på Ekeby bruk A33!

**PS** Det går bra att **boka** tid också, ring oss på 018 611 08 00.



## Lista dig hos oss!

SMS 71700: "Lista (mellanslag) personnummer"

018 611 08 00

www.ekebyhalsocenter.se

Vi har avtal med Landstinget och samma avgifter som alla vårdcentraler. Högstkostnadskyddet gäller.



## Vårens vinprovningar i Valvet hos Stabby prästgård

**Karins Skafferi – Uppsala**  
Vinkällares populära vinprovningar fortsätter i vår. Första provningen – Italiensk smakresa 8 februari har redan varit och blev fulltecknad.

### 7 mars SYDAFRIKAS MÅNGFALD

Sydafrika är ett vinland med mycket nytänkande och massor av spännande viner. Vi provar allt från Pinotage, Sydafrikas "egen" druva till mumsigt dessertvin. Låt er inspireras av Karins matintryck från nyligen avslutad resa i Sydafrika.

### 21 mars SYDAMERIKA

Samborombon, en liten by förutan gata... denna kväll följer vi i Evert Taubes fotspår över Pampas. Mustiga viner från Sydamerikas trendiga vinländer. Smakprover ur det Sydamerikanska köket avrundar denna kväll.

### 18 april MOUSSERANDE VINER

Vad är skillnaden mellan en Cava, en Cremant och en äkta Champagne? På denna provning berättas om tillverkningen av Champagne och andra mousserande viner. Vi lär oss karaktärerna och diskuterar vilken mat som passar till. Vi provar en Cava, en Cremant och två Champagner. Avslutas med en värlig smakmeny med laxpaté, gravad lax och vårens första nässlor.

Alla provningar inleds med ett glas "bubbel" och i alla provningar ingår bröd och någon dessertost.

Eventuellt kan någon provning dubleras beroende på intresse...

Tider 19.00 – 21.00.  
Kostnad 480-500:-

Här sammanfattar vi de polisärenden som inträffat i våra stadsdelar sedan Luthagsnyttis förra utgivning.

#### 2012-02-15, Smitning på Enköpingsvägen

En bilist blir påkörd bakifrån på Enköpingsvägen i Flogsta. Den vållande bilen kör i hög hastighet från platsen. Vittnen såg bilen lämna Bärbyleden mot Takpannegatan. Polisen letar efter en röd bil, troligen Opel, utan resultat.

#### 2012-02-14, Inbrott på Vänortsgatan

En lägenhetsinnehavare på Vänortsgatan kommer hem och upptäcker att man har haft inbrott. Polis till platsen för anmälningsupptagning samt brottsplatsundersökning.

#### 2012-02-13, Krock på Luthagsplanaden

Lastbil och taxi har kolliderat i korsningen Sysslomansgatan/Luthagsplanaden. Polis samt räddningstjänst till platsen. Inga personsador.

#### 2012-02-12, Rattfylleri på Råbyvägen

I samband med en trafikkontroll blev en manlig förare född 1967 misstänkt för rattfylleri. Efter provtagning inne på polisstationen

bekräftades misstanken då det visade sig att mannen hade 0,26 mg/l alkohol i utandningsluften.

#### 2012-02-05, Inbrott i Ekeby

Ekeby Pizzeria har utsatts för inbrott. Oklart vad som är tillgripet. Polis är på plats. Anmälan om stöld genom inbrott upprättad.

#### 2012-02-04, Trafikolycka på Bärbyleden

En bilist körde in i vajerräcket på Bärbyleden. Bilen hamnade tvärs över vägen och stoppade trafiken tillfälligt. Ingen person kom till skada.

#### 2011-12-29, Våldtäkt, Rackarbetsgatan

En kvinna i 30-årsåldern anmäler att hon blivit utsatt för en våldtäkt i en lägenhet på Rackarbergsgatan. Händelsen skall ha inträffat natten till den 29:e.

Kl.10.30 greps en 26-årig man som varit anhållen i sin frånvaro misstänkt för brottet. Kvinnan är bekant med 26-åringen. Mannen fick efter förhör lämna polisstationen.

Källa: Polisen

## Johanna & Mat

Lokalproducerad och ekologisk mat för Catering & fest

Mobil: 0709-349578  
E-post: info@johannaochmat.se

johannaochmat.se

## Ritscher's Skomakeri

Prästgårdsg. 1, tfn. 55 80 32

- Alla slags skoreparationer
- Ortopediska arbeten
- Väskor, skinnjackor mm.



Jag rättar till dina snedsteg!

**ÖPPETIDER:**  
Mån-tors 10-17<sup>30</sup>  
Fre 10-14

## Lars Karlsson Bilverkstad AB

Här Finns vi!



Den kompletta allbilverkstaden med kompetens och kunnande

Hildur Ottelinsgatan 21 B  
(Nedanför Eriksskolan)

**018-54 35 60**

Vi är din hjälp i vardagen  
Låt oss skrapa, måla och snickra.

Hemmet Hantverk

Trädgård



Inga startavgifter eller bindningstider

**VETERANPOOLEN**

EN KONTAKT – ALL KOMPETENS

Uppsala 018-12 36 40

www.veteranpoolen.se Norrtälje 0176-29 45 96

Sixten Eriksson, 82, är still going strong: "Jag brukar reta min fru som går på vattengympa och betalar dyra pengar, medan jag mockar hästar här i stallet och får gratis motion och frisk luft på köpet!"



STABBY POJKHEM

# "Spring aldrig för S

Sixten Eriksson var föreståndare på Stabby Pojkhem under sextio- och sjuttioalet. Hemmet tog hand om ungdomar i en besvärlig familjesituation och hade hela Mellansverige som upptagningsområde. Sixten hade tillsammans med personalen att ansvara för ett gäng uppfinningsrika ungdomar som ofta hade annat på agendan än att sköta sig och göra läxan.

Sixten tar emot i sitt mysiga hem intill järnvägen i seminariet kvarteren. I trappen sitter välkomstkommittén i form av katten Fantomen och ser hotfull ut. Men han vill bara bli klappad försäkras Sixten:

– Fantomen sätter sig alltid mitt i trappen när någon kommer på besök. Om han inte blir klappad försvinner han och visar sig inte mer. Det samma gäller folk som luktar alkohol. Han är som en levande alkoholmätare.

Det bjuds på kaffe, kakor och bullar. Katten Fantomen (som blev vederbörigt hälsad) dåsar nu på fönsterbrädan.

## STORT UPPTAGNINGSMÅL

Stabby Pojkhem låg i korsningen Tiundagatan och Stabby Allé på en stor tomt med en egen åkerplätt. Den använde ungarna som mopedbana. Hemmet hade under 60-talet hela Mellansvenska regionen,

bestående av sju län, som upptagningsområde. Det var under denna period stor rörelse på hemmet. En del stannade bara någon vecka, andra längre.

– Det var ett mycket intressant jobb jag hade. Man fick ha ögonen både bakåt och framåt. Dom var ju skärpta, ungdomarna. En grabb som var

intresserad av radio satte ihop en radiosändare med vilken han kunde prata med polisen.

## FÄRG-TV VIKTIGT INKÖP

Sixten visar foton och dokument från tiden på pojkhemmet. Bland annat ett dokument från 1976 som bekräftar köpet av en "Färg-TV-mottagare". Nu

kunde pojkarna inte längre säga att de ville sticka hem till en kompis, för att denne hade färg-TV. Det var ett stort lyft för hemmet och bidrog till att ungdomarna i större utsträckning höll sig hemma istället för att driva på stan och göra otyg – till personalens fromma!

## TJEJER PÅ DAGORDNINGEN

Men det fanns annat som lockade också. Tjejer stod högt upp på agendan för tonåringarna på Stabby Pojkhem. Ett populärt utflyktsmål var Gunillahemmet på Kålsängsgränd dit de begav sig för att "fiska upp tjejer" som det hette, och dra vidare ner på stan. Även på Stabby Prästgård, som vid den här tiden fungerade som en ungdomsgård fanns tjejer.

Landstinget tilldelar med tiden Stabby pojkhem mer resurser vilket bland annat fick till följd att även tjejer kunde inackorderas. Därmed var det



” Jag och en medarbetare åkte runt till samtliga färgaffärer i stan. Det var bara en färghandlare som vägrade ställa undan flaskorna.



ixten!”

**STABBY POJKHEM** drev en viktig och framgångsrik omhändertagande verksamhet i mer än 20 år. Hemmet låg på en stor tomt i korsningen Tiundagatan och Stabby Allé.

#### FÖRESTÅNDARE 1965-1982

Anna Holmkvist var föreståndare på hemmet de första fem åren, Sixten Eriksson perioden 1965-1982. ”Anna gick verkligen in för att hjälpa ungdomarna. Hon var som en mamma åt pojkarna”, berättar Sixten.



Anna Holmkvist.



Sixten Eriksson.

inte lika aktuellt för pojkarna att gå till ungdomgården längre.

– Men då fick de ju se tjejernas rätta sätt att vara. De var ju så väldigt fina, söta och romantiserade innan. Men när de såg att de även kunde ha humör och fräsa ifrån, då drog dom öronen åt sig, berättar Sixten med ett skritt.

#### GRAMMONFONSKIVOR STALS I MÅNGDER

Många av pojkarna på hemmet hade problem i skolan och det fanns ett behov av att hävda sig på andra sätt:

– De kände sig i underläge och då försökte de skaffa sig lite pondus istället. Genom att gå ut och stjäla till

exempel. Grammofonskivor var väldigt populärt att ta i affärerna. Jag tog dom direkt innan de hade kommit inna för dörren, ”vad har du!” Jag har åkt tillbaka med många skivor tillsammans med ungdomarna genom åren.

#### SNIFFARGÅNG VID STABBY BACKE

I början på 70-talet gick det sniffärvågor bland ungdomsgången i stan och på pojkhemmet lades det ner stor möda och uppfinningsrikedom på att få tag på något sniffbart:

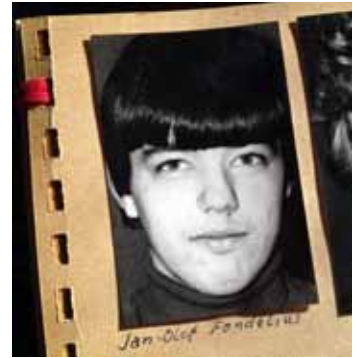
– De kunde sniffa thinner, de kunde sniffa solution, (som man lagar cykeldäck med) de kunde sniffa bensin. De satt

ofta uppe vid hopptornet i Stabby backe. Ett gäng på ett tiotal ungdomar. Och jag gick upp då och då och till stor förargelse tömde ut det där thinneret.

Thinner fick dom tag på i färgaffärerna.

– Jag och en medarbetare åkte runt till samtliga färgaffärer i stan. Det var bara en färghandlare som vägrade ställa undan flaskorna. Men hos alla andra fick man fråga efter det om man skulle köpa. Kastenholms på Ringgatan, där Spessito ligger idag, hade vi väldigt god kontakt med. Om ungdomarna kom in och skulle köpa något så ringde de mig. Jag kastade mig i bilen

*forts. sid 8*



Jan-Olof Fondelius (idag Andersson) bodde på pojkhemmet en period under 70-talet. Janne är övertygad om att hemmet för honom hade en avgörande betydelse. Sixten och Janne har fortfarande kontakt. Janne brukar följa med och hjälpa till med hästarna ibland.

#### OM POJKHEMMET:

– Hade jag inte haft pojkhemmet vet jag inte om jag levt idag, eller det vet man aldrig, men hemma kunde jag inte vara, då hade jag inte klarat av det här. Sen hade jag tur som fick praktik-plats på Shellmacken vid Grindstugan. På helgerna när de andra sov åkte jag iväg och jobba.

#### OM SIXTEN:

– Han var enastående, en klippa för hela hemmet. Sixten var som en extrapappa för mig. Frågade man fick man alltid bra svar och han gick inte vidare med det om det var privata grejer som man inte ville skulle komma ut. Sen var han ju på pojkhemmet jämt. Så fort man vakna var han där. Ingen ville ställa till nåt bråk för han var så snäll.

#### FAKTA

##### STABBY POJKHEM

Startades av Barnvårdsförbundet på 1960-talet i syfte att erbjuda ett tillfälligt boende för ungdomar med sociala missförhållanden i hemmet.

Togs under 70-talet över av en särskild barnhemstyrelse på Landstinget. Pojkhemmet utvecklades från ett upptagningshem för hela Mellansverige till ett mer renodlat behandlingshem med Uppsala Län som upptagningsområde.

Vid omorganisationen 1983 flyttades verksamheten till barnpsyk BUP i Kronparken.



### **Signe Thelin, kokerska 1965-1970**

Signe var bra på att engagera ungdomarna. De fick hjälpa till i köket, skala potatis eller vispa pannkakssmet. Hon brydde sig. Signe var också en diplomatisk begåvning och duktig på att ta folk. Hon jobbade sedermera på Andreas And, ett hem för äldre där det var lite finare service. En särskilt krävande biskopsfru accepterade inte assistans av någon annan än Signe.

och åkte dit och frågade vad de hade där att göra.

Ungdomarna maskerade sina köp hjälpligt:

– Det gick till så att efter avlöningen på lördag stack de till affärn och bad att få köpa en liten pensel, minsta lackburken – å så en liter thinner! Men expediten gick inte på det där. ”Ni får gärna köpa lackburken och penseln”, sa hon. Och dom sa jävla kärring vet du och gick vidare. Det var inte populärt!

### **SPRING ALDRIG FÖR SIXTEN!**

Sixten är bondpojck och växte upp på landet söder om Falköping. Van att arbeta hårt hade Sixten en bra grundkondition, vilket kom till nytta i arbetet som föreståndare på pojkhemmet, där rymningar hörde till vardagen.

– På den tiden hade jag rätt så bra kondition. Om ungdomarna hade varit ute och sniffat fick dom utegångsförbud ett

par dar. Men då skulle dom ju naturligtvis smita ner på stan tillsammans med dom som fick gå ut. Då hörde man från de andra ”Åh nu sticker han!” för en del var ju solidariska. Och jag ut och sprang ikapp. Efter ett par hundra meter stod dom

---

**”Då gick det till så att efter avlöningen på lördag stack de till affärn och bad att få köpa en liten pensel, minsta lackburken – å så en liter thinner!”**

---

och flåsade. Och jag låtsades stå där helt oberörd naturligtvis. Efter ett tag spred sig ryktet att ”spring aldrig för Sixten”. Och det där ryktet levde jag på sen. Dom stack aldrig. När det kom nykomlingar sa dom det att ”akta dig för honom, han springer ikapp vem som helst”.

### **TIPS FRÅN POLISMANNEN TORSTEN FALK**

– Jag lärde mig en bra grej när det gäller att springa ikapp folk av polismannen Torsten Falk. Vi hade en efterlysning på en grabb som var snabbast i trakten på 60 och 100 meter. Vi

flämta. Då sa polisen: ”Ska du springa så gör det nu”. För sen springer du banne mig inte en meter ifrån mig. Du har chansen nu, då får springa”. ”Nej, nej nej, jag ska inte springa” sa grabben. Han var hur snäll som helst efter det!

Då lärde jag mig att så länge dom springer, hetsa dom lite grann, spring efter men spring inte ikapp dom. Då tror dom att man inte orkar och då tar dom ut sig så dom nästan ramlar i en hög på backen. Då är det hur lätt som helst att ta dom i örat.

### **FRAMGÅNGSRIKA ÅR**

Av Stabby Pojkhems inskrivna gick 80% till det bättre, det vill säga tillbaks hem eller till fosterhem, att jämföras med rikssnittet på 50%.

– Vi hade kommit ett snäpp längre och det var jag ju väldigt stolt över, säger Sixten.

*Per Jonson*

# Mäklare Uppsala

## Johan von Pongrácz

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



## Nya bostäder vid Fyrisskolan

Upp till 60 lägenheter kan komma att byggas på Fyrisskolans nuvarande bollplan. Det är bolaget Luthagens Strand AB som förhandlar med Uppsala kommun om att köpa cirka 3 500 kvm och här uppföra lägenheterna. Kommer projektet till stånd så är tanken att ästråket samtidigt ska göras mer lättillgängligt på platsen, bland annat genom anläggandet av en gång- och cykelväg. Bollplanen

bedöms kunna flyttas till annan plats på skolfastigheten, preliminärt till en yta närmare Ringgatan.

Det är dock inte helt klart att bygget blir av. Kommunen ska före 31 december avgöra om marken behövs för skolans eller annan kommunal verksamhets behov. Skulle det visa sig vara fallet så behåller kommunen marken.

## Förtätning av Stabby

### Cementgjuteriet

Sedan någon månad har pålkranarnas dunkande byggen-skapan i gamla Cementgjuteriet väckt de kringboende. I ett par hus har folk flyttat in trots att det fortfarande och för år framöver är en enda stor byggarbetsplats. Läget gör bostäderna efterfrågade men det återstår att se om de planerade lägenheterna för +55-åringar fylls. Det har inte varit helt lätt för Uppsalahem på andra ställen för 40-talisterna tycker sig bo billigare i sina skuldfria villor än i en nyproducerad aldrig så anpassad lägenhet.

När området planerades sades att den sammanlagda lägenhetsytan var lika stor som hela Stabbys 50-/60-talsbebyggelse. Även om p-platserna grävs ned och huskropparna siktar mot stjärnorna så kommer förtätningen att kännas för de boende.

Det är fortfarande en öppen fråga var man ska hitta en hyresgäst till den 1 800 kvm livsmedelshall, som är inritad i planen. Flera kedjor har tackat nej. Nelins nya varuhall ligger ju bara några hundra meter däri-från och lär minska lusten att etablera sig i ett nybygge, som dessutom kräver stora investeringar och medför hög hyra.

### Blå Parken

Besqab har visat intresse att bygga bostäder på den västra delen av den kommunala marken mellan Stabby allé och

Prästgårdsgatan som vetter mot Tiundagatan. Tiunda IF har sitt kansli i den gröna baracken och är uppsagda däri-från. Likaså försvinner boulebanan och skridskobanan, som varit till stor glädje för barn i alla åldrar.

Innan vi Luthagsbor tänker leva upp till ryktet att alltid protestera mot allt vad byggande heter inväntar vi med spännt intresse vilka ersättningsbjudanden kommunen och Besqab tänker fresta med.

Det kanske till och med kan bli något bättre än nuvarande? Kanske vi kan "tjuvstarta" med de tankar som finns kring att lägga ut områden för idrott och fritid bortom den f d banvallen redan nu? Luthagsnytt informerar gärna i nästa nummer vad som är tänkt!

### Vad sägs om:

- Tiunda IF får hjälp att flytta sitt hus till fotbollsplanerna i Ekeby? Då skulle Tiunda få nära till träningen och VP dela med sig av sina omklädningsrum och istället få fina kansli lokaler
- Boulebanan förlägges direkt söder om Stabby prästgård just där vårt nya fina maskinspårade skidspår har sin startpunkt
- Isbanan flyttas till utrymmet till höger där gatstumpen Stabby backe passerar banvallen.
- Gatan in till Prästgården och P-platsen ägs, underhålls av hembygdsföreningen men nyttjas mest av motionärer. Då kanske kommunen kunde lösa in marken och stå för kostnaderna i likhet med andra omkringliggande gator?



start  
3/3

POWERCENTERUPPSALA

## INTENSIVKURS VIKTMINSKNING & TRÄNING

10 veckor mot en  
ny livsstil med  
PT och kostrådgivare.

Läs mer på

[www.powercenterupsala.com](http://www.powercenterupsala.com)

Vasagatan 1 c  
018-507770

PRIVAT  
TANDLÄKARNA

## Luthagens Tandvård

i Vasahuset



Tandvård i lugn miljö  
Allmän, akut och estetisk tandvård  
Implantat



Taxa enligt försäkringskassans referenspriser.

# Att resa dit näsan pekar – enbart för ungdomar?

Nej, jag vill påstå att äventyrliga resor passar utmärkt för nyfikna pensionärer! Vi kan vara lika obundna som 20-åringar mellan gymnasiet och högskolan, därtill lika sugna på upplevelser och tilltalade av måttliga kostnader.

*Marianne Mandahl*



Buss kan vara ett olämpligt färdmedel i Thailand.

**A**tt resa är att förflytta sig, för att kunna uppleva olika miljöer och kulturer, och här följer några av mina erfarenheter av detta.

Mina tre långresor (6-10 veckor under vintern) har gått till Sydostasien, där jag alltid känt mig välkommen och aldrig hotad som ensam kvinna på resa. Jag har rört mig över stora områden i Thailand, Malaysia, Kambodja och Laos med rådet att åka så lite buss som möjligt. Några närstående sade, att det är det farligaste man kan göra, åtminstone i Thailand. Från Burmas gräns utmed i stort sett hela thailändska västkusten in i Malaysia tog jag därför turbot från ö till ö. De yttre är riktiga snorkelparadis med fantastiska koraller och fiskar. Några öar har cashew-, gummi- och fruktplantager,

andra är klippor som reser sig rätt upp ur havet (toppar i en sjunken bergskedja). Närmast kusten är öarna platta och vanligen täckta av regnskog och omringade av mangroveskogar. Överallt finns fina sandstränder, men vattnet blir grumligare i Malaysia, öarna färre men större och häftigt trafikerade. Denna västkust var lämplig att utforska först. Många kan engelska, och det var lätt att skaffa boende (t ex en enkel bambuhydda för ca 100 kr/natt), hyra cykel samt boka snorkel- och paddelturer. Man får en naturlig kontakt med de bofasta, när man reser enkelt, som "backpacker". Säsongen börjar en bit in i november, men häftiga oväder kan ännu förekomma (fantastiska skådespel vid åska), så båtturer på öppet hav börjar senare. Då jag åkte med den allra första färjan till Thailands

sydligaste ögrupp, fick vi plocka upp passagerarna från en mindre båt som förlit. En motor hade skakat loss och rivit upp ett stort hål, så vatten forsade in och båten sjönk. Man bör lokalisera flytvästarna och ha sina kläder packade i vattentäta plastpåsar – som rutinerade långfärdsskrinnare.

**Med tåg kan** man förflytta sig långa sträckor. Natttåg är tidsbesparande, medan dagtåg i 3:e klass sparar pengar och bjuder på överraskningar i matväg. Vid varje station kliver nya försäljare ombord med fantasifulla rätter i bananbladspaket eller bamburör.

I norra Laos finns ingen järnväg. Landsändan är mycket bergig och glest befolkad. Mellan två städer for jag med buss i ena riktningen, 16 timmar på slingrig grusväg med

djupa spår efter regnen. Den fullsatta bussen, som var lastad med otaliga rissäckar och en motorcykel tronande på toppen, havererade i obygd, men lagades av chauffören. Täckt med ett rött damm, klev jag lättad av vid resmålet Phongsali. Den lilla staden låg på en bergsrygg med vidunderlig utsikt. Runt omkring odlades mest te (tidigare även opium) och där gick jag på gruppvandringar till byar som tillhörde olika etniska grupper. Med bara 30 minuters gångväg emellan kunde de ha olika dräkter, som bars även i vardagen, och olika språk! Vi mötte en dag kvinnor på väg till marknaden (en dagsmarsch) för att sälja bl a fisk som vi bytte till oss. Lunchen delade vi sedan med en familj, som tagit matpaus på ett fält utanför en by. Vid övernattningsbodde vi i skolan, byns samlingshus.



Madrasser lades på golvet och myggnät hängdes runt varje. Malaria finns i hela landet och mest i bergen utmed gränserna, så jag frågade guiden om han kände till den växt, som jag tidigare hört kunde användas. Jodå, han visade mig den. Vid misstänkt infektion drack man ett avkok, och det kliade ohyggligt överallt, om man inte var infekterad. Om man däremot hade malaria, kliade det inte. Då drack man tills det kliade, dvs man var botad. Jag föredrog att lita på min medhavda medicin! Efter många fina upplevelser inklusive ett bröllop, som guiden tog med mig på, var det dags för återfärd till den större staden, nu med traktens naturliga färdmedel: flodbåt. Tre dagsetapper med båtar, som går vid tillräckligt antal passagerare. Som tur var gick redan den första, och jag passerade många byar, som bara kunde nås vattenvägen. Mötande båtar forslade motorer och byggmaterial uppför de hisnande forsarna. Nedströms

för ris, thé och kycklingar. Kanske ibland även opium, för vi stoppades, måste visa pass och fick bagaget genomsökt av uniformerade och beväpnade män. Mestadels var det dock lugnt och vilsamt.

**Forsarna försåg** byarna längs floden med elektricitet genom att man hängt ut bambustötar som hade ett vattenhjul längst ut. Då det snurrade producerade en elgenerator ström, ungefär som på våra cyklar. Mellan forsarna var floden spegelblank, eftersom bergen runtomkring gav lä. Här fanns fiskfällor och man fiskade med nät från smala, färggranna båtar. Familjer samlade sjögräs och på frilagda flodbäddar odlades grönsaker i inhägnader av bambu. Vattenbufflar, kor, grisar och getter betade runtomkring. Floden var alltså livsviktig för folket i byarna både som transportled och för födan. För mig var den en enastående skönhetsupplevelse, vilket också resmålet

var : Louang Phrabang. Staden var tidigare landets kungliga huvudstad, den mest laotiska (ej dominerad av vietnameser och kineser), numera ett världsarv. Mängder av vackra tempel och kloster varvade med hus i fransk kolonialstil utgör stadskärnan: en halvö mellan Mekongfloden och en av dess bifloder, Nam Khan. Lite trafik gör den promenadvänlig och på hängbroar kan fotgängare ta sig över bifloden till en by bekant för sina skickliga vävare och en badplats. På kvällarna hålls utmed huvudgatan en hantverksmarknad, där vävda och broderade textilier samt silversmide från byarna runt omkring säljs. En sann ögonfröjd. Nattmarknaden med massor av god mat för en spottstyver ligger precis runt hörnet inne i en gränd. Man kan cykla ut till flera vackra vattenfall och att paddla kajak på Nam Khan är urkul. Jag hade dessutom turen att bli inbjuden till ett par privata musikevenemang : unga flickor, som sjöng

och dansade traditionellt samt en födelsedagsuppvaktning med sång och spel. Jag bara gick förbi på gatan och blev invinkad! Louang Phrabang känns tryggt med sin vänliga och avslappnade atmosfär.

**Ibland kan en** bokad flygtur vara befogad, t ex om man återvänder till Thailand. Då får man tillåtelse att vistas där i ytterligare 30 dagar, medan en gränspassage landvägen eller båtledes ger endast 15 dagar. Det kan verka lugnande på en resenär, men också stressande, om båtar till avreseorten bara går ibland och bussar inte alltid orkar hela vägen fram. Med ett turistvisum med tillstånd att resa in flera gånger i landet kan man känna sig säkrare.

PS. Luthagsnytt kan avslöja att Marianne Mandahl efter mellanlandning hemma på Tegnérsgatan nu är ute på en ännu längre och äventyrligare tur. Hon återkommer i kommande nummer.

# Just Nu 0:-

Tillsammans med Trygg-Hansa, så erbjuder vi nu alla försäkringstagare att reparera sina stenscott för 0 kr.

**RYDS**  
BILGLAS

**Svartbäcken**  
Svartbäcksgatan 75  
018-600 840

Vi finns även på:  
**Boländerna** 018-600 800  
**Fryslund** 018-101 540

**020-355 355**  
[www.rydsbilglas.se](http://www.rydsbilglas.se)



Gäller bilar som har minst halvförsäkring i Trygg-Hansa



## Antikt & Begagnat



**CAPELLA SECOND HAND**  
Rackarbergsg. 10. Tel: 50 45 40  
Öppet: Må-To: 11-18; Fr: 11-16;  
Sista Lör/mån 11-15.

## SIRIUS LOPPMARKNAD

Sturegatan 5  
Tel. 018 - 51 11 70  
ÖPPET: Mån-Tor 10-18,  
Fre 10-17, Lör 11-15



## Blommor



**FYRA ÅRSTIDER**  
Börjegatan 56A  
Tel. 018-555 223

## Bostadsförmedlare

**SVENSK FASTIGHETS FÖRMEDLING**  
SVENSK FASTIGHETS FÖRMEDLING  
www.uppsala.svenskfast.se  
Tel. 018-17 25 80

## Husdjur

**HUNDSALONG EUROPA**  
ALLA RASER VÄLKOMNA  
Geijersgatan 43  
Bokning: 018-500 999  
www.hundsalongeuropa.se



## Juridik, Arv & Begravning



**HUMAN JURISTERNA**  
Kyrkogårdsgatan 8B  
Tel. 018-129057  
www.humanjuristerna.com

## Kapital & Finans

**HANDELSBANKEN LUTHAGEN**  
Ringgatan 35  
Tel. 018 - 57 22 30  
www.handelsbanken.se/luthagen

**SWEDBANK**  
Geijersgatan 14  
Ring oss och boka tid:  
Tel. 018-17 36 36  
www.swedbank.se

## Kropp, Hälsa & Skönhet



Den lilla Vårdcentralen utan väntetider. Öppet året runt. Barnspecialist.

**FAMILJEDOKTORN**  
Telefon vard: 018 - 55 16 66 Sysslomansg. 15 B  
www.familjedoktor.se

## SALONG LUTHAGEN

**FRISÖR - NAGEL & MAKE UP STUDIO**  
Online bokning:  
www.salongluthagen.se  
Börjegatan 52 • 018 - 55 00 20

**SINNLIGT BARNMORSKEMOTTAGNING**  
Rundelsgränd 3C  
Tel: 018-60 01 86, www.sinnligt.com

**MAJA GRÄDDNOS BARNVÅRDSCENTRAL**  
Rundelsgränd 3C  
Tel: 018-12 35 04, www.majabvc.se

## Mat, Livs & Catering



**BEST OF SPAIN**  
Spanska delikatesser  
Geijersgatan 14B / 018-4447157  
www.bestofspain.se



**KARINS SKAFFERI**  
Delikatesser, sallader & smörgåsar  
Färskt bröd och kaffe  
Geijersgatan 15. Tel: 55 56 37  
www.karinsskafferi.se



**COOP KONSUM RINGGATAN**  
ÖPPET mån-lör 8-23, sön 9-23



**LUTHAGENS LIVS**  
www.ica.se/luthagens\_livs  
Tel: 56 56 56



**WWW.MARIASMIDDAG.SE**  
Vi hjälper dig med middagen till vardags eller fest.  
Tel. 0704 44 80 38



**NELINS FRUKT & GRÖNT**  
Börjegatan 70  
752 29 Uppsala  
Tel: 018-533444

## Restaurang & Café

**Café BROSTUGAN**  
Börjegatan 51  
Tel. 54 24 38



**SAVOY**  
Ringgatan 35  
Tel. 54 09 00

## Sko, Städ, Sy & tjänster



**AFSARS SYATELJÉ**  
Geijersgatan 40A  
Tel 52 51 09 el. 076-236 89 27  
www.afsarssyateljé.se



**JMAB**  
Elinstallationer  
Tel: 018-56 70 40



**FOTVÅRDSBEHANDLING**  
Geijersgatan 15 B  
Tel: 018 - 55 14 14  
Mobil: 0708 - 66 14 14

## HandtagHemma

**HEMMATJÄNSTER**  
som omfattas av RUT och ROT  
Tel. 018-39 21 55  
barbara@handtaghemma.se

**HEMSTÄD FLYTT & BYGGSTÄD TRÄDGÅRDSTJÄNSTER**  
Q Team 018 - 10 28 22  
Pernilla & Lena

**LUTHAGENS KAKEL**  
Allt inom kakel och Klinker  
073-0467780 el 018-255680

**LUTHAGENS STÄD & FÖNSTERPUTS**  
018-36 49 51 & 070-370 57 97  
luthagensstad@telia.com

**RITSCHER'S SKOMAKERI**  
Prästgårdsg. 1  
Tel. 55 80 32



**UPPSALA HANDKRAFT**  
Hemslöjd och konsthantverk  
Sysslomansg 6!  
Mån-fre 10-18 Lördag 11-16  
Tel 018-12 86 17

**UPPSALA HEMSERVICE**  
Hjälp med allt i hemmet  
Tel 070 662 1494  
yngve@uppsalahemservice.se



**RYDS BILGLAS**  
Svartbäcksg. 75  
Tel. 018-600 840

## Sport & Fritid



**FYRISJÄDERN**  
www.fyrisjadern.se  
Telefon: 0706-79 75 51



**FYRISHOV**  
Idrottsg. 2  
Tel: 727 49 50 (Reception)



**LEFFES CYKEL**  
Sibylleg. 9  
Tel: 53 60 45

**RUNNEVIKS CYKEL**  
Sysslomansgatan 30  
Tel: 018-52 60 00

## Kultur & Hantverk

**MODERN KONST, MUSIK**  
Skolgatan 7  
Tel 018-432 01 94  
www.pederstrandh.se



**PELLE SVANSLÖS HUS**  
Sagomuseum och café på promenadavstånd.  
ÖPPET: Tis-Fre 12-16.  
Lör-Sön 11-16.  
Tel: 018-60 26 00.



**ZOON INREDNINGAR**  
Öppet torsdag 17-20  
Hildur Ottelinsg. 9  
tel: 018-24 04 73

## Övrigt



**STABBY PRÄSTGÅRD FEST & KONFERENS**  
Bokning 0708 54 06 41  
fest@stabbygarden.se  
www.stabbygarden.se



## Vecka 9

### Måndag 27 februari

Köttbullar och makaroner, ketchup  
Pasta med ost- och skinksås  
Pastagrätång med ost- och broccoli samt bönssallad

### Tisdag 28 februari

Klassisk korv Stroganoff och ris  
Lammfärsbiff med raita och matvete  
Morot Stroganoff och ris

### Onsdag 29 februari

Kycklinggrätång med ananas och bulgur  
Färgglad fiskgryta med dill och rotfrukter  
Quorngrätång med ananas och bulgur

### Torsdag 1 mars

Pytt i panna och rödbetor  
Lasagne  
Vegetarisk pytt i panna och rödbetor

### Fredag 2 mars

Rysk fiskgrätång och kokt potatis  
Paella med kyckling och vitlökssås  
Broccolimedaljong med örtsås och kokt potatis

## Vecka 10

### Måndag 5 mars

Korvgryta med rotfrukter och ris  
Flygande Jakob och ris  
Sojakorvgryta med rotfrukter och ris

### Tisdag 6 mars

Panerad sejfilé med friskusremoulad och kokt potatis  
Blodpudding och lingonsylt  
Linsgryta och grönsaksbulgur

### Onsdag 7 mars

Pasta med olika vegetariska såser

### Torsdag 8 mars

Gulaschsoppa  
Bondomelett med skinka och potatis  
Potatis- och purjolökssoppa

### Fredag 9 mars

Hamburgare med bröd, hemlagat potatismos och dressing  
Fiskburgare med bröd, hemlagat potatismos och dressing  
Grönsaksburgare med bröd, hemlagat potatismos och dressing

## Vecka 11

### Måndag 12 mars

Chilifalu och hemlagat potatismos  
Oxjärpar med hemlagat potatismos och gräddsås  
Grönsakswok med pasta och kokosmjölk

### Tisdag 13 mars

Broccoligrätinerad fiskfilé och kokt potatis  
Cevapcici av kyckling och matvetesallad  
Chili sin carne och matvete

### Onsdag 14 mars

Pasta med röd spenat- och ostsås, bönssallad och örtrostade matkorn  
Grillkorv och makaroner, ketchup  
Makaronipudding med röda bönor

## Torsdag 15 mars

Tacosoppa med vitlökscrème  
Vegetarisk ärtsoppa med senap  
Rotfruktspaj med timjan och citron

## Fredag 16 mars

Citronmarinerad kycklingfilé och rostade rotsaker med ruccolacrème  
Nötfärsgröta med majs och ris  
Kikärtsbiff, rostade rotsaker, ruccolacrème

## Vecka 12

### Måndag 19 mars

Kycklinggryta med curry o. grönsakscouscous  
Pasta med tomat- och tonfisksås  
Linsbiffar med tomatsås och couscous

### Tisdag 20 mars

Blodpudding och lingonsylt  
Potatisbullar och lingonsylt  
Vegetarisk minestrone-soppa, örtrutonger

### Onsdag 21 mars

Fiskpanetter med gräddfilssås och potatis  
Lappskojs och rödbetor  
Omelett med grönsaksstuvning och potatis

### Torsdag 22 mars

Vegetarisk vårrulle med sötsur sås och ris  
Pannkaka och hemkokt sylt  
Jambalaya med kikärter och ris

### Fredag 23 mars

Gästernas val

## FÖRSKOLAN

## Vecka 9

### Måndag 27 februari

Köttbullar och makaroner, ketchup

### Tisdag 28 februari

Klassisk korv Stroganoff och ris

### Onsdag 29 februari

Kycklinggrätång med ananas och bulgur

### Torsdag 1 mars

Pytt i panna och rödbetor

### Fredag 2 mars

Rysk fiskgrätång och kokt potatis

## Vecka 10

### Måndag 5 mars

Korvgryta med rotfrukter och ris

### Tisdag 6 mars

Panerad sejfilé med friskusremoulad och kokt potatis

### Onsdag 7 mars

Pasta med vegetarisk sås

### Torsdag 8 mars

Gulaschsoppa med mjukt bröd, keso och frukt

### Fredag 9 mars

Hamburgare med bröd, hemlagat potatismos och dressing

## SENIORRESTAURANGERNA

## Vecka 9

Måndag 27 februari  
Lunch I Köttbullar, brunsås, kokt potatis och lingonsylt  
Lunch II Kycklingwok med nudlar och grönsaker

## Tisdag 28 februari

Lunch I Klassisk korvstroganoff med ris alt. potatis  
Lunch II Rökt kalkon, mimosasallad och kokt potatis

## Onsdag 29 februari

Lunch I Kycklinggrätång med ris alt potatis  
Lunch II Siltallrik med gräddfil och kokt potatis

## Torsdag 1 mars

Lunch I Ärtsoppa med fläsk och senap  
Lunch II Morotssoppa med limecreme  
Dessert Pannkaka med hemkokt sylt och gräde

## Fredag 2 mars

Lunch I Köttfärslimpa, skysås, vinbärsjellé och potatis  
Lunch II Laxbullar i hummersås och kokt potatis

## Lördag 3 mars

Lunch I Rysk fiskgrätång med kokt potatis  
Lunch II Kalvsylta med rödbettsallad och potatis

## Söndag 4 mars

Lunch I Rökt kalkon och potatisgrätång  
Lunch II Cous couspytt med kall persiljesås

## Vecka 10

### Måndag 5 mars

Lunch I Flygande Jakob med ris alt. potatis  
Lunch II Lunchkorv, pepparrotssås och kokt potatis

### Tisdag 6 mars

Lunch I Kålpudding, brunsås, kokt potatis, lingonsylt  
Lunch II Panerad sejfilé, friskusremoulad, kokt potatis

### Onsdag 7 mars

Lunch I Raggmunk och fläsk med lingonsylt  
Lunch II Pasta med rotfrukter och tomatsås

### Torsdag 8 mars

Lunch I Ungersk gulaschsoppa  
Lunch II Redd grönsakssoppa  
Dessert Pannkaka med hemkokt sylt och gräde

### Fredag 9 mars

Lunch I Ugnsbakad kassler, ananas och kokt potatis  
Lunch II Grönsaksbiff med tomatsås och stekt potatis

### Lördag 10 mars

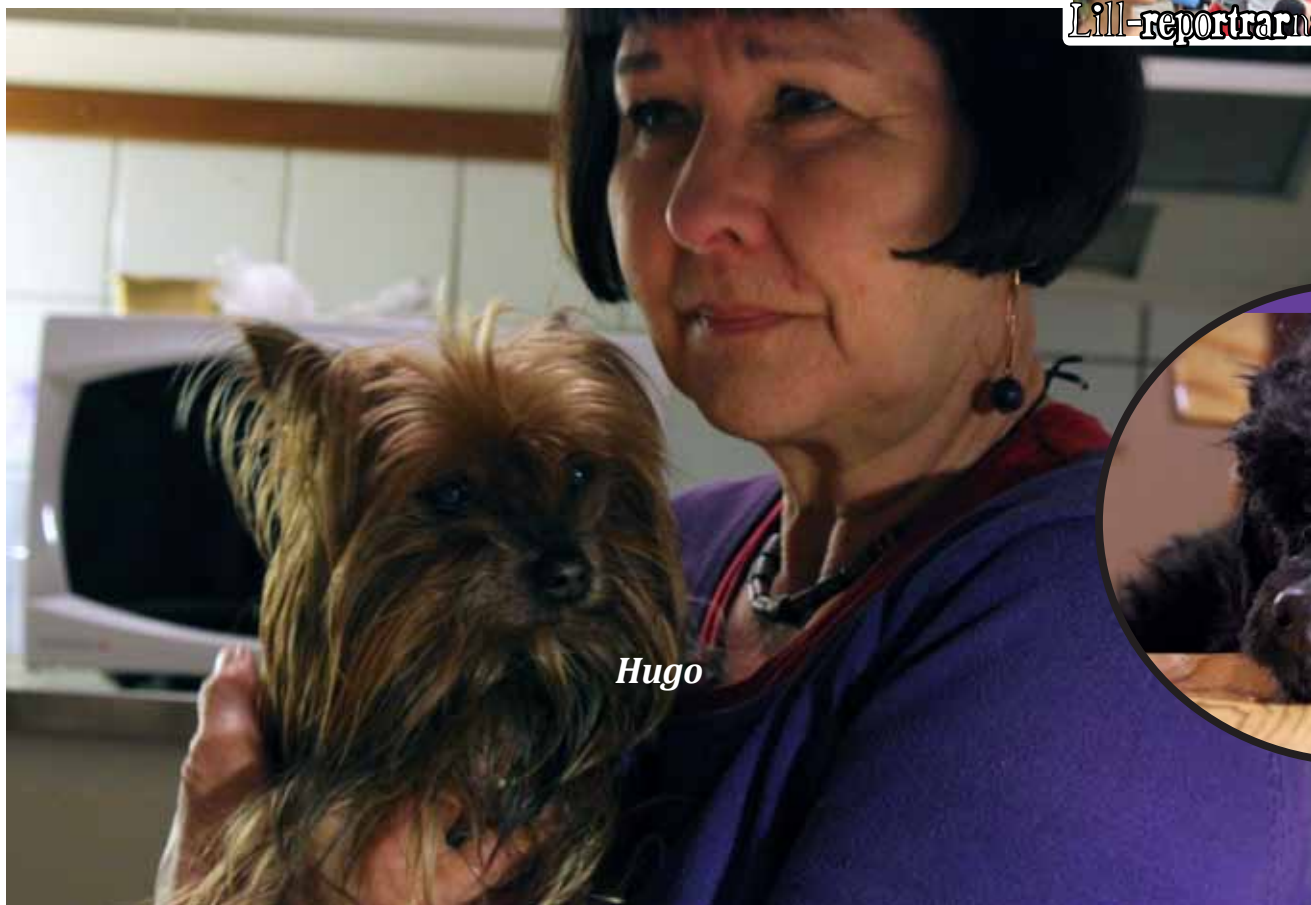
Lunch I Biff Lindström med kokt potatis och gräddsås  
Lunch II Mandelfisk med kokt potatis

### Söndag 11 mars

Lunch I Fläskkotlett, gräddsås kokt potatis  
Lunch II Broccolibiff, kall ostsås, kokt potatis  
Dessert Blåbärspaj med vaniljsås



# Jag och min hund



## LADY BI OCH HENNES HUNDAR:

# Tillsammans är man mindre

Lyckliga oss! Vov-vov!  
Kan man ha det bättre  
än hos Bi?

När man kommer in genom stora dörren möts Luthagsnyttss lill-reportrar av fyra undrande ögonpar. Den lilla pudeln Kajsa rusar glatt fram för att hälsa, medan yorkshireterriern Hugo föredrar att avvakta vid sidan av. De andra viftar vänligt på svansen. Hemma hos Bi har man det tryggt och kul. Tillsammans. Att få träffa hundkompisar varje dag är inte alla förunnat.

Bi Hallberg bor i en lägenhet på Eriksgatan. Hon har drivit ett mindre hunddagis sedan hon

pensionerades 2010. Allting började med att hennes granne behövde hundvakt på dagarna. Bi som redan hade hand om sin egen hund Doris och vaktade sin dotters hund schnauzern Tuss på dagarna, erbjöd sig även att ta hand om lilla Hugo. Ungefär samma sak hände med Kajsa, hennes matte behövde också hundvakt på dagarna och återigen ställde Bi upp.

Nu när det är vinter så brukar Bi ta en "Hugopromenad". Det innebär att hon går en relativt kort slinga med alla hundarna, sedan går hon hem med Hugo och fortsätter på promenad runt Stabby med de andra hundarna. Och det går ingen nöd på Hugo. Istället för

att frysa ute i det kalla vädret får han ligga och mysa på sin älskingsplats inne i det varma huset, och sitter där nöjt och vilar till de andra kommer tillbaka.

Bi har en gång haft hand om fem hundar samtidigt men det tyckte hon var lite för krångligt, så gränsen är fyra, säger hon. Därför är hon tyvärr tvungen att tacka nej till folk som frågar henne om plats för sin hund.

Tuss är en trevlig schnauzer-tjej på tre år. Lite misstänksam i början men när hon väl har kommit underfund med att man inte är farlig, så blir hon direkt mera sällskaplig. Tuss är Bis dotters hund. Hon har haft valpar en gång men ska troligtvis inte ha det igen eftersom förra

gången inte gick så bra. Hon hade sju valpar varav bara tre överlevde och man blev tvungen att göra akutsnitt på Ultuna.

Kajsa är en nätt liten pudelfröken på två år. Redan från början var hon den mest utåtriktade av de fyra hundarna. Hon är den nyaste flickmedlemmen och hon och Doris, Bis egen hund, har blivit riktigt fasta vid varandra. Hon är en pigg, livlig och lekfull doggie.

Hugo är en blyg Yorkshireterrier som efter en kort hälsning drar sig tillbaka till sitt lilla krypin. Där får han vara, i fred.

Förutom att klippa hundarnas klor så överläter Bi resten av skötseln till ägarna.



Doris



Tuss

## e ensam...

Doris är Bis egen hund. Ja, okej då. Hon är en 6 år gammal Springer Spaniel som älskar att vara ute i både snö och slask, men hatar att duscha. Hon är väldigt lättlärd och intelligent, även om hon inte alltid lyder. Doris är alltid snäll med småbarn, vilket gör att hon lätt kan ta med sig hunden till sina barn och barnbarn. Doris är också världsbästa kompis med Kajsa. Om det exempelvis kommer en större hund som hälsar på Kajsa, när matte är ute och går, så kan Doris beskyddande ställa sig framför henne.

Bi är uppvuxen med djur, och förutom Doris och alla dagishundarna så har hon nu även

två undulater. Den första dagen var Doris mycket intresserad av dem, hon är trots allt en fågelhund, men numera är hon van, som tur är för pippifåglarna.

Bi tränar och drillar inte hundarna så mycket. Det enda hon har lärt dem när de är ute och frisläppta och vill att de ska komma, är att när hon tar kopplet och skakar det så vet alla jyckarna att korv vankas.

Vem kan säga nej till en "hot dog"? Nåja, så varm var den kanske inte!

Lillreportrarna  
Karin Wernhoff-Zaluba  
Kajsa Tauwon

Tvåhjulsmästarna

## Långfärds- skridskor



Nu börjar isarna lägga sig och vi har ett stort sortiment av långfärdsskridskor i lager.

Prova att åka med lös häl - en fantastisk upplevelse!

Vi slipar alla typer av skridskor!

### Leffes Cykel

Sibyllegatan 9 • Uppsala • 018-53 60 45  
www.tvahjulsmastarna.se

KONDIOTORI

Familjeföretag sedan 1959

# Savoy



Årets  
Semmel-  
test

UNT:s Testpatrull:  
Savoy på topp!

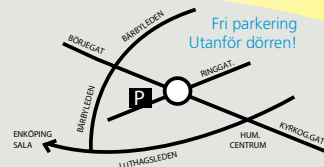
ÖPPET:

Vard 8-18, lörd 9-15

Tel 54 09 00

Ringgatan 35

www.konditorisavoy.se





## Geten ger goda gåvor

En kväll gjorde Sonen en av sina sällsynta sortier ur tonårsrummet, spände blicken i mig och frågade: "Pappa, varför köper du aldrig getost?"

Frågan gjorde mig lätt förvirrad, bland annat därför att jag anser hushållet vara en storkonsument av getost, men mest blev jag lite stolt över Sonens kulinariska intresse och att hans smaklökar tydligen inte räds lite mer karakteristiska smaker. Kanske går det till och med att bakom frågan spåra ett litet inflytande från Fars inspirationsförsök på matsidan.

Näväl, getost är något av en vattendelare i kulinariska sammanhang. Många älskar den, många är betydligt mindre förtjusta, verkar det som. Det jag själv tycker är bland det intressantaste med geten är att den är en kulturell markör av stora mått; bördiga områden odlar säd, magrare områden håller sig till kor och mjölkprodukter medan riktigt magra länder och landsdelar lever på sina getter. Och en get kan verkligen leva på magert bete, det berättas bland annat att getterna i Klövsjö i Sydämtland

kunde leva en hel vinter på tallplantor(!) under 1800-talet.

Som så mycket annat har geten dock gått från att vara den fattiges vän till att bli en leverantör av lyxmat. Getostar skattas högt av finsmakare och killingskött är riktigt inne på guldkrogarna. Och det är väl inget fel med det.

Getens kusin fåret har inte heller så höga anspråk på tillvaron. Det är rent fantastiskt att se en gräsyta sedan en fårlock gjort sig en god måltid på den på den – vartenda grässtrå är betat till någon centimeters längd och ytan är jämn som om den vore en trädgårdsmästares livsverk.

Varför jag drog in fåret i det hela var emellertid för att påpeka den fantastiska smakkombination man kan åstadkomma genom ett kusinbröllop: Bryn lammkotletter lätt (eller hårdare beroende på hur du vill ha köttet), lägg på en skiva getost på varje kotlett, sätt in dem i ugnen, och låt osten smälta. Kan serveras exempelvis med mandelpotatismos som smaksatts med rostad vitlök. Mmm...

Som huvudnummer tänkte jag förmedla ett litet enklare recept än förra gången, receptet i julnumret var ju ganska krävande. Vi kan också ta och skruva upp elegansen en aning, fast vi håller oss kvar i getosttemat med en riktig klassiker:

### Chèvre Chaud

Getost i tjock rulle, ca 50 g/portion  
Vitt formbröd  
2-3 msk rostade eller orostade pinjenötter  
Flytande honung

Sätt på ugnen på full värme och grill.

Skär osten i skivor, ca 1 cm tjocka.  
Skär ut eller stansa ut rundlar av brödet i samma storlek.  
Smörstek brödrundlarna på ena sidan. Eller rosta i brödrosten om du vill ta en genväg.  
Lägg bröden på plåt med den stekta sidan uppåt. Lägg en ostskiva på varje rundel. Ringla över lite honung.  
Gratinera till fin färg, knappt 5 min. Strö över nötterna (eller

” Som så mycket annat har geten dock gått från att vara den fattiges vän till att bli en leverantör av lyxmat.

lägg på dem innan gratineringen, då orostade).

Serveras med exempelvis rucolassallad, smaksatt med lite olivolja och citron. Balsamvinäger är också mycket gott till, droppa lite vid sidan av.

För övrigt är det ju sportlovstider, och tidningarna är fulla med recept på smårätter lämpliga i skidbacken eller i spåret. Luthagsnytt vill förstås inte vara sämre. Här är därför ett recept på sportlovsmat från min barndom (och den enda sportlovsmat någon gjorde sig besvär med på den tiden):

Skär toppen av en apelsin.  
Tryck ner en sockerbit.  
Sug.

Smaklig måltid!

[larsolof.mattsson@luthagsnytt.se](mailto:larsolof.mattsson@luthagsnytt.se)

*Best Of Spain*  
-Delikatesser från Spanien

Geijersgatan 14B Tel 44 47 157 [info@bestofspain.se](mailto:info@bestofspain.se)

**Det bästa från Spanien**

**TAPASKASSE FRÅN 246 Kr.**

Prisbelönda ostar, Spaniens bästa olivoljor, oliver, med mera.

Smakprovning på fre- och lördagar.

ÖPPET: Mån-Tors 14-18 Fre 14-19 Lör 11-15  
[www.bestofspain.se](http://www.bestofspain.se)

Färdiga presentkorgar från 150kr!

**KONST**

Ateljé Peder Strandh

Skolgatan 7 (via portalen)

ÖPPET: Tors 15-17  
Sön 15-18

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



# Nya bud om Golfbanan i Stabby

**Ett 90 meter långt klubbhus med konferensanläggning och hotell samt två större parkeringar intill Otto Myrbergs väg! Det är nu det förslag som presenterats.**

Redan 2008 gav politikerna tjänstemännen i uppdrag "att pröva lokaliseringen av en golfbana inklusive ett friluft- och rekreationsområde. Planen ska även omfatta Stabby prästgård för att säkerställa och utveckla platsens långsiktiga kulturvärde samt pröva bebyggelsekompletteringar längs Berthåga byväg."

**I klartext innebär detta om förslaget klubbas att:** **1)** Klubbhus med restaurang, hotell och konferensanläggning samt parkeringar kommer att placeras längs Otto Myrbergs väg omedelbart väster om där bebyggelsen upphör idag. **2)** Bostadsbebyggelse sker på båda sidor om Berthåga gård längs norra sidan av Berthåga byväg och mitt emot begravningsplatsen där det nu är åker och äng. **3)** Golfbanan är tänkt att ha sina gränser mot: Öster längs Stabbyskogens västra och norra kant, runt Prästgården och ända ned mot banvallen. Väster mot den nya bebyggelsen längs Berthåga byväg och begravningsplatsen ända upp skogen intill. Norr en rät linje över åkrarna nästan upp mot Hällby gård. Söder längs Otto Myrbergs väg. **4)** Stabby

Prästgårds framtid får en säkrare kulturhistorisk ställning.

**Vad tycker Du?** Kan ett så här stort ärende beslutas utan att det finns en detaljplan för området? Hur störande kommer ett hotell och restaurang bli för de boende och framför allt för deras närmaste granne, ett gruppboende? Kanske en golfbana rentutav ger nya strövområden och spår för skidfärder eller kommer icke golfare förses med soldathjälmur till skydd mot felriktade golfbollar?

**Vi citerar tidningens informatör:** Bortsett från att frågan i sak är intressant: Golfbana eller inte? Klubbhus vid Rickomberga eller Berthåga? så är också formfrågan eller principen brännande. Ska man bryta ut delar ur ett pågående planarbete och ta ställning till dem i för tid utan att se olika alternativ eller kunna avgöra ändamålsenlighet?

**Mer information** på vår hemsida med kartor och länkar till politikernas och tjänstemännens handlingar i frågan: [www.luthagsnytt.se](http://www.luthagsnytt.se)



## Välkommen till vår barnvårdscentral på Uppsala Barncentrum/Vårdcentral.

Vi tar helhetsansvar för dig och din familj och har de resurser som behövs under samma tak. Läkarkontrollerna på BVC utförs av barnläkare och här arbetar distriktssköterskorna Jenny och Ciri som du alltid kan vända dig till med frågor om ditt barn. Som nybliven förälder inbjuds du till föräldragrupp, där föreläser bl a vår dietist och sjukgymnast om kost och motorik och barnläkaren Fredrik Cederblad om infektioner. Läs mer om verksamheten och hur du anmäler ditt barn till BVC på [www.uppsalabarnlakare.se](http://www.uppsalabarnlakare.se)

**Uppsala Barncentrum/Vårdcentral**  
Geijersgatan 8, 752 26 Uppsala. Tel: 018-611 78 57.

*Aleris erbjuder tjänster inom sjukvård, äldreomsorg och psykisk hälsa och är ett av Nordens ledande privata vårdföretag. Aleris är ett dotterbolag till det svenska investmföretaget Investor. Läs mer på [www.aleris.se](http://www.aleris.se).*

*Aleris*



[www.arom.nu](http://www.arom.nu)  
Börjegatan 54  
018-54 32 22



Nr. 32

# FågelRapporten

av Roger Gyllin

Dova tutningar i skogens dunkel anses nu som på 50-talet komma från en skogsduva, något man emellanåt kan få höra av observanta men kanske inte så fågelkunniga skogsvandrare.

”

## Skogsduva på menyn?

Det har nu gått drygt ett tredjedels sekel sedan Hans Majestät Konung Carl XVI Gustaf förklarades med frk Silvia Sommerlath. Denna illustra händelse ägde mera exakt rum i juni 1976 och firades självfallet på mångahanda sätt i riket. Därbland med en bättre lunch på Stockholms slott.

Någon som alltså minns vad som bjöds vid detta lunchbord? Inte? Då skall jag fräscha upp minnet: de höga gästerna förplägades med smörgäsinbakad laxsufflé, skotska skogsduvor med gåslever och hjärtbladssallad samt som dessert smultron med vaniljglass och grädde.

Detta enligt den officiellt tillkännagivna menyn. Men vänta nu: skotska skogsduvor?

Jodå, skogsduvan förekommer i Skottland, dit den invand-

rade ganska sent, nämligen på 1800-talet. I otillgängliga klipptrakter häckar också klippduvan, vår tamduvas anmoder. Och tamduvan själv finns förstås i alla städer.

Men ojämförligt talrikast är, i Skottland precis som i Sverige, den betydligt större ringduvan.

Ringduvans rytmiska tutande hör till vårens och sommarens stäende inslag i fågelmusiken i Stabby backe liksom för övrigt överallt i Luthagen, sedan arten i sen tid också blivit en stadsfågel.

Men fågelns namn har ännu inte fått genomslag i det allmänna medvetandet. Dova tutningar i skogens dunkel anses nu som på 50-talet komma från en skogsduva, något man emellanåt kan få höra av observanta men kanske inte så fågelkunniga skogsvandrare.

Kort sagt: en duva i skogen är en skogsduva. Eller ännu tydligare: alla duvor i skogen är skogsduvor.

Tillbaka till lunchen på Stockholms slott. Vän av ordning undrar kanske varför det inte istället var turturduvor som stod på menyn, ett populärt jaktbyte i Sydeuropa, något jag själv bara alltför väl fick erfara under en vårsäsong på den svenska fågelstationen på Capri.

Möjligen en något för tydlig anspelning på bröllopsparets uppenbara kärlekslycka.

Kanske kan man inte ens vara säker på att det var duvor som serverades denna soliga junidag. Restaurangkökens terminologi har nämligen sina egenheter. Det kan man t ex se av "snöripa", en fågel man stundom återfinner på menyer och i delikatessaffärer men



aldrig i naturen.

Men låt oss ändå förmoda att det faktiskt var duvor som passerat de erfarna kockhänderna i slottets kök och att dessa duvor av något outgrundligt skäl kom från Skottland.

Varför skulle det i så fall röra sig om den sparsamt förekommande, rätt lilla och därmed inte särskilt mättande skogsduvan? Nej, det gjorde det säkert inte heller. Också på kungliga menyer kan det finnas brister i den ornitologiska terminologin.

En tämligen säker gissning är alltså att de unga tu och deras gäster serverades årsungar av ringduva, möra och mjälla i köttet. Och säkert mycket välsmakande.



Hej alla föräldrar och barn!

Varmt välkomna till en mottagning nära dig med barn och familj i centrum.

Ni hittar oss på **Rundelsgränd 3 C**  
Mottagningen har Vårdavtal.



**Maja Gräddnos**  
barnvårdscentral

Barnmorskemottagning Barnvårdscentral  
Föräldrautbildning Profylax Spädbarnsmassage  
Barnsäkerhetsutbildning Preventivmedelsrådgivning

Sinnligt MVC  
Tel. 018-600186  
sinnligt.barnmorskemott. uppsala@privat.lul.se  
www.sinnligt.com

Maja gräddnos BVC  
Tel. 018-123504  
info@majabvc.se  
www.majabvc.se



Kungsgårdets vårdcentral



**Vi flyttar tillfälligtvis till  
Samariterhemmets vårdcentrum**

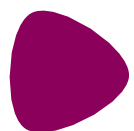
**Vi har stängt 29 februari till 2 mars**

Våra lokaler ska renoveras och under den perioden hittar du oss på Samariterhemmets vårdcentrum. Vårdcentralen har helt stängt 29 februari till och med 2 mars. Då hänvisas akuta fall till 1177 eller Närakuten.

**Vi öppnar på Samariterhemmet måndagen 5 mars kl. 8.**

Mer information hittar du även på hemsida  
[www.lul.se/kungsgardet](http://www.lul.se/kungsgardet).

**Med vänliga hälsningar från  
Kungsgårdets vårdcentral**



# Luthagen Spel & Tobak



Välkomna hälsar Thomas, Petter, Jonny & Kjessan

## SPEL

Vi kör andelsspel på V64 och V75.  
Välj 50:- / 150:- / 250:- och 500:-  
Systemen körs på 20 st andelar.

Vi har även andelsspel på Stryktipset och Europatipset  
som är på 100 Kr på 13st andelar (1296 rader).

Dessutom andelsspel på V4 och Bomben.

## BUTIKEN

Kaffe + Gobit 15 kr  
Kaffe + Fralla 20 kr

Korv med bröd 15 Kr  
Korv med mos 35 Kr  
Sallad Kyckling/Räk/Ost & Skink 45 Kr

Vi har även ett brett sortiment av handrullade  
kubanska cigarrer, tex Cohiba Behike.

DVD kostar 10 Kr ([www.filmtoppen.se](http://www.filmtoppen.se))

Vi är Schenker och Ticknet ombud.

*Välkomna!*



Börjegatan 38  
Telefon: 018-54 71 66  
[www.luthagenspel.se](http://www.luthagenspel.se)

Mån-Fre: 10.00-19.00  
Lördagar: 10.00-16.00  
Söndagar: 11.00-16.00

# KARINS SKAFFERI

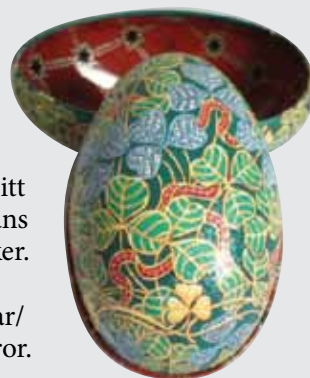
Delikatessbutiken i Luthagen



Fredagar 14 - 18  
provsmakning ur mitt  
sortiment tillsammans  
med passande drycker.

Beställ presentkorgar/  
påsar med lokala varor.  
Priser från 175,00

Öppetider:  
tis - fre 11-18  
lördag 11-14



Till påsk -  
Fabergéägg i plåt!

Tel: 018-55 56 37 Geijersgatan 15 [www.karinskafferi.se](http://www.karinskafferi.se)



# Nelins

Frukt & Grönt - Alltid till lägsta dagspris!

## STICKLINGAR

Pelargon och Fuchsia.

## STOR SORTERING AV YTTERKRUKOR

*Välkommen till Nelins!*

Mån-Fre 9<sup>00</sup> - 20<sup>00</sup>  
Lördag 9<sup>00</sup> - 18<sup>00</sup>  
Söndag 10<sup>00</sup> - 18<sup>00</sup>

Delidiskan: mån-ons 9-18, tor-fre 9-19  
lör 9-16, sön stängt.

Börjegatan 70 Tel. 53 34 44 [www.nelins.se](http://www.nelins.se)



Peder Strandh



## KRÖNIKÅSERI

Jag blev liggandes hemma med vulkanens vrede riktad mot huvudkudden

# Att lära av barnen

**Jag sitter** vid datorns tangentbord och hade egentligen tänkt skriva om ett helt annat ämne. Utanför mitt fönster kastar februari-solen sitt hoppfulla ljus över Luthagens och övriga Uppsalas hustak och jag känner mig lycklig och tacksam. Dels på grund av ljuset men minst lika mycket för att dotterns tandläkarbesök gick så bra. Tidigare i vintras fick den stackaren ett slag mot den ena framtanden vilket medfört att den gränat och varit föremål för spekulationer om stundande smärtor, ökad infektionsrisk och kanske rent av utdragning. Med min anamens (ung. sjukhistoria) är det inte så konstigt att jag per automatik drabbas av en förhöjd puls och lätt ångest bara jag närmar mig en vårdinrättning. Men min treåriga dotter, hon studsade in på mottagningsrummet med ett leende och klättrade upp i undersökningsstolen med samma glimt i ögat som hon har när vi bänkar i tevesoffan framför Madicken. Hon gapade större för tandläkaren än jag trodde var fysiskt möjligt för henne (ty, så ser det minsann inte ut när hennes stressade pappa vill borsta hennes gaddar på morgnarna). Jag är sannerligen lycklig och tacksam över att hon hittills har sluppit så mycket som barn faktiskt riskerar att drabbas av.

Min mamma berättade att undertecknad, knappt ett år fyllda, hade tvingats till en sjukhusvistelse på grund av en magmun som var för trång. Av naturliga skäl har jag inga medvetna minnen av detta. Men jag är övertygad om att denna åtskillnad av barn och moder inte var mig till något psykologisk gagn. Nu utspelade sig detta för över fyrtio år sedan, 1970, och på den tiden misstänker jag att man inte var så särdeles medveten om barnets enorma behov av fysisk närhet, och då inte minst mammans och pappans. Mina föräldrar fick lämna mig på sjukhuset och fara hem ensamma.

Som treåring drabbades jag

av återkommande öroninflammationer, en läkare punkterade min smärtande trumhinna för att lätta på trycket (utan någon som helst bedövning). Detta minns jag än idag med väldig tydlighet. Läkaren svor till när jag ryckte till i pappas järngrepp. Pappas kavaj blev blodig och stämningen var allt annat än munter, som du kan förstå. Jag vet inte hur många plaströr de har opererat in i detta högeröra genom åren. Men lagda i rad skulle dessa små plaströr nog påminna om en rysk pipeline mer än något annat.

**"Håll i honom"**, hör jag sköterskan säga. Jag är ungefär fyra år och känner min pappas styrka när han håller mig nedtryckt mot sjukhusbritten. Den svarta gasmasken som förs mot min näsa och mun, stanken av eter/kloroform, jag kastar upp varpå masken tillfälligt tas bort för att torka rent mig, min faders tyngd när masken med stanken åter trycks på. Skrivandes detta känns det som fiktion. Men den rena och skära skräck och ångest jag kände då är alltför tydlig i mig. Min far har, så här efteråt, berättat att han själv kände av gasens verkningar där han stod, lutad med sin tyngd över mig. "Jag trodde jag skulle tuppa av", brukar han säga med ett (misstänker jag, av skuld och förnärmelse färgat) skritt. Jag klandrar honom inte, inte heller sköterskorna eller läkarna. Jag är ett barn av min tid – en tid som såg ut på det viset när det för mig begav sig.

Dessa eviga öroninflammationer, med sitt vankande och snyftande nätterna i genom. Jag kan fortfarande minnas feberns hetta och höra infektionens sprängvärk när den pulsar i takt med mitt femåriga hjärta. Jag hade en mörkblå plastmugg med vatten. Vatten som jag hällde in i mitt bultande öra för att dämpa vulkanens vrede – till ingen nytta. Ensamheten var aldrig så tydlig för mig som dessa nätter. Min far och mor var skilda och jag bodde med den förstnämnda.

Han måste ha sovit djupt och jag lidit tyst.

Som tioåring ansåg min pappa att det var lönlöst att ta mig till läkaren när örat alltfjämt blossade upp med sina infektioner. Jag blev liggandes hemma med vulkanens vrede riktad mot huvudkudden (detta var min fars teori). På så vis skulle örats trumhinna snabbare spricka och tömma sig på dessa lavaflöden. Och mycket riktigt, en efterlängtd morgon vaknade jag med en gul- och rödfärgad sörja på huvudkudden, mindre ont i örat och hopp om livet. Men väntan på just dessa morgnar var alltid kantad av helvetets alla demoner. Ibland skedde dessa krackele-ringar mindre väntat, som när jag t.ex. 1980 dök i simbas-sängen i ett Västeråsbadhus. På tre meters djup small det till i örat med en kraftig smärta som följde. Jag kämpade mig upp till ytan med rekordfart och togs av min ömma moder till stadens lasarett där personalen sedvanligt kramphöll mig (en över bröstkorgen och armarna samt en som fixerade huvudet). Det gjorde ont så in i hellskotta när de började suga rent örat på klorerat vatten och annat jox. Jag minns att jag grimaserade illa av smärtan.

"Låtsas att det är små Smurfar som tjatrar inne i örat", sa en av sköterskorna när de sedvanliga pipljuden uppstod i läkarens sug utrustning. Innan dess hade jag faktiskt varit förtjust i de små blå Smurfarna, men just där och då tog den lilla passionen abrupt slut.

**Som fjortonåring** kunde så äntligen en läkare på hemsjukhuset RSÖ (Regionsjukhuset i Örebro), konstatera att jag led av något som hette Cholesteatom och att jag behövde opereras relativt omgående. Sagt och gjort; efter en åttatimmars operation vaknade jag upp "lite lätt" tilltufsad. Men sedan den dagen har jag aldrig lidit av någon öronvärk som kommer

i närheten av den vulkan jag dragit med genom barndomen. Vid denna operation tog de bort min svårt ärrade trumhinna varpå jag genom en enkel tryck-utjämningsövning kunde blåsa luft genom örat. Jag var inne på mitt sextonde år när jag kom in på Marieborgs folkhögskola i Norrköping. Min på skolan bästa polare Stefan rökte ganja och Marlboro. Jag skippade det förstnämnda men köpte snart mitt första paket cigg; "Gula Blend, såna som mamma röker", tänkte jag när jag kämpade på med halsblossövningarna. Sedan några år var också tjejer ett av mina stora intressen. Men mina partytrick lös med sin frånvaro varför jag oftast intog en blygsamt tillbakadragen roll vid alla dessa muntra sammankomster... Ända till den dag det slog mig att "om jag kan blåsa ut luft genom örat så borde det gå att blåsa ut cigarettroken". Jag testade, och mycket riktigt så funkade det. I ärlighetens namn vann jag inga hjärtan med denna slemhinneretande och idiotiska övning. Men däremot åtnjöt jag en hel del respekt bland mina killkompisar till följd av detta.

Sedan dess har jag opererats för Cholesteatom ytterligare två gånger. Men att redogöra för dessa äventyr här vore sannerligen att breda ut sig för mycket. Dock kan det tänkas att jag i framtiden finner en önskan om att fortsätta denna Höger-öras-anamens för att då komma in på bombattacker i Libanon och förlorad syn.

Men nu är det hög tid att jag knyter ihop detta Krönikäseri – och hur in i mössan gör jag det? Jo, Vi färgas alla av det ständiga flöde av intryck som livet till syvende och sist är. Min sjukhusångest är en rest av mina erfarenheter. Men har jag en gång lärt att "ont botas av ont" inom värden så borde jag kunna lära om med min underbara dotter som läromästare.

*Tillägnat min tappra dotter!  
/pP Peder Strandh*

# Fråga experten!

Luthagsnytt "Fråga experten!"  
Tiundagatan 47 bv  
752 30 Uppsala.

Epost:  
redaktion@luthagsnytt.se

Skicka in era frågor till Luthagsnytt! Fråga om vad som helst. Vi ser till att leta reda på en expert som kan ge svar!

**Fråga:** Jag har haft stickningar i bröstet en tid och min läkare har skickat mig till arbetsprov. Vad innebär det?



Det betyder att man belastar hjärtat under kontrollerade

**Svar:** Ett arbetsprov är ett test på cykel när man samtidigt är uppkopplad med EKG.

Orolig

former. När hjärtat arbetar behöver det mer syre och finns det förträngningar på kärlen som tillför blod och därmed syre till hjärtat får man en syrebrist i hjärtmuskeln. En syrebrist är smärtsam och man kan på EKG:t se att nervsignalerna inte går fram genom muskel som de ska.

Detta kallas för angina pectoris eller kärilkramp.

Louise Diös, allmänläkare,  
Ekeby Hälsocenter

## Grattis Kristina – Du vann klockan!

Kristina Didron på Ringgatan vinner den åtråvärda klockan från Svenska Daniel Wellington. Luthagsnytt gratulerar!



### Rätt svar:

1) Vem föreställer bilden?

Fru Anna-Maria Lenngren

2) Var finns motivet?

Motivet finns på muren vid Sysslomangatan 12.

3) Finns några roliga anekdoter?

Här anförde Kristina en publicerad efterlysning i en av Stockholms dagstidningar som slutade med ett frieri. Efterlysningens första rader:

*En flicka har sin syprung mist, den tappades, gunås så visst, vid sista morgonpromenaden emellan Södermalm och Staden.*

*Uti den pungen låg en sax, två silkesnystan, litet vax, en halsduksnål, två små berlocker, och en Cupido utav socker...*



Anna-Maria Lenngren är det som pryder muren utanför Upplands nation.



Luthagsnytt's variant av På Spåret med Jonas Tengborn

## Varifrån åker vi och vart är vi på väg?

### Resa 1 (Vart är vi på väg?)

- 10 p: Vi reser från stad som tidigare varit startpunkt i "På Banvallen", men nu reser vi 180 grader åt andra hållet, d.v.s. sydost mot stad som har kallats Östeuropas Paris.
- 8 p: Resmålets namn kan med lite fantasi föra tankarna till fångslad kroppsdel.
- 6 p: På resan passerar vi Draculas och andra vampyrers hemtrakter.
- 4 p: Namnen på start och mål är väldigt snarlika. Byt bara "springpojke" mot "kroppsdel" och "sjukdom" mot "äterstod".
- 2 p: Som blågula bör vi känna oss väl tillrätta i resmålets hemland. Lägg till rött så har du landets flagga.
- 1 p: Välkommen till Balkan och Rumäniens huvudstad.

### Resa 2 (Vart är vi på väg?)

- 10 p: Vi lämnar ort där man inte alltid tar den rakaste vägen, för resa sydost mot "ren" centralort.
- 8 p: På vår resa passerar vi ort, känd för OS-vinnande pricksäker herre och hans armstarka hustru.
- 6 p: Vi åker längs med färgad väg, kanske en av landets allra vackraste vägsträckor.
- 4 p: Vårt resmål har alltid varit centrum för etablerad minoritet och kallas ibland i folkmun för "Lapp-Stockholm".
- 2 p: Resmålets kommunala djurpark saluför sig som Europas nordligaste djurpark.
- 1 p: Vårt resmål blev 1946 Lapplands första stad. Efter att ha varit i "selen" är det "lycka" att komma fram..

Rätta svar: sid 23!

## Tengborns limerick!

*Nu smides det stora planer för Seminariet  
där många hittat något för herbariet  
stäm upp en glad trall  
gå över till Fyrisvall  
i ån kan man säkert hitta någonting för akvariet*

Jonas Tengborn



# Hot News från Tibble

Nyheter från i förrgår redan i övermorgon

Text och foto: DENNIS HENDERSON

Nr 16.



Förvecklingarna bara rullar vidare i Tibble. Håll dig uppdaterad om utvecklingen genom nya "Hot News"!

## STORMANDE REKLAM

Ett nytt fantastiskt reklamconcept har nyligen sett dagens ljus i Tibble. Den som kläckt den epokgörande idén är VD:n för Tibble Ytgas, Barbro Isberg, som har ett förflutet som chef för det havererade Tibble Djupgas. Så här berättar fru Barbro Isberg:

– Vi har helt enkelt köpt namnen på de tio kommande ovädren av Tibble Vädertjänst, som ju är den institution som namnger stormarna. Detta innebär att vi kommer att få se uttryck som stormen Tibble Ytgas eller cyklonen Tibble Ytgas. Eftersom oväder alltid får stort utrymme i media kommer Tibble Ytgas att få en omfattande publicitet till en relativt liten kostnad.

– Det viktiga är inte vad som skrivs om ett företag, utan att det skrivs, som det heter i en gammal reklamklyscha, slutar en belåten VD för Tibble Ytgas.

## NYTT ORDSPRÅK

"Hellre trädgårdstappa än andtappa."

Den senaste fullträffen från fil dr Herman Plisters tankesmedja

## STÄNDIGA CYKELPROBLEM

Tibble City har den senaste tiden fått en rad skyltar som vänder sig till stadens cyklist. "Parkera din cykel i ett cykelstall!" heter det i en uppmaning från kommunens tjänstemän.

Den här så kallade driven har emellertid kommit av sig sedan det visat sig att de kommunala cykelställens antal minskat kraftigt på grund av allt nybyggnad i city.

Kommunen har därför gjort ett tillägg på sina skyltar för att i göriligaste mån undvika ytterligare teknik: "Var vänlig medtag eget cykelstall!"

Ärligt talat har jag faktiskt svårt att skilja mellan en pelikan och en näbbgädda.



**SÄLLSYNT GÄST.** Har pelikanen någon framtid i Sverige? Det är en fråga som för närvarande sysselsätter fritidsornitologen och Tibblebon fru Singoalla Byström Fink. Just nu filar hon på en essä om pelikanens frammarsch i vårt land möjligen är en följd av den pågående klimatförändringen.

Fru Byström Fink blev uppmärksammad på problemet då en pelikan för några veckor sedan stannade till i Tibble på sin lite vingliga färd igenom södra Sverige, varvid hon, fågelvän som hon är, startade föreningen PRIS – Pelikaners Rätt i Sverige.

– Frågan är hur invandrarverket ställer sig till en ökad mängd pelikaner i den svenska faunan, fåglar som troligen är både ensamkommande och papperslösa, säger en lätt bekymrad Singoalla Byström Fink.

Tjänstemännen i Tibble visar än en gång att de verkligen inte är tappade bakom en cykelkärra.

## NY BETYDELSE

**FYLLNADSVÄL,** när man på Systemet går omkring och väljer ut de drycker som man ska gå i gång på under veckoslutet.

## LYCKAD VIKTREDUCERING

En bantare i Tibble, lät oss kalla honom Sture, blev så häpen över att ha gått ned hela sju hekto på bara en dag, att han tappade hakan och då försvann ytterligare ett kilo. Som läsarna säkert förstår har Sture alltid varit känt för sitt väl tilltagna hakparti.

Grattis till en lyckad start på bantningen säger vår redaktion för kalorijakt och fettsubning.

## POPULÄRT PLUGG

Nästa termin blir Tibblegymnasiet ännu mera konkurrenskraftigt i och med att man som första skola i landet kommer att lära ut hur man blir en framgångsrik stalkare.

En stalkare är en person som följer efter en kändis på ett närmast sjukligt sätt.

– Det har alltmer blivit skolans uppgift att ge människor en rikare fritid och något mera meningsfullt än att skugga exempelvis Mikael Persbrandt eller Carolina Gynning har jag svårt att föreställa mig, säger en förnöjd rektor Egon Kantin.

## ÖDMJUK SKRIBENT

Tibbleförfattaren Björn Rineland har hos kulturnämnden ansökt om att bli K-märkt.

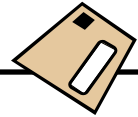
– Eftersom jag är en tillbakadragen person, kanske rent av den mest ödmjuka av alla svenske författare som givit ut ett 30-tal böcker, kräver jag inga större arrangemang. Jag vill bara ha bokstaven K i guld att bäras på kavajslaget samt ett glas förstklassigt champagne i samband med hyllningarna.

## I NÄSTA NUMMER

De 100 sämsta skolbetygen i Tibble under 2000-talet. Kolla om du själv är med!

## REKLAM REKLAM

Stures Hot Dogs  
– de coolaste korvarna i Tibble och Gubbröra!



**Läsarbilder och tips:**

e-post: [redaktion@luthagsnytt.se](mailto:redaktion@luthagsnytt.se)

Adress: Tiundag. 47 bv, 752 30 Uppsala



## Semmelrusch på Savoy

Strax före lunch på fettisdan pågick semmelproduktionen för fullt på Konditori Savoy. Personalen hade precis klarat av morgonruschen och laddade inför eftermiddagen då ytterligare en anstormning förväntades. Vad är väl en bulle med lite grädde på? Ganska mycket tydligen!

## "Seminarieparken är inte vilken park som helst"

Kulturhistoriska värden är omöjliga att återskapa. Ingen park kan ersätta det som går förlorat om folkskoleseminariet och dess undervisningspark byggs in bakom en mur av bostadshus. Folkpartiets Jan-Erik Wikström begärde av det skälet, hos länsstyrelsen att det skulle utredas om folkskoleseminariet utgör en så unik och oförändrad miljö att den bör byggnadsminnesförklaras.

Redan år 2004 föreslog Folkpartiet att seminariebyggnaden borde bevaras

och lokalerna användas av en gymnasieskola. Då hade hela miljön kunnat bevaras och en stor, allmän park kunnat skapas. Men så blev det inte, bland annat för att S, MP och V som då styrde Uppsala valde att inte köpa marken åt kommunen.

Nu när Moderaterna och Kristdemokraterna gjort upp med Socialdemokraterna om byggplanerna hjälper det föga att Centerpartiet övergivit sin plan att bygga radhus i parken. I Folkpartiet fortsätter vi arbeta för en bevarad och



utvecklad Seminariemiljö med en park tillgänglig för alla Uppsalabor. Vi får inte bygga bort Uppsalas unika karaktär. Det gäller istället att förädla och utveckla den när staden förändras.

*Cecilia Hamenius  
Kommunråd (Fp)*



RÄTTA SVAR

### PÅ BANVALLEN Resa 1

Vi åker från Budapest till Bukarest 10 p: Vi lämnar Budapest. Bukarest kallas ibland för "Östeuropas Paris" 8 p: Bukarest ("Arresterad buk") 6 p: Vi passerar Transylvanien som är Draculas hemvist 4 p: Byt a) Bud mot Buk b) Pest mot rest 2 p: Rumäniens flagga är gul/blå/röd. Rumän ska idrottare tävlar i blågult.

### PÅ BANVALLEN Resa 2

Vi åker från Tärnaby till Lycksele 10 p: Tärnaby: Slalommetropol (Man svänger mycket här) Lycksele: Samernas centralort (Rensköt set) 8 p: Storuman: Hemort för skidskytten Björn Ferry och hans armbrystande hustru. 6 p: Vi färdas längs E12 också kallad "Blå vägen". 4 p: Lycksele är samernas centralort och kallas skämtsamt "Lapp-Stockholm" 2 p: - 1p: Lycksele blev stad 1946. Ordlek.

# Luthagsnytt

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

### BESÖKS & POSTADRESS

Tiundagatan 47  
752 30 Uppsala

### KONTAKTINFO

Redaktion: 018-47 41 036  
Mobil: 0707-31 89 10  
E-post: [redaktion@luthagsnytt.se](mailto:redaktion@luthagsnytt.se)

### ANSVARIG UTGIVARE & REDAKTÖR

Per Jonson

### MEDVERKANDE

Dennis Hendersson, Peder Strandh,  
Jonas Tengborn, Lars-Olof Mattsson,  
Cecilia Wernhoff, Lillreportrarna,  
Marianne Mandahl.

### INSKICK REDAKTIONELLT MATERIAL

E-post: [luthagsnytt@gmail.com](mailto:luthagsnytt@gmail.com)

### ANNONSERA

Kontakta Mats Hallor:  
Tel. 0733-788 758  
E-post: [annons@luthagsnytt.se](mailto:annons@luthagsnytt.se)

### UPPLAGA

5.000 ex (inkl. de flesta företag i Luthagen)

### UTGIVNINGSDAGAR

6 nummer per år.  
Februari (Sportlov)  
April (Vår)  
Juni (Skolavslutning)  
September (Skolstart)  
Oktober (Höst)  
December (Jul)

### MANUSSTOPP

10 dagar innan utgivning

### MATERIALGRANSKNING

Luthagsnytt förbehåller sig rätten att avböja olämpliga annonser liksom att avböja eller redigera insända redaktionella bidrag.

### PRODUKTION

Trycksaksnisse



### TRYCK

Eklundshofs Grafiska



**Annonsera i en  
välkommen tidning!**

Som annonsör kan du lita på att din annons syns i en tidning som är populär och välkommen. Kontakta oss för annonsering! Kontaktinfo ovan.

# Vi är proffs på att sälja bostadsrätter.

Funderar du på att sälja din bostadsrätt? Ring 018-17 25 80 och SNACKA BOSTAD med oss. Vi är specialiserade på att förmedla bostadsrätter och det är vi väldigt bra på. Över telefon besvarar vi dina frågor och ger dig en snabb bild av hur intresset ser ut i Luthagen. Testa oss gärna, vi tål att jämföras! Vi har massor av nöjda kunder här i Luthagen som kan berätta om hur bra affärer dom har gjort tillsammans med oss.  
*Välkommen!*



JENNIE BLICHFELD  
0708-51 28 38

TOMMY LÅNGSTEN  
0708-66 66 38

KIM HOLMGREN  
0703-52 25 57

MÅRTEN HOLM  
0730-29 99 70

HELENE MOLUND  
0708-83 39 09

JÖRGEN ANDERSON  
0708-15 19 85

HELENA SWAHN  
0705-42 24 90

MARTIN BOHOLM  
0702-13 18 09

MALIN ENLUND  
070-104 08 06

## VÄLJ EN MÄKLARE SOM PASSAR DIG!

*Vi har även specialiserade villamäklare. Ska du sälja din villa är du lika välkommen.*

 **SVENSK  
FASTIGHETS  
FÖRMEDLING**

*Från ett läge till ett annat*

UPPSALA KUNGSÄNGSGATAN 14. TEL 018-17 25 80 [WWW.SVENSKFAST.SE/UPPSALA](http://WWW.SVENSKFAST.SE/UPPSALA)

 Följ oss på [facebook.com/svenskfast uppsala](https://facebook.com/svenskfast uppsala)