

Tidningen för oss på och kring Luthagen

Luthagsnytt

Nr 6 Dec
www.luthagsnytt.se

2013 ÅRG. 8



Prästintervju:

Thore Rosenberg

Raymond Björling och Eddie Oliva:

Glöggkonsert

Handelsbanken

Kom in och prata ekonomi med oss
på din lokala bank i Luthagen.

Handelsbanken Luthagen
Ringgatan 35
018 34 08 70
www.handelsbanken.se/luthagen



INNEHÅLL

Kalendarium.....	4
Polisrapporten.....	5
Glöggkonsert Stabbygården.....	6
Intervju: Prästen Thore Rosenberg.....	8
Uppslaget.....	12
Fågelrapporten: Fågeldöden.....	14
Mattssons Mat: Mattraditioner i juletid	16
På besök: Birger Sorsas loppis	18
Peders Krönikåseri.....	20
Tengborns På banvallen	21
Snöbohms Stripp & jultävling	22
Läsarsidan.....	23



Foto: Cecilia Zaluba

Ettan

Thore Rosenberg är präst i Vindhems kyrkan. Läs intervju på sid 8.



Här finns tidningen:

LIVSMEDELSBUTIKER

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

ÖVRIGA

- Handelsbanken Ringg
- Swedbank Geijersg.
- ST1 Frenco Klangs gränd
- Stabby Prästgård

- Karins Skafferi
- Ekeby Hälsocenter
- Runneviks Cykel
- Leffes Cykel
- Brostugan



På luthagsnytt.se:

TIDIGARE NUMMER

Senaste och tidigare nummer av Luthagsnytt finns på 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.

TIPSA OSS

Stort som smått. Artikeluppdrag, insändare, skvaller..

ANNONSERA

Kontaktinfo finns på sid 23. Annonsmått och priser hittar du på luthagsnytt.se under annonsera.

Vindhems kyrkan

Lördag 21 dec, kl 18.00

Vindhems körens julkonsert

Christmas Cantata av Steve Dobrogosz.
Dir Peter Melin. Anders Bromander, orgel. Fri entré.

4 Advent 22 dec, kl 11.00

Högmässa

Med Thore Rosenberg. Kören Uppslaget. Kyrkkaffe.

Julafton 24 dec, kl 10.00

Gudstjänst för små och stora

Samling vid krubban. Thore Rosenberg. Friska vindar.

Juldagen 25 dec, kl 07.00

Julotta

Kerstin Berglund. Solist: Stefan Simon.

Nyårsafton 31 dec, kl 18.00

Nyårsbön

Kerstin Dillmar.
Anders Bromander, orgel.

Svenska kyrkan 

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

BO NYTT OCH BEKVÄMT I LUTHAGEN

besqab.se/tegner

LUTHAGEN - TEGNÉRGATAN/GÖTGATAN
BRF TEGNÉR NYPRODUKTION 1-6 ROK CA 35-136 KVM

Bo i en helt ny modern lägenhet mitt i det fina Luthagen. Här förenas det charmiga stadslivet med nyproduktionens nya, effektiva och ljusa planlösningar.

Välj bland många olika storlekar och spännande variationer. De flesta bostäder har balkong eller uteplats mot den lugna, gröna innergården. Garage med hiss till varje våningsplan. Här ska det vara lätt och bekvämt att leva!

FÖRSÄLJNING PÅGÅR.
KONTAKTA VÅR MÄKLARE FÖR MER
INFORMATION OM PROJEKTET.

MÄKLARE

ERA Bostad & Nya hem
Göran Nyström 0767 88 78 87
goran.nystrom@erasweden.com

Gå in på vår hemsida besqab.se/tegner
för intresseanmälan och mer information



BESQAB

Vasa Konst

Kungsgatan 54



JULSALONG
Pågår tom 18 dec.

Botan

Uppsala linneanska trädgårdar

Onsdag 1 jan
Nyårsöppet i Tropiska växthuset
Uppliv värme, ljus och grönska mitt i vintern! Tropiska växthuset, Botaniska trädgården. kl. 12-15

Söndag 5 jan
Tropisk vinter
Visning av det som blommar bäst för dagen! Tropiska växthuset, Botaniska trädgården. kl. 13

Biotopia

22 dec - 7 jan
Jullov på Biotopia - Experimentverkstad
Kom och experimentera med oss i vår experimentverkstad. Hela jullovet kan du prova spännande experiment i Biolabbet.

Fyrisbiografen

Aktuell program:
fyrisbiografen.com

Stabby Prästgård

Onsdag 11 dec
Inför julen
Luciatåg, julsånger med Herman Blom. 19:00.

Vindhems kyrkan

Söndag 15 dec
3 advent
11.00 Högmässa Gudrun Rosén. kyrkkaffe

Söndag 22 dec
4 advent
Högmässa Thore Rosenberg, kyrkkaffe 15.00 Estnisk gudstjänst Ingo Tiit Jaagu

Tisdag 24 dec
Julafton
10:00 Gudstjänst för små och stora, Thore Rosenberg

Onsdag 25 dec
Juldagen
7:00 Julotta Kerstin Berglund 11:00 Lettisk Julgudstjänst leva Graudefelde

Torsdag 26 dec
Gemensam gudstjänst i Domkyrkan

Söndag 29 dec
Söndag efter jul
11:00 Högmässa Sven Sundin, kyrkkaffe

Nyårsafton 31 dec
18:00 Nyårsbön Kerstin Dillmar

Nyårsdagen 1 jan
11:00 Gemensam gudstjänst i domkyrkan

Sönd 5 jan
11:00 Mässa Thore Rosenberg
18.00 Konsert Fyris kammarkör

Sönd 12 jan Thore Rosenberg
11:00 Mässa
16.00 Konsert kören Canzonetta

Sönd 19 jan
11:00 Det nya pastoratet firas med en gemensam gudstjänst i domkyrkan.

Ons 5 feb Thore Rosenberg
10.00 Vardagsgudstjänst Spirans öppna förskola

Sönd 9 feb Thore Rosenberg
11.00 Gudstjänst med små och stora

Träffpunkt Ramund

Måndag 16 dec
Kims förskola lussar för oss i samlingssalen 10.00

Onsdag 18 dec
Fotgymnastik med Shahin 13.00.
Fre 20 dec
Vi pyntar granen och Pensionärsdraget spelar julmusik 13.00.

Fyrisshov

Lördag 14 dec
Uppsala Gymnastikförenings juluppvisning
Uppsala Gymnastikförenings årliga juluppvisning. En fantastisk show med alla grupper!

2-6 jan

Storvretacupen - Världens största innebandycup
21:a upplagan av Storvretacupen, världens största innebandycup!

16-19 jan
Swedish Masters - Badminton
International stortävling i badminton. Sveriges största och en av europatourens bästa tävlingar med anor från 1956.

Lördag 1 feb
Belgoträff - Mässa och ölprovnig
Mässa och ölprovnig med belgiska och franska öltyper. Besökare är välkomna att lära sig mer om hembryggning. Syror, estrar, kryddor, frukt, socker eller specialmalt? På Belgoträffen får alla sitt lymtämte av belgisk ölkultur i hembryggd tappning.

Alla besökarna är domare i folkets val, där de bästa brygderna koras.

Storgatan 11

Fredag 13 dec
Luciatåg och fika

Torsdag 19 dec
Schackskola

Söndag 12 jan
Julgransplundring.

Fredag 24 jan
Datakurs för nybörjare 13.00. Qi Gong 13.30

Upplandsmuseet

6 dec - 27 april
Vår tid på jorden
Foto Mattias Klum.

Söndag 8 dec
Jul som på Strindbergs tid
Etnologen Katarina Ek-Nilsson berättar om hur August Strindberg skildrat julen och

hur man firade jul i hans egen familj. Föreläsning i professors-hemmets stora sal. Efteråt bjuder vi på glögg och pepparkakor. Walmstedtska gården kl 14.

Fredag 13 dec & Söndag 15 dec
Julvisningar
Följ med husan på en visning av professor Herman Rydins hem. Entré: 30 kr. Max 25 personer per grupp. Walmstedtska gården kl 14.

Tisdag 17 dec
Livsbild
20 röster i tid och rum Utställningen invigs av landstingsrådet Anna-Karin Klomp. kl 17.

Galleri Peder Strandh

Galleri på Skolgatan 7 (gardshuset)



Best Of Spain
-Delikatesser från Spanien

Geijersgatan 14B Tel 44 47 157 info@bestofspain.se

Prisbelönta delikatesser
Direkt från Spanien!

Spaniens främsta Olivolja, Pata Negra, Chorizo, Manchego, Turrón och Choklad.
Även prisvärda presentkorgar och paket.



Paellapakett
250 kr

ÖPPET: Tis-Tors 14-18 Fre 14-19 Lör 11-15 www.bestofspain.se

GALLERI

Peder Strandh

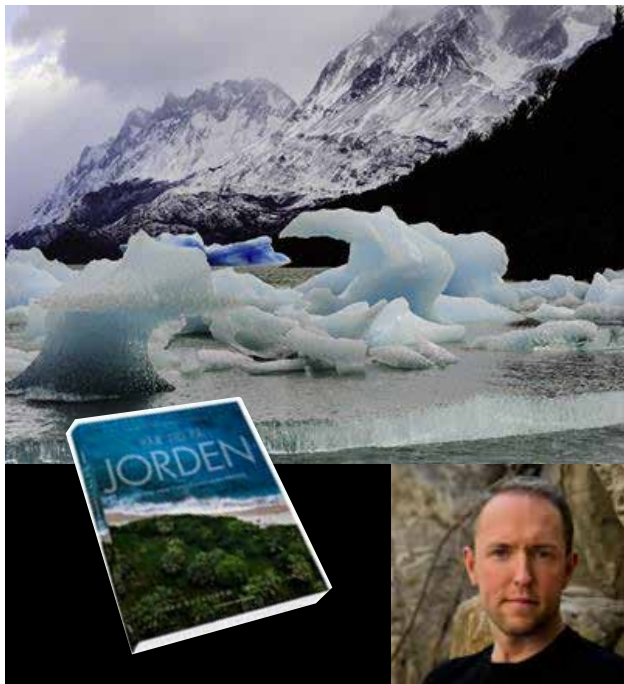


ÖPPET

Torsdagar

16-20

Skolgatan 7 (granne med Katedralskolan)



Vår tid på jorden Foto: Mattias Klum

6 december-27 april 2014

Aldrig tidigare har människan haft så starka bevis för att hennes framtida välbefinnande är beroende av vår förmåga att snabbt övergå till global hållbarhet. Människligheten har nått ett vägskäl. Vi kan göra skillnad. Vi måste börja NU.

Mattias Klum, världsfotograf med rötter i Uppsala, visar i utställningen en serie bilder från jordens alla hörn. Vi möter jordens skönhet, men också dess skörhet. I samarbete med forskaren Johan Rockström, professor i miljövetenskap vid Stockholms universitet, ger han ett kraftfullt inlägg i miljödebatten.

Utställningen och boken med samma namn, andas optimism. Idag har människan både tekniken och kunskapen att påbörja sin mest utmanande och spännande resa någonsin. Allt för att uppnå en värld inom det säkra manöverutrymme av planetens hållbara gränser.

POLISNYTT



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

2013-12-08 02:05,
Misshandel, Svartbäcksgatan
Två kvinnor rök ihop och slogs på en restaurang på Svartbäcksgatan i någon form av svartsjukedrama. Båda kvinnorna fick skador och den ena tvingades uppsöka sjukhus för att få skadorna omplåstrade. Båda kvinnorna anmälde varandra för misshandel.

2013-12-02 10:25
Trafikhinder, Bärbyleden
På morgonen tappade någon en julgran på Bärbyleden i höjd med trafikplats 189. Granen orsakade viss störning i trafiken men ingenting allvarligt. Granen som var i plast finns numera på polisens hittegodsavdelning

Källa: Polisen

RELAXIA



HUD & SPA

Vi firar
3 år!

Julerbjudande

Ansiktsbehandling495:- (ord. pris 650:-)
Ryggmassage.....225:- (ord. pris 300:-)
Fotvård395:- (ord. pris 495:-)

25%

på alla BABOR-produkter,
smycken & SJALAR december ut.

Drop in i mån av tid

Öppet: Mån-Fre 11-17
eller enl. överrenskommelse

relaxiaspa.se marielle@relaxiaspa.se
Geijersgatan 34A Tel: 018-50 23 00 Mobil: 070-699 03 87

Många företag i Luthagen och Librobäck är kunder till oss.

Välkommen du också!

Sturegatan 1 • 018-56 62 60
Nära dig!

duorevision.se
trioedovisning.se

DUO

TRIO

Välkommen på

GLÖGG-KONSERT!

Klockan 3 den 3e Advent

Stabbygården



Eddie Oliva



Raymond Björling



Uppsala
Mindfulness-
& Yogainstitut

Reservera biljett
160kr inklusive fika

070-4498741

lena@uppsalamindfulnessyoga.se



RAYMOND BJÖRLING OCH EDDIE OLIVA:

Glöggkonsert på stabbygården

RAYMOND BJÖRLING - Jussis sonson – har blivit Uppsalabo och bor sedan juni vid Trehörningens strand. Söndagen den 3 Advent bjuds alla Uppsalabor in tillsammans och Eddie Olivas Glöggkonsert på Stabbygården.

Raymond står sångligt på topp just nu. En operatenor i världsklass som har den ovanliga förmågan att tolka Schuberts Winterrise med innerlighet och djup för att i nästa minut sjunga Elvis Pressley med en sensualism utan att den klassiska skolningen lyser igenom. Plötsligt lyssnar man till texten i tolkningen av en välkänd Dan Andersson sång. På glöggkonserten blir det självklart Adams Julsång O Helga Natt – fullt i klass med farfar Jussi och pappa Rolf – Luciasången kommer Ni att få höra på italienska. Om det

blir Raymond eller Eddie som ger hals blir en överraskning.

EDDIE OLIVA kom på 70-talet till Sverige för kärlekens skull, redan då etablerad som sångare och låtskrivare hemma i Italien. I Sverige har han fortsatt som folkkär entertainer och artist. På 80-talet hörde vi honom och Cindy Peters sjunga hans egen skrivna låt, "Bara vänner".

Raymond och Eddie Oliva har i många år samarbetat med sina svensk-italienska Julshower

ibland annat Stockholm, Göteborg och Sundsvall.

Glöggkonserten på Stabbygården blir i mindre format, men inte desto sämre!

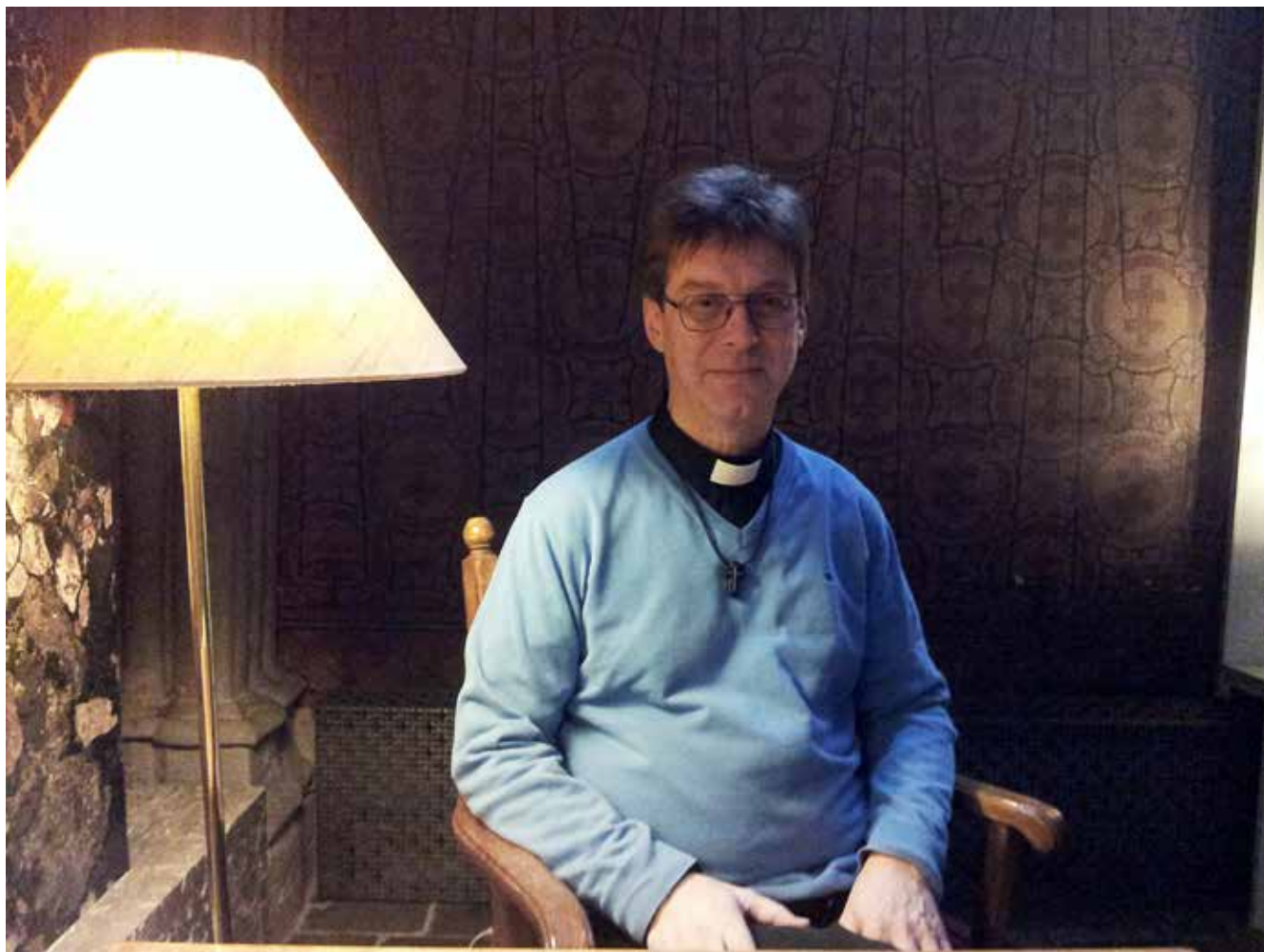
Nya evenemang på Stabbygården och i Uppsala med omnejd planeras till våren och sommaren. Raymond turnerar bland annat med Cadillac Band; Bandet där Little Gerhard, Gert Lengstrand, Svenne Hedlund, Clas-Göran Hedenström, Janne Lucas med fler bjuder på nostalgisk rock. Tillsammans med sin

fästmo Lena Nilsson kommer Raymond att ge Master Class för både solosångare och körsångare i kombination med yoga, andning och avspänning.

Sist men inte minst är Raymond utbildad kock och ordnar middagar med underhållning som "Den sjungande Kocken." ❄️

Lena Nilsson

Fotnot: Konserten hålls sönd 15 dec kl. 15.00. Se annons här intill.



Thore Rosenberg är präst i Vindhems kyrkan.

I Rosens namn klämtar klockan för Er...

Det är lätt att gå förbi det vitmenade huset med den tjärade klockstapeln, i hörnet Geijersgatan-Vindhmsgatan. Att gå in och besöka en av gudstjänsterna eller andra samkväm, är något annat. Här pulserar det av liv på söndagar och vardag-kvällar. En folkets kyrka? Nja, en levande kyrka, i vilket fall, med betoning på Luthagsbor. Luthagsnytt intervjuar Vindhems kyrkans präst Thore Rosenberg om livet som präst.

Hur började din bana som präst, Thore?

– 1977 började jag arbeta som församlingsdiakon inom Svenska kyrkan. 1991 vigdes jag till diakon och arbetade med det under ca 20 år. De sista åren började jag aktivt fundera på prästyrket. Teologi har jag alltid velat läsa.

Hur verkställde du studier med försörjning?

– Man förhandlar med sin fru! Jag fortsatte att arbeta deltid som diakon och började extraknäcka som begravnings-entreprenör. Det var mycket intressant för övrigt, jag lärde

mig en hel del om begravningsritualer och vad människor i sorg går igenom.

Det låter som en jordnära erfarenhet!

– Minst sagt. Jag är väldigt tacksam för alla mina tidigare erfarenheter, allt är till nytta för det jobb jag har idag.

Vad intresserar dig mest i prästyrket?

– Att föra människor samman, att få dem att komma nära Gud och varandra. Att kunna erbjuda närhet och engagemang. *Kan du ge några exempel på hur detta omsätts i praktiken, sen du blev präst?*

– Ja, vi har skapat en barnhörna inne i kyrksalen. Och så har altaret fått en ny central plats. Jag vill gärna passa på och påminna Luthagsborna att kyrkan är öppen för alla till vardags.

Vad mer är kyrkans lokaler till för?

– Vi har den öppna och två fasta förskolor som länkar föräldraskapet med kyrkan, om man så önskar. Vi har även en barnkör som uppträder vid gudstjänsterna.

Hur ser din tjänst ut?

– 70% är arbete i församlingen Vindhem, 10% ligger i polishuset där jag assisterar

vid dödsfall. En annan del av min tjänst omfattar även Eriksdalsgården som är ett äldreboende i Luthagen.

Du sysslar en del med själavård. Vad har du för utbildning?

– Jag har gått en 5 terminers kurs på St Lukas, deltid, i enskild själavård.

Vad vill äldre samtala med dig om?

– Hur livet blev till slut. När livets möjligheter börjat sina ut. Man kan då behöva få hjälp med att försonas med hur livet blev eller inte blev.

Och annan själavård, vad behöver den vanliga själa-sökande perso-



Anders Bromander ger en sista anvisning till medlemmar av Vindhems körén inför 1:a adventsgudstjänsten.

nen hjälp med?

– Relationer, hur man för-
mår leva ihop eller inte. Att få
ihop livspusslet i den stressade
tid vi lever i. Och slutligen – att
få brottas med sin Gud. Att få
vrida och vända på sin Gudstro
tillsammans med någon företrä-
dare av kyrkan.
Du genomför vigslar, dop,

*begravningar och konfirmationer.
Vilken annan verksamhet är du
involverad i?*

– Vi har en ungdomsverk-
samhet med ledarutbildning,
två konfirmandgrupper och en
Riddarskola för skolungdom.
Barn har också i vår regi fått
möta äldre som berättat om
hur det var förr. Det har varit

mycket uppskattat.

*Vilken ritual är den viktigaste du
utför, anser du?*

– Dopet utan tvekan. Det är
ingången till kyrkan och intar
en central plats i människans
framtida trosutveckling. Det
skapar identitet och ger första
nyckeln till gudstron.

*- Till ett annat ämne, tiggare är
inte tillättna utanför domkyrkan
och här finns de inte. Har du
någon kommentar?*

– Nej, de söker sig ju
framförallt till diverse affärs-
centra. Nu är de många i city.
Jag försöker ha lite småpengar
i fickan och ser dem som de

hjälp-behövande medmänniskor
de är. Hjälp i form av pengar
behöver de i vilket fall, även om
en långsiktig lösning på deras
situation inte verkar vara till
hands, ännu.

*– Slutligen. Vad är en bra dag för
dig, Thore?*

– En bra dag är när jag kan
vara steget före i alla möten och
göromål som mitt jobb innebär.
Att kunna förbereda mig väl för
den närvaro och det engage-
mang mitt kall kräver. ✝

Cecilia Zaluha

Luthagsnytt sponsrar:

Medan du värmer glöggen...

För hemlösa är utsattheten extra
kännbar under julen. Med ditt
stöd kan fler hemlösa i Uppsala
välkomnas in i värmen och gemen-
skapen, erbjudas ett mål mat och
samtalsstöd.

Bli månadsgivare på uppsalastadsmission.se
eller sätt in ett valfritt belopp på
PG 900282-5. Det är trots allt det julen
handlar om. Att göra något för en god sak.

Uppsala
stadsmission
www.uppsalastadsmission.se



Härligt Vantpaket

av mjukaste INDIECITA ullgarn



Finns hos:

garnlagret.se
hippstick.se
gbsgarn.se

grunnebogarn.se
handlagarn.se

Paket och färgkarta
(52 färger) kan också
beställas på
info@naturgarn.se

Färgkartan kostar 29kr
inkl. porto.

Som du vill

På Attendo erbjuder vi hemtjänst och hushållsnära tjänster till dig som behöver lite extra stöd och hjälp i hemmet.

Vi ser till att det blir som du vill ha det.

Vill du veta mer om oss, ring **070-207 41 10**.

Attendo 
Omsorg på ditt sätt



MATSEDEL SENIORRESTAURANGERNA

Vecka 50

Fredag 13 dec - Lucia

Lutfisk med vitsås, kryddpeppar och kokt potatis
Risgrönsgröt med vörtbröd och skinka

Lördag 14 dec

Ostgratinerad kassler och potatisgratäng
Paj med svamp och rotfrukter samt örtdressing

Söndag 15 dec - 3:e advent

Örtagårdsstek med sås och kokt potatis
Rökt kalkon med rödbetsallad och potatis
Dessert: Vaniljglass med kolasås och sockrade lingon

Vecka 51

Måndag 16 dec

Julkorv med potatismos och rödkålssallad
Kökets val

Tisdag 17 dec

Grekisk fårsbiff med rosépepparsås och potatis
Laxbullar i hummersås med kokt potatis

Onsdag 18 dec

Stekt strömming med hemlagat potatismos
Köttkorv med hemlagat potatismos och senap

Torsdag 19 dec

Ärtsoppa med fläsk
Kökets val
Dessert: Pannkaka med sylt och grädd

Fredag 20 dec

Kökets val

Lördag 21 dec

Kokt torsk med ägg- och persiljesås
samt potatis
Couscouspytt med kall örtsås

Söndag 22 dec - 4:e advent

Biffstroganoff med ris
Omelett med svampstuvning och grönsaker
Dessert: Mjuk pepparkaka med lingongrädde

Vecka 52

Måndag 23 dec

Hovmästarbiff med pepparsås och kokt potatis
Fiskbullar i dillsås och kokt potatis

Tisdag 24 dec - JULAFTON!

Jultallrik
Dessert: Julens blandade godisfat

Onsdag 25 dec - Juldagen

Skinkstek med äppelsås och kokt potatis
Julkorv med rotmos och rödkålssallad

Torsdag 26 dec - Annandag Jul

Grönkålssoppa med ägghalva, vörtbröd och ost
Morotsoppa med vörtbröd och ost
Dessert: Ris á la Malta

Fredag 27 dec

Kycklinggryta med aprikos och ris
Potatisbullar med lingonsylt

Lördag 28 dec

Wallenbergare med lingonsylt och potatismos
Kallskuret med rödbetsallad och kokt potatis

Söndag 29 dec

Burgundisk köttgryta med kokt potatis
Rotfruktplättar med kall pepparrotssås
Dessert: Creme caramel

Varje dag serveras varma grönsaker och/eller råkost till maten. Till soppa serveras alltid mjukt bröd och pålägg eller frukt.



Antikt & Begagnat



CAPELLA SECOND HAND
Rackarbergsg. 10. Tel: 50 45 40
Öppet: Mån-Tor 11-18 Fre 11-16
Varannan Lör 11-15.

SIRIUS LOPPMARKNAD



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

ANTIKN LÖPPIS - Birger Sorsa

Granitvägen 6, Eriksberg
0738 - 515 041
Öppet: O, T, F, L 10-18

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

GRINDSTOLPEN AB

FULLSERVICEBYRÅ
S:t Olofsgatan 46
018-13 03 26 SMS: 0708- 60 03 26
www.grindstolpen.se



UPPSALA BEGRAVNINGSBYRÅ
LEVINS & SERENANDER
Bergagatan 2 (hörnet kyrkogården)
Telefon: 018-501150
www.levins-serenander.se

ADAGIO BEGRAVNINGSBYRÅ

Stina Wahlund
0700-923 550
stina@adagjobegravning.se



S:T OLOF FAMILJEJURIDIK
S:t Olofsgatan 12
Tel: 018 53 33 00
www.uppsalajuridik.se

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



Friskvård, Massage och Träning
Sturegatan 1, Telefon: 018-504240
www.mcwgruppen.se



FOTVÅRDSBEHANDLING
Geijersgatan 15 B
Tel: 018 - 55 14 14

SALONG LUTHAGEN



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

LUTHAGENS TANDVÅRD
Vasagatan 1C
018-50 77 70



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

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



Rehabcentrum i Uppsala
S:t Olofsgatan 18, Tel 018-4309994
www.massageterapeuterna.nu

CHOKLADSPA.SE
Klassisk-Choklad-HotStone, Lymfrånage-Reumatiker-massage, Zonterapi.
Österängsgatan 12 A

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

Mat, Livs & Catering



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



ELISABETHS OST & DELIKATESSER
Presenter och vardagslyx!
Syslomsang. 6,
Mån-fre 10-18, lörd 10-15
018-418 37 00, www.elisabeths.se



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

Tjänster

SNIDAR
RAMVERKSTAD/SNICKERI
13 36 06 Seminariegatan 26
www.snidar.se

MARIATJÄNST
Hushållsnära tjänster - rutavdrag
Vardagsomsorg, städ, promenader
Vasagatan 1, Tel 018 712570
info@marijatjanst.se

TRÄDGÅRDSMÄSTARE M LINDELL
Ritningar, rådgivning, beskärning,
häckklippning, buskgallring mm
0707-216 513 marie@greenful.se
www.greenful.se



JMAB
Elinstallationer
Tel: 018-56 70 40

HandtagHemma

HEMMATJÄNSTER
Som omfattas av RUT och ROT
Tel. 018-39 21 55 el. 0703-256266
barbara@handtaghemma.se

Hemstäd Flytt & Byggstäd
TRÄDGÅRDSTJÄNSTER
Q Team 018 - 10 28 22
Pernilla & Lena

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

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



RYDS BILGLAS
Svartbäcksg. 75
Tel. 018-600 840

Sport & Fritid



LEFFES CYKEL
Sibylleg. 9
Tel: 53 60 45

RUNNEVIKS CYKEL
Syslomsangatan 30
Tel: 018-52 60 00

Kultur

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.

Övrigt



HOTELL CHARLOTTE
St Johannesgatan 31 c
018 510414
hotellcharlotte.se



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



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



Vecka 50

Måndag 9 dec

Meny 1: Julkorv m potatismos o rödkålscoleslaw
Meny 2: Janssons frestelse och ägghalva
Meny 3: Rotfruktsfrestelse och ägghalva

Tisdag 10 dec

Meny 1: Chicken à la King och ris
Meny 2: Italiensk pastalåda
Meny 3: Linsbiffar med tomatsalsa och kokt potatis

Onsdag 11 dec

Meny 1: Spagetti och köttfärsås
Meny 2: Omelett med svampstuvning och ugnsstek potatis
Meny 3: Spagetti och grönsaksås

Torsdag 12 dec

Meny 1: Panerad sejfilé med gräddfilssås och kokt potatis
Meny 2: Korvgryta m rotfrukter o kokt potatis
Meny 3: Rårisgratäng med svamp

Fredag 13 dec – Lucialunch!

Meny 1: Risgrynsgröt med vörtbröd, ost, apelsin och pepparkaka

Vecka 51

Måndag 16 dec

Meny 1: Kökets val

Tisdag 17 dec

Meny 1: Kycklinggratäng med ananas och ris
Meny 2: Texmexbiff m majspesto o kokt potatis

Meny 3: Quorngratäng med ananas och ris

Onsdag 18 dec

Meny 1: Köttbullar och prinskorv med rödkål och kokt potatis
Meny 2: Silltallrik med ägghalva och kokt potatis
Meny 3: Sojakorv, stuvade morötter o kokt potatis

Torsdag 19 dec

Fiskgratäng m oreganosås o kokt potatis
Meny 2: Kökets val
Meny 3: Morotsratatouille och kokt potatis

Fredag 20 dec

Meny 1: Gulaschsoppa, mjukt bröd och pålägg
Meny 2: Kökets val
Meny 3: Pannkaka med kaneläpplen



Kungsgårdets vårdcentral

Välkommen till
Kungsgårdets vårdcentral

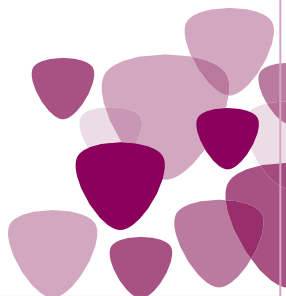
God Helg!

Vi har öppet alla vardagar
under jul och nyår.

Du når oss på 018-611 78 55 eller
på www.minavardkontakter.se.

Vår besöksadress är
S:t Johannesgatan 28 A.
Mer information hittar du
även på vår hemsida
www.lul.se/kungsgardet

Välkommen!



Lars Karlsson Bilverkstad AB

Vi har däckhotell!

Den kompletta
allbilverkstaden
med kompetens
och kunnande



Hildur Ottelinsgatan 21 B
(Nedanför Eriksskolan)

018-54 35 60

KVALITETSKLÄDER Till enorma lågpriser



Hällbygatan 32 Tel: 53 35 00

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 10-17³⁰
Fre 10-14

Laga från 0:- Stenskott

Boka även tid på 020-355 355
eller på www.rydsbilglas.se

RYDS
BILGLAS

Svartbäcken 018-600 840
Boländerna 018-600 800
Fyrislund 018-101 540



Gäller bilar som har minst halvförsäkring



FågelRapporten

av Roger Gyllin

Fågeldöden

Fåglar dör.

Det kan tyckas vara ett trivialt påpekande. Det gör ju, förr eller senare, allt levande på vår jord.

Men tänk efter: Man hittar nästan aldrig en död fågel. Faktiskt nästan aldrig. De få gånger jag gör det brukar det vara en björktrast som just lämnat boet i Vasaparken eller Tegnerparken och fått sig en törn av en bil, när den på alltjämt mycket osäkra vingar flugit över en gata.

Det händer också någon sällsynt gång att jag hittar en samling fjäder av ringduva. Men av kroppen syns som regel inte ett spår.

Det är konstigt att man så sällan möter döden i form av en död fågel i naturen. För som sagt: Fåglar dör. I massor och året runt.

Uppsalaprofessorn Staffan Ulfstrand har räknat ut att det dör 240 miljoner svenska fåglar varje år. Ja, du läste rätt: 240 miljoner! Jämför detta med Sveriges befolkning om knappa 10 miljoner.

Eller räkna ut vad 240 miljoner döda fåglar per år blir omvandlat till mindre tidsenheter. Miniräknaren ger raskt beskedet att det dör 657 500

fåglar varje dag. Eller 457 fåglar i minuten. Dag in och dag ut.

Eller annorlunda uttryckt: Bara medan du läser den här korta artikeln i Luthagsnytt dör det 1 000 fåglar.

Varför dör då fåglarna? Man skulle kanske tro att sparvhökar och katter utgör det största hotet mot den pigga talgoxe eller blåmes vi dagligen ser på vårt fågelbord.

Men så är det inte. Det är faktiskt vida mindre organismer än hökar och katter som oftast utgör dödsorsaken: inre parasiter, vilka angriper t ex andningsorganen eller tarmkanalen.

Och så var det också för oss människor till för inte så länge sedan.

En fågelindivids försvagning till följd av parasitangrepp är naturligtvis något som sker successivt.

Men döden kan komma plötsligt. Den ornitologiske folkbildaren Magnus Ullman berättar hur en skådarkompis satt bekvämt tillbakalutad mot en björkstam och fikade. Plötsligt plaskade det till i muggen: en blåmes!

Ena sekunden till synes pigg och frisk uppe i björken, sedan ögonblicklig död, klorna

släppte sitt fäste om kvisten och sekunden senare låg mesen blöt och tilltufsad i det svarta kaffet.

Mot ovanstående bakgrund kan man fråga sig: Är det någon mening med att mata fåglar? Tjänar det något till utöver nöjet för oss själva att på nära håll få betrakta dessa underverk i form och färg?

Ja, det gör det. Fåglar skiljer sig nämligen inte från oss människor. Ju mera välnärda vi är, ju bättre och rikare föda vi får, desto effektivare fungerar vårt immunförsvar mot angrepp av olika mikroorganismer.

Så det är bara att mata på. Det gör nytta.

Men framför allt får vi inte förstöra de rika matplatser som uppstår spontant. Dvs man får inte bära sig åt som Uppsala kommun av rent oförstånd har gjort på Stabbyfälten inför den kommande snövintern (se fågelrapporten i förra numret av Luthagsnytt).

Att, som nu skett, slå och frakta bort alla de rikt fröbärande växterna på Stabbyfälten visar på en förfärande brist på biologisk insikt hos ansvariga politiker och tjänstemän.

Får vi be om en skärpning till nästa vinter, tack! ❁



TIUNDA IF är Luthagens egen Innebandyklubb sedan 1999.

Vi erbjuder innebandy för barn och ungdomar i såväl närområdet som från andra delar av staden.

Läs mer på vår hemsida: www.tiundaif.se

Intresserad av att prova på innebandy?

Mejla till: jagvillspela@tiundaif.se



Kommunens svar om Stabbyfältet:

Åkrarna på Stabbyfälten har inte kunnat arrenderas ut under de senaste åren p.g.a. att annan markanvändning planeras. Detta har ju varit till fördel för fågelfaunan under en tid. P.g.a. av mycket klagomål från allmänheten fick en entreprenör tidigare i år i uppdrag att slå av ogräset. Materialet har däremot inte transporterats bort så som framgått i er tidning, utan fått ligga kvar på plats. Den som gav detta uppdrag hade troligen inte övervägt ogräsfältets positiva betydelse för fågelfaunan.

MIA AGVALD JÄGBORN
Naturvårdsplanerare

Upptäck
Nelins

Frukt & Grönt - Alltid till lägsta dagspris!



Solrosfrö
strimmigt 20kg
225kr/säck

Flamingo
röd eller vit
fr 63kr

Julblommor
Julros, julbegonia,
hyacinter, orkidéer
med mera



Amaryllis
2-3 stänglar
69kr

Mån-Fre	9 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰
Lördag	9 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰
Söndag	10 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰

Delidisk: mån-ons 9-18, tor-fre 9-19, lör 9-16, sön stängt.
Börjegatan 70 Tel. 53 34 44 www.nelins.se

**KARINS
SKAFFERI**

Delikatesser och goda presenter

**Nu är det julstämning
i Skafferiet!**



Glögg, pepparkakor, enbärsmust och svagdricka. Plumcake, stollen, marsipangrisar och saffransbröd.

Julsenap, goda ostar, olja och vinäger. Nougat, kola, handgjorda praliner och julchoklad.

Beställ presentpåsar och julkorgar hos mig!

Utökade ÖPPETIDER:
mån 16/12 - fre 20/12 11-19
lör och sön 11 - 15
mån 23/12 11-17

**GOD JUL OCH
GOTT NYTT ÅR**

Tel: 018-55 56 37 Geijersgatan 15 www.karinsskafferi.se

**ekeby
hälsocenter**
Uppsalas nytänkande vårdcentral

Välkommen in!



Vi bjuder alltid på fika i vår VIP-lounge!
Låna en iPad, lyssna på musik eller läs en tidning, alltid fri WiFi!

**BEHÖVER DU EN NY
VÅRD CENTRAL?**

Hos oss får du ditt eget Hälsoteam! Vi har plats och tid för dig! **DROP IN** alla vardagar 8-17!

- Hälsoundersökningar
- Studenthälsa
- Vaccination
- Lab för provtagning
- Gym för rehab



Gå, cykla, ta bilen eller bussen till oss!

Här är ditt Hälsoteam!

Allmänläkare, distriktssköterskor, astmasköterska, diabetessköterska, sjukgymnaster, dietister, psykolog, kuratorer och psykoterapeuter.

Vi har BVC också!

Det är gratis!

DROP IN

LISTA DIG

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

www.ekebyhalsocenter.se 018 611 08 00 SMS 71700: "Lista (mellanlag) personnummer"

Mattssons Mat

Lars-Olof Mattsson om mat & matkultur



” Oftast får man vara glad om man får en klick vispad grädde till sitt syltade päron...”

Mat och mattraditioner i juletid

Sådär, då står julen åter för dörren. Jag brukar alltid uppmana folk att ta det lite lugnt med julstressen. Det viktiga är trots allt inte städningen eller maten utan att man får vara tillsammans. Förhoppningsvis med just de människor man verkligen vill vara tillsammans med...

Mat ska man laga så länge man tycker det är roligt. I mitt fall blir det då förstås ganska mycket mat. Jag utgår alltid från några saker jag alltid vill ha med, men det är inte särskilt många. Inlagd sill, skinka (enda gången jag köpt färdiggriljerad skinka var när jag på julafton blev utskriven från Akademiska sjukhuset efter en operation), nubbesill, janssons. Sedan fyller jag på med det jag känner för just det året. Jag är lite anglofil så många år har jag gjort egen plumpudding som serverats på juldagen.

En tradition i min familj sedan kanske ett sekel tillbaka och som säkert många tycker känns lite kuriös, är att det på juldagsmorgonen ska serveras stekt fläsk, blodpalt i vitsås och kokt mandelpotatis. Men traditioner – inklusive mattraditioner – är ju så olika, inte minst mellan olika landsdelar.

Att ostkakan är populär julmat i Småland är knappast någon överraskning, men tydligen äter man också en specialvariant av kroppkakor vilket var en nyhet för mig till

alldeles nyligen. Mer exotisk är en rätt som ängermanlänningar och andra norrut boende sätter i sig till jul; blana, som är en blandning av vispad grädde och messmör. I Västerbotten lär anrättningen gå under beteckningen mesefil.

Julgäddan var förr i tiden en given rätt på julbordet i Uppsala, serverad med pepparrotssås och kålrot. Den är nu tämligen försvunnen, åtminstone har jag aldrig upptäckt någon trots omsorgsfullt julbordsätande under många år i staden. Men traditionen lär finnas kvar runt om i Roslagen och kanske på andra håll.

Lite lustigt är att i Skåne äter man brunkål, i Halland grönkål och i Bohuslän rödkål.

I Härjedalen är göm en traditionell festrätt, inte minst till jul. I Jämtland kallas den grynost och någon påstod att den kallas pank i Västernorrland. Den görs genom att ystad mjölk kokas ihop och smaksätts.

Göm är för övrigt en av alla dessa traditionella rätter runt om i landet som nu hotas av det klåfingriga Livsmedelsverkets idéer om att förbjuda försäljning av opastöriserad mjölk från bonde till privatperson. Men låt oss inte prata om så tråkiga saker så här till jul, utan gå över på lite recept.

Eftersom jag haft ganska utmanande rätter i de senaste krönikorna tänkte jag nu hålla

det hela lite enklare. Något som finns på julborden i alla landsdelar är senap. Då kan det ju vara lite roligt att göra egen sådan. Här är ett recept som har sitt ursprung hos den svenska kokkonstens fader (nej, inte Per Morberg) och hans klassiker ”Smörgäsbordet”, nämligen Tore Wretman.

Julsenap

1 dl senapspulver
1,5 msk vinäger
1 tsk salt
2 msk ljus sirap
1,5 dl gräddfil

Rör samman allt utom gräddfilen till en slät konsistens. Rör därefter ner gräddfilen. Fyll senapen i en burk med tättslutande lock och låt stå minst en vecka. Sedan blir den bara godare. Senapen blir dock ganska stark och gillar man inte det kan man minska något på mängden senapspulver. Eller varför inte experimentera fram ditt helt egna recept med ovanstående som grund?

Så tänkte jag avslutningsvis slå ett slag för något som jag tycker är eftersatt i Sverige: Efterrättssåsen. Oftast får man vara glad om man får en klick vispad grädde till sitt syltade päron, eller vad det nu är som serveras. Annat är det i många andra länder, och här ska jag förmedla ett recept som jag

fick för många år sedan av en brittisk vän.

Fionas konjakssås

40g smör
2 strukna matskedar vetemjöl
1,5 matskedar socker
425 ml mjölk
2-3 matskedar konjak

Smält smöret i en kastrull och arbeta sedan in mjölet. Låt koka bara en kort stund, får inte bli brunt. Tillsätt mjölken gradvis under omrörning, se till att det inte blir klumpar. Tillsätt sedan sockret och sjud på låg värme ca 8-10 minuter. Rör försiktigt hela tiden. Tillsätt till sist konjaken efter smak.

Nu undrar vän av ordning vad detta har med julen att göra? Jo, denna sås serverar engelsmännen bland annat till julens plumpudding. I Sverige kan man använda den till andra desserter, men jag låter läsaren själv avgöra till vilka. För min del skulle jag kunna tänka mig att servera den kall till en mastig julfruktkaka. Eller varm till en ljummen äppelpaj.

Det var allt för denna gång och allt för i år. Ha det nu skönt och avkopplande i jul och nyår! Och kom ihåg att lagom är bäst...

Lars-Olof Mattsson

Luthagnytts läsare får en tidig julklapp!



Ta med annonsen och byt ut den mot

10% rabatt

Gäller tom 23/12 2013

på vad Ni köper hos TVÅ SEKEL!

VÄLKOMNA!

Två
SEKEL



Seminarieg. 26 (Korsningen Seminarieg/Fyrisvallsg)

Tel: 018-10 77 22

Öppet:

Hemsida: www.tvasekel.se Vard 11-18, Lör 10-14

Annas Ramverkstad

Geijersgatan 15 A

Alla typer av inramningar
Råd och förslag



Öppettider:

Mån - Fre
11-13 och 16-18

018-551039 www.annasramverkstad.se



Ramverket

vi erbjuder prisvärda inramningar med professionella material

Vi finns vid Restaurang Byggbiten.
Seminariegatan 26.
018 - 13 36 06

Besök gärna vår hemsida:
www.snidar.se

Uppsala Stadsmission Second Hand

Fyrisvallsg. 11, 018-56 40 80



Öppettider

Mån-fre 10-18

Lör 10-14

Överskottet går till våra sociala verksamheter.
För öppettider under Jul och Nyår se hemsida.

Uppsala
stadsmission
www.uppsalastadsmission.se



Birger Sorsa har ett leende som gör en glad!

Birger Sorsas loppis

Vad ska man nu köpa för julklappar i år? Besök Birger Sorsas loppis i Eriksberg säger jag. Du behöver inte kolla pricerunner först, prisläget är bra. Och precis som på Kjell & Company finns här kunnig personal. Men pass opp var du sätter fötterna så du inte trampar på ditt fynd!

Jag skulle vilja påstå att Birger Sorsa, 75, har en oslagbar kombination av ödmjukhet, kunnande och charm.

Dock, för pendantsivrare och ordningsivrare bör nog en varning utfärdas: här är rätt så stökigt! Birger huserar på ca 70 kvadratmeter och att vissa av dessa är rätt så överbelamradade får väl ses som ett understatement.

Men låt oss istället inspireras av ordspråket ”Den som söker skall finna”. Det gjorde jag och fann två persiska mattor och en gungstol bland annat.

Birger Sorsa loppis ligger på bottenvåningen till ett av hyreshusen i Eriksberg (mellan Preem-macken och Västertorg).

Det är ingen speciell inrikt-

ning på vad som tas in:

– Spretig stil var det när som skrev om en annan antikaffär. Det kan väl passa rätt bra som beskrivning även här, säger Birger. Det finns väl inte direkt någonting över 1000 kr.

Sorsa, det var ett konstigt efternamn?

– Ja, det är finskt. Jag kom hit 42, under kriget. Det var än 50.000 ungar som kom över till Sverige då. Jag kom med båt till Stockholm och vidare till Ärna flygplats. Min mamma var med i lotta-rörelsen och de tog emot en 500 ungar i en av hangarerna på flygplatsen. Men där var jag bara i 14 dagar. Jag blev sedan utplacerad hos fosterfamilj i Björklinge.

I 30 år arbetade Birger som mentalskötare på Rånäs sjukhem i Rimbo. Här hade han också tjänstebostad. Samtidigt hade Birger vid denna tid en antikaffär i triangeln bredvid V-Dala Nation.

– Jag jobbade natt, så jag kunde ha öppet en tre dagar i veckan.

Birger passade också på att gå kurser på Medborgarskolan och läsa konsthistoria på Uppsala universitet. Under årens lopp har Birger skaffat sig gedigna kunskaper inom antikt och konst.

– Det är bra om man kan bedömma konst och skilja på en barockstol och en rockokostol. Det blir ju extra roligt om man kan den där biten, säger Birger.

Det passar bra in i pensionslivet att ha en butik att gå till några dagar i veckan. Och eftersom Birger bor i Eriksberg är lokalen på Granitvägen bra.

– Det är en anledningen till att jag inte ledsnar. Att det är så lätt att komma hit, säger Birger.

Birger själv samlar på lacksigill. Vad är nu det? Birger går bort till en hylla och visar ett skrivställ med lacksigill från fyrtio-talet.

– Det här är väl rätt så billigt, kostar 280 kr. Om du har ett flott skrivbord kunde det passa. Här fyller du på bläck och det där är för läskpappret. ✽

Per Jonson



Tre tips från Birger:

– En urna av Törning och en vas av Marie Simmelson från Uppsala Ekeby. Sent 60-tal. Julklappstips för den som vill ge bort något fint.

– Jag kan inte svära på att den är äkta men det kan nog imponera om man är på nån restaurang och lägger fram den.

– Ett par trearmade ljusstakar i silver: skulle tro att det är sent 30-tal. De kan ju bli rätt så pampiga på ett matbord.



Svartbäcksgatan 69
Tel. 018-24 77 06

boka direkt på
www.okq8.se



från 628kr/4h
inkl försäkring.

Lätta lastbilar och släp

Lätta lastbilar (B-körkort). Även Toyota Yaris hyrbil. Släp från 179kr/3h.



2kr/min

GDS-hallen

Både meck- och tvättplatser.



Peder Strandh



KRÖNIKÅSERI

.På ett ögonblick var jag tillbakaslungad till ungdomspassionens neurotiska träsksmarker där svettiga handflator och finmig hy lurade i varje gathörn.

Med mina sinnens fulla bruk!

Så länge jag kan minnas har jag varit överförtjust i angenäma dofter. Troligtvis är detta nedärvt då såväl min far och i synnerhet min mor alltid var måna om dofter. Och mig veterligen så är doften det enda av våra sinnesintryck som går ofiltrerat, alltså utan att först kopplas om i thalamus vilket ska vara fallet i alla andra fall. Utifrån vad undertecknad (vars kunskap om hjärnan är klart lekmanmässig, bör tilläggas), har förstätt så går doftsensationen raka vägen till hjärnans olika luktkentra av vilka det Limbiska systemets Hypotalamus roffar åt sig det mesta.

Kanske är det denna direkta hantering av intryck som gör doften så överlägsen andra sinnesintryck när det kommer till att frammana minnen.

Rätta mig om jag har fel – men jag tror att kosmetikföretaget Fenjal tog sin herrversion av duschkräm från hyllorna redan i början på 90-talet. Min pappa använde sig av den när jag var barn och doften har jag inte känt sedan just tidigt 90-tal... Fram till i morse när jag förnam en kombination av Karl Lagerfelds "Classic" eau de toilette och vit Tigerbalsam. Wow, dunder-och-brak och tjong-i-medaljongen en sådan tripp det blev för mig! På ett ögonblick var jag tillbakaslungad till ungdomspassionens neurotiska träsksmarker där svettiga handflator och finmig hy lurade i varje gathörn. Otroligt nog gillar jag ändå doften, då den också påminner om allt det fina med att vara fjortis; TV:s Dallas var coolt, Gul & Blå var det enda jeansalternativet där man satt bänkad med alla andra framför teves MTV eller Trackslistan på SR. Och några jag kände hade t.o.m. besökt Tower Records i London där de köpt LP- och EP-skivor och singlar med

Duran Duran och Dire Straits... Jag bara måste säga det igen; WOW!

Sedan barnben har jag alltså haft en klart uttalad fetisch för dofter – och skytt illalukt mer än något annat. Det sistnämnda har renderat i många pinsamma situationer där t.ex. uppkastningar utanför soprum hör till de mer rumsrena extremerna.

I min halva av badrumsskåpet trängs ett trettiotal herrdofter och min samling av rökelsestavar och eteriska oljor går inte av för hackor.

Men vad vore väl dofternas sensationer, de andra intrycken förutan, annat än platta?! Det fiffiga med väldoft är väl, vid sidan av det uppenbara, att den så oförtrutet pumpar vår hjärnas övriga sinnescentra med minnen, och inte minst förhoppningar om vad vi hoppas kunna uppnå med vårt liv.

Årstiden vi just nu är inne i kvalar in på fjärde plats i min privata årstidsranking – en taskig placering som lämnar en hel del att önska, med andra ord. Vis av fyrtioårig erfarenheter insåg jag redan i våras att det mesta talar för att en ny höst och vår skulle dyka upp efter sommarens sötna. Och vad kunde jag göra åt den saken, undrar du kanske. Easy-squeezy, jag inledde helt enkelt en frenetisk period av målade som resulterade i en serie som alltid ska påminna mig om sommargrönska och doft av Liljekonvalj och Kaprifol. Jag kallar den för Botanika och visar upp den, samtidigt som jag tillbringar större delen av alla dagar i dess fång, i mitt galleri på Skolgatan 7. Vernissagen i slutet av november var välbesökt och du kära läsare är alltid välkommen att besöka den om sommar-



längtan gör sig påmind. Och ta det lugnt, du hinner nog. Den visar åtminstone tills dess att moder natur äntligen återuppför sin oslagbara originalföreställning - med bl.a. äppelblom i vår galleriträdgård.

Likt ringar på vattnet väcker den ena förnimmelsen den andra som i sin tur väcker den tredje o.s.v. Min visuella grönska kan bringa ljuv doft av brännässlor, smak av smultron, färskpotatis med sill och nubbe. De kan förflytta mig till den härliga känslan av alla dessa kvällsdopp i solnedgången vid Dimbobaden eller på Tegelön, de kan återväcka ljuden av vägsqualp där man ligger och soltorkar på bryggan på Bohus-Malmön, eller varför inte alla dessa idogt slitande pollinerare vid någon av landets alla strandängar... Mm, detta gott folk är för mig mumma!

Visst, vintern har sin tjusning också: Ty, liksom vinterkräksjukan så läker den ju faktiskt ut av sig själv. Till detta, min devis, bör i rättvisans namn också tilläggas höjdpunkter som julmust och glögg, tomtegröt och bäst av allt - förväntansfulla barnblickar. När Lucia skriker in till sin känslosamma (urspr.

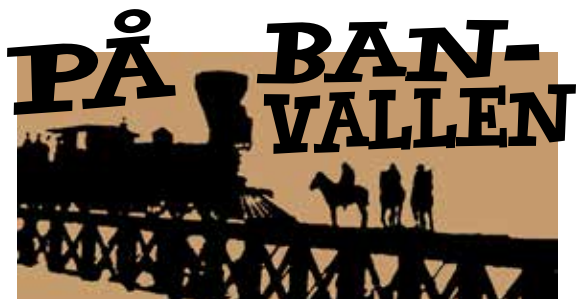
Italienska), sång så kan jag bara inte hålla tillbaka tårarna. Jag misstänker att det bor en liten napolitanare/sicilianare i mig; jag älskar pizza, pasta och örter, jag blir alltid innerligt rörd när jag stiger in i kyrkorummet och jag drömmer om att puttra fram i den täta Luthagstrafiken på en Vespa – gärna med en korg innehållande lite småplock att äta samt ett gott toscanskt vin (cider från Österlen funkar lika bra det).

Tja, se där. Nu drömmer jag mig iväg från köksbordet så åter till verkligheten. Var sak har sin tid, först måste jag ju värka ut mörkrets årstid där Jesus, Lucia, Tomten och Jan Malm sjö gör vad de kan – tillsammans med Botanikautställningen – för att lotsa oss mot en ny vår och småningom sommar i Uppsala – i Luthagen.

Med dessa milt ängestodtande ord vill jag drista mig till att önska Dig och de dina en Riktigt God jul och ett synnerligen Gott Nytt 2014!

Din muntra provokatör i dessa rader,

Peder pP Strandh



PÅ BANVALLEN:

Luthagsnyttts variant av På Spåret med Jonas Tengborn

Resa 1 (Vart är vi på väg?)

- 10 p: Vi lämnar gammalt vikingafäste med färsk namne i annan del av världen, för resa norrut mot provinsens etta men ändå formella tvåa.
- 8 p: På vår resa passerar vi två typer av gränser, en informell provinsgräns och en mer grundmurad, uppförd av en romersk kejsare.
- 6 p: När vi passerat dessa gränser kommer vi förbi provinsens etta vars kanske mest kända turistattraktion kan föra tankarna till huddekoration, men i själva verket är något helt annat.
- 4 p: I provinsen vi anländer till brukar man på skämt säga att koppartråden uppfanns. På vårt resmål arbetade man tidigare ”på högvarv”.
- 2 p: Vårt slutmål ligger i golfens, curlingens och whiskyns förlovade hemland.
- 1 p: Välkomna till Skottlands största stad dock ej huvudstad (etta men formell tvåa)

Resa 2 (Vart är vi på väg?)

- 10 p: Vi lämnar Troja bakom oss för resa sydost mot stad som är mer känd för avresa än ankomst.
- 8 p: Vi färdas ej från A till B utan snarare från G till K
- 6 p: Resan sker till stor del i klassiskt IKEAland
- 4 p: Slutmålet var avreseort för de första utvandrarerna till Amerika på 1850-talet. Ett monument är rest i staden
- 2 p: På resmålet flaggar man gärna för en speciell sorts söt avec.
- 1 p: Slutligen anländer vi till vår Kmärkta stad i ”Sveriges trädgård”.

Svar på sid 23!



**9 FILMSTJÄRNOR
AV 10 LÄSER
LUTHAGSNYTT**

Fråga Doktorn!

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

Epost:
redaktion@luthagsnytt.se

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

Snus

Fråga: Alla vet ju att det är farligt att röka, men är det egentligen så farligt med snus?



Svar: Det vi vet om snus idag är att det ökar risken för bukspottkörtelcancer.

Snus och nikotin ger en ökad belastning på hjärtat genom förhöjt blodtryck och ökad puls. Om du snusar så har du större risk att dö om du får en

hjärtinfarkt eller stroke.

Snus ger skador i munnen bland annat skadade slemhinnor och frilagda tandhalsar. Det finns även indikationer för att snus ökar risken för cancer i matstrupe och magsäck, hjärt-/kärlsjukdom, diabetes, havandeskapsförgiftning, att barnet föds för tidigt samt att barnet dör i livmodern. Här behövs det mer forskning.

Men det korta svaret på frågan är ja, snus är farligt.

*Åsa Hallander, leg. allmänläkare,
Ekeby Hälsocenter*

Café & Second hand

Rackarbergsg. 10 (intill Folkes Livs)

Julfynda hos oss!

**Lördagsöppet
21 dec**

Julstäng 23, 27 & 30 dec.
Öppnar åter 2 jan med
25% studentrabatt!

**Vi har både
hämtservice
och utkörning**

**Vi tar emot möbler
och husgeråd vid flytt,
förrädsrensning och
från dödsbon**

Låga priser!

Öppettider:
Mån-tor 11-18
fre 11-16, lör 11-15

Tel 018-50 45 40

Besök vår hemsida: www.coopcapella.se
Gilla oss på Facebook www.facebook.com/coopcapella

SNÖBOHMS STRIPP



MATTIAS SNÖBOHM

Skola: Gluntens Montessoriskola.

Favoritämnen: Mycket är intressant just nu, men mest gillar jag träslöjds- och musiklektionerna.

Gillar: Den otroligt roliga Life Of Brian av Monty Python.

På fritiden: Främst spela gitarr, träna, läsa och såklart teckna.

Inspiration & förebilder: Jag kan inte säga direkt varifrån jag får min inspiration eftersom den kommer lite varstans ifrån, t.ex filmer, komikern Eddie Izzard och andra serier som jag läser. Jag tror också att mycket kommer från den normala vardagen jag lever i. Tankar och inspiration finns bara där när jag sätter mig ner för att rita. Jag har egentligen ingen förebild och känner inte till så många tecknare. Men jag beundrar verkligen Bill Watterson som skapat Calvin and Hobbes (Kalle och Hobbe på svenska) som jag läst sedan jag var mycket ung och läser fortfarande. Han är enligt mig den bästa serietecknaren och jag försöker alltid nå upp till hans standard när jag tecknar och (till viss del) är mina serier lite i hans stil, så man kan kanske kalla honom en förebild.



Gissa antalet lakritsstenar

Hur många lakritsstenar är det i burken och hur mycket väger buffelmozzarella? Kom och titta i butiken – på kvällen kan ni se dem i skyltfönstret.

Den som kommer närmast meddelas dagen före julafton och vinner en presentpåse med äppelglögg från Norrtelje brenneri, dinkelpepparkakor och saffransbiscotti från Bakeriet i Eskilstuna. Värde 200 kronor. Lämna gissningar i butiken eller maila info@karinsskaffer.se senast 21/12.



Var med och tävla och du har chans att vinna juliga godsaker.





Läsarbilder och tips:

e-post: redaktion@luthagsnytt.se

Adress: Tiundag. 47 bv, 752 30 Uppsala

Halkig gångväg runt Stabbyskogen

Förra året uppmärksammades den vådliga isbanan som stigen runt stabbyskogen förvandlas till vintertid. Agneta Säfsten, friluftstrateg på kommunen svarar:

Nu inför denna vinter har vi lyckats få till en lösning vad gäller snöskottning och sandning av gångvägen runt Stabbyskogen. Då vägen är för smal för kommunens ordinarie snöskottningsmaskiner kommer den att skottas för hand av de duktiga killarna i Trädgårdsgruppen, Freja dagliga verksamhet. De kommer även att sanda utifrån nya sandningslådor som ställs ut i området. Det är roligt att höra att så många nyttjar området för promenader även vintertid. Till våren kommer vi att göra en översyn av behovet av renovering av dessa vägar under barmarksäsongen.

Vänliga hälsningar

AGNETA SÄFSTEN
Friluftstrateg



Läsarbrev

Stabby Allé 13 F, 752 29 Uppsala
E-post: luthagsnytt@gmail.com



Vägen runt Stabbyskogen är farlig vintertid!

Det finns en bra handikappanpassad väg sommardag runt och genom Stabbyskogen. Den uppskattas av många och utnyttjas ofta.

Men... under vinterhalvåret är det ofta svår ishalja som gör vägen oframkomlig på många ställen. I höst är dessutom banvallen avstängd mellan Luthagsleden och Hälsbygatan ända fram till april -08 på grund av markerbeten.

Jag har träffat många gamla med eller utan rullator som har stora problem att komma ut på den promenad de både vill och behöver. Trots en snöfattig vinter ligger isen kvar på de tilltrampade småvägarna under lång tid. Bondkyrko Hembygdsförening ser till att sanda fram till Stabby Prästgård, sedan är det stopp.

Önskemål när det kommer snö och is: Ploga och sanda gångvägen vid Stabbyskogen. Särskilt viktigt i vinter då banvallen är avstängd och förhoppningsvis även i fortsättningen. Kommunen plogar i vanliga fall banvallen, och bör nu se till att andra vägar är framkomliga, för allas bästa. Värma om vårt fina rekreationsområde!

Majt Morén
Stabbybo som trivs där

SVAR: Jag har själv tidigare bott i Stabby och vet att stigen runt Stabbyskogen är mycket uppskattad och att den används av många. Den ligger devis på Landstingets mark men sköts av Uppsala Kommun. Problemet är att stigen är så smal, oftast mindre än två meter, och utrustningen som används för snöröjning klarar inte dessa bredder. Det har funnits funderingar på att göra stigen bredare men den är "omringad" av formlängningar och att förbättra standarden på den utan omfattande utgrävningar är svårt, om inte omöjligt. För att ändå göra stigen tillgänglig under vintern, då det inte är snö, kommer stigen att sandas för att minimera halkrisken. Arbetet kommer att ske med separat traktor vilket innebär att vi måste prioritera andra gångstråk först.

Dag Sundberg
Fritids- och naturkontoret
Uppsala Kommun

Luthagsnytt tackar för insändaren genom att bjuda på ett presentkort på ett föredrag på Stadsbiblioteket.

Det finns många fler saker att ta upp: Räcker P-platserna i Luthagen? Fler eller färre hastighetsbegränsningar? Vi hoppas på många fler synpunkter från läsarna!



Luthagsnytt

www.luthagsnytt.se

BESÖKS & POSTADRESS

Tiundagatan 47 bv
752 30 Uppsala

KONTAKTINFO

Redaktion: 018-47 41 036
Mobil: 0707-31 89 10
E-post: redaktion@luthagsnytt.se

ANSVARIG UTGIVARE & REDAKTÖR

Per Jonson

MEDVERKANDE

Peder Strandh, Jonas Tengborn,
Lars-Olof Mattsson, Cecilia Wernhoff,
Karin Wernhoff-Zaluha, Kajsa Tavoun,
Mattias Snöbohm.

INSKICK REDAKTIONELLT MATERIAL

E-post: luthagsnytt@gmail.com

ANNONSERA

Kontakta Mats Hallor:
Tel. 0733-788 758
E-post: annons@luthagsnytt.se

UPPLAGA

5.800 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 TRYCK

Trycksaksnisse  Ehof Grafiska

PÅ BANVALLEN Resa 1

Vi åker från York till Glasgow
10p York gammalt vikingafäste. Ny namn: New York. Etta/Tvåa: Se under 1p. 8p Informell gräns: England/Skottland Grundmurad gräns: Kejsar Hadrianus mur. Byggt på 100talet för att skydda romarriket från anfall norrifrån. 6p Etta: Edinburgh (Skottlands huvudstad) Turistattraktion: Edinburgh Tattoo (Ingen tatuering utan en stor militär musikfestival). 4p Kopparråd: Skämtsamt sägs att den uppfanns när två skottar samtidigt hittade ett kopparmynt och drog åt varsitt håll. Högvarv: Glasgow var tidigare en stor varvstad. 2p Skottlands tre kända "varumärken". 1p Glasgow störst men Edinburgh huvudstad

PÅ BANVALLEN Resa 2

Vi åker från Ljungby till Karlshamn. 10p Troja: Ljungbys hockeylag Avresa: Utvandringen till Amerika. 8p: G/K: Länsbokstäver Kronobergs och Blekinge län. 6p: IKEA: A i IKEA står för Agunnaryd. Passeras på resan. Även E (Elmartyrd) är nära. 4p Man seglade direkt Karlshamn till Amerika. Utvandrarmonumentet står i hamnen. 2p Söt avec: Karlshamns flaggpunsch. 1p Blekinge kallas för "Sveriges trädgård"



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 härintill!

Tipsa Luthagsnytt!

Stort som smått. Artikeluppslag, insändare, skvaller.

Ditt namn (valfritt)
 Din e-post (valfritt)
 Rubrik (valfritt)

Tipsa Luthagsnytt direkt på luthagsnytt.se

DEADLINE MATERIAL NÄSTA NR



12 feb

ute i butik prel. 21 feb

SVENSK 
FASTIGHETS
FÖRMEDLING

VI HAR
KÖPARNA



Högtid att sälja.

Snart är julen här, med allt vad det innebär. Om du samtidigt funderar på att sälja ditt boende behöver du nog all hjälp du kan få och det kan du räkna med hos oss! Vi tar hand om förberedelserna och ger dig tips och råd för en fröjdefull försäljning. Den 11-12 januari samlar vi de flesta av våra visningar till en rikstäckande höjdpunkt – Sveriges största visningshelg som alla våra köpare ser fram emot.

Besök svenskfast.se eller kom in till någon av våra bobutiker så berättar vi om vad vi gör medan du firar jul. Välkommen!

UPPSALA KUNGSÄNGSGATAN 14. TEL 018-17 25 80 SVENSKFAST.SE/UPPSALA