



MAGASINET

ÅRG. 12 NR. 2 APRIL - MAJ

# LUTHAGSNYTT



## ERIKA BENGTSDDOTTER

*En mångsidig konstnär*

## BAL PÅ SLOTTET

*En magisk sista april*

## VÅRMODET I LUTHAGEN

*Trendspaning på  
Sysslomansgatan*

# INLEDARE

## Ja, det är våren!

Den är ju fantastisk, den här årstiden! Det knoppas i snår och spritter i kroppar till höger och vänster och både uppe och nere, fjärilar fladdrar runt på ännu ostadiga vingar i sin jakt på den första nektarn. Och fåglar, och då i synnerhet koltrastar som sjunger så till den grad att de nästan riskerar att trilla av pinn! Och solen sedan, vars strålar äntligen börjar skänka en smula värme till vinterbleka nunor, rosor på kinder och ... Mitt i allt detta muntra dimper detta nummer av Magasinet Luthagsnytt ner för att greppas av dig. Nog är det för underligt vilka vändningar livet kan ta?!

”Vad är väl en bal på slottet?” yttrar Askungen besviket i Disney’s populära film. Nu nalkas baltider och om du, liksom jag aldrig, har svassat runt bland frackar och balklänningar i stadens rosa vasaborg så bjuds möjligheten i detta nummer. *Josefina Jonsson* guidar oss runt bland några, för sista april (Valborg för övriga svenskar), festliga begivenheter.

*Helena Harnesk* tar oss med in i Gunnar Leches pampiga tegelhus på Geijersgatan 42, och där lever Sankt Eriks bruks historia i allra högsta grad.

Tycker du att ”det är mycket nu” så kanske du Idkar multitasking utan att känna till det. Vår trogne medförfattare, Neuropsykologen *Åke Pålshammar*, tittar lite närmare på företeelsen som varit så i ropet de senaste åren.

När tjälen går ur jorden dyker *Fru Flora* upp igen. Denna gång besöker hon Eka Papiljott och tvillingarna Lönn, klingar dessa bekant manne?

I en av Luthagens mysiga innefickor, det gamla arbetarkvarteret Erikslund, huserar konstnären *Erika Bengtsdotter* sedan många år. Hon är dessutom författare och en flitig lärare inom måleri. Maria Wold Troell besökte henne där allt sker - i hennes ateljé.

Vad vore ett magasin utan ett modesvep? Jag knallade in i tvenne butiker i vår del av staden och ställde frågan ”Vad är det i klädväg som gäller i vår?”. Att båda butikerna så gott som uteslutande vänder sig till kvinnor spelade, enligt min mening, en underordnad roll. Bamå och Biskopsgården upplyste mig om att i vår gäller... Läs mer inne i magasinet.

Det har nog inte undgått någon att jag vurmar för det lokala näringslivet lite extra? Jag anser att kvartersbutikerna fyller en långt större funktion än den mest uppenbara; att förse oss med varor vi behöver. De fungerar som ett kitt i den vi-känsla en stadsdel bygger upp. Man möts, man ser och blir sedd, bekräftar och bekräftas, man samtalar och skvallrar o.s.v. Dessa positiva bieffekter av att våra lokala handlare finns kvar, lokalt, är ingenting vi ska ta för givet. Jag vet att det för många är oerhört tufft att driva eget. Ett av de företag som kämpar i (nästan) Luthagen är Apoteket Livet på Sysslomansgatan 6. Det är inte alltid så lätt att hävda sig mot de stora drakarna. Eller för den delen, att få människor att testa nytt. Följ med mig och möt din potentiella husapotekare, *Aseel Cherif*, på sidan 7.

Med detta vill jag önska dig en riktigt skön och givande läsning, samt härlig sista april! ■



*Peder Strandh*  
*Redaktör'n*

# INNEHÅLL

2/2017

- 5 *Stabbylyckan*
- 7 *Husapotekare till din tjänst*
- 8 *Vad är en bal på slottet?*
- 10 *Leches läckra bus*
- 13 *Modern livsstil ställer stora krav på din hjärna*
- 15 *Fråga doktorn*
- 16 *Vårmodet i Luthagen*
- 19 *Erika Bengtsdotter*
- 22 *Det ligger i tiden*



19



8



16



5



10



20



## HÄR FINNS TIDNINGEN

### LIVSMEDELSBUTIKER

ICA Luthagens Livs  
ICA Nära i Stabby  
Konsum Ringgatan  
Nelins (Börjetull)

### ÖVRIGA

Familjeläkarna  
Himla Concept Store  
Karins Skafferi  
Leffes Cykel  
Stabby Prästgård  
Stadsbiblioteket  
Stadsmissionen



SPANAN IN LUTHAGSNYTT PÅ

Instagram



FÖLJ LUTHAGSNYTT PÅ

facebook

SE MER PÅ [LUTHAGSNYTT.SE](http://LUTHAGSNYTT.SE)

## Dags för ett nytt kök?

OBS! Se rabattkupong i slutet av tidningen.



Måttbeställda luckor • Moderna lådsystem • Nya handtag  
Bänkskivor • 36 månaders räntefri delbetalning • 5 års garanti

Passa på att förnya ditt kök med **Härjedalsmetoden®**  
Låt oss uppgradera ditt kök med smarta  
förvaringslösningar och ett helt nytt utseende.  
Vi monterar nya köksluckor och mjukstängande lådor  
påldinalbefintligalköksstommarpålbaralenldag.L  
Det moderna och miljövänliga sättet att  
renovera sitt kök!



Ring mig och boka  
ett gratis hembesök.

Jakob Hammarbäck  
070-618 77 10

HärjedalsKök

[härjedalskok.se](http://härjedalskok.se)

Utflyktsmålet i Jumkil bara 10 min från Uppsala!



Öppet  
to-fr 12-17  
lö-sö 11-15



Bageriet öppnar kl 10.00

## BUTIK, BAGERI & GALLERI

Välkommen till vackra Vallhavs säteri i Jumkil!

**LINNÉS  
KAMMARE**

KONSTHANTVERK  
INREDNING · KAFÉ

**VALLHOVS  
GÅRDS  
BAGERI**

\* Ullfiltar, konsthantverk, kläder,  
lammskinn, mathantverk mm.

\* Gårdsbageri med stenugs-  
bakat surdegsbröd och bullar.

\* Kafé med gårdsbakat kaffebröd.

**PÅSKMARKNAD**  
sö 9 april kl 11-16

13-30 april: Utställning av  
**BURT OLSSON**

[www.linneskammare.se](http://www.linneskammare.se), 073-443 93 40

Väg 272 mot Gysinge, 14 km från U-a. Buss 844 mot Östervåla, hpl Vallhov.

# Vi är nu många flera!

Vi tackar för förtroendet med den fantastiska tillströmningen av patienter och har nu utökat vår personal för att fortsätta ge ett vänligt och personligt bemötande till gamla och nya patienter. Välkomna till framtidens vårdcentral!

- Drop-in hela dagen
- Direkttelefon hela dagen
- Kvällsmottagning
- Specialistläkare
- Laboratorium
- Sjukgymnastik
- Kurator
- BVC

Student-  
mottagning  
alla dagar!



Familjeläkarna  
LUTHAGEN

Familjeläkarna i Luthagen  
Hällbygatan 31  
752 21 Uppsala  
Telefon: 018-511 511  
[www.famlak.se/luthagen](http://www.famlak.se/luthagen)

Lista dig på  
[1177.se](http://1177.se)  
eller ring  
018-511 511



# STABBYLYCKAN

- ett smultronställe

*Text: Maria Klefbeck  
Foto: Peder Strandh*

**Stabbylyckan heter den lilla parken som ligger mellan Tiundagatan och Stabbyskogen, precis där Stabby allé möter Tiundagatan. Parken är liten till sinya men rymmer mycket grönt och skönt. Den anlades på 1960-talet och har sedan dess varit en liten oas för oss Luthagsbor. Förra året påbörjades en upprustning av parken och den är nu som gott som klar. Endast lite finputs återstår, bl.a. ska några buskar byta plats.**

Luthagsnytt har träffat Anna Sääf som är projektledare vid Stadsbyggnadskontoret i Uppsala. Hon berättar att planerna med själva arbetet för upprustningsprojektet av Stabbylyckan startade 2015 men att det praktiska arbetet med att röja bland annat almsly, kvickrot och berberis påbörjades våren 2016.

– Förutom att parken behövde rustas så var det kraven på tillgänglighet som var den egentliga orsaken till att projektet initierades, berättar Anna. Gångarna i parken bestod utav stora gat-stenar och det var svårt att ta sig fram med t.ex. rollator.

Nu har man istället lagt stenmjöl, som är ett bra sätt för att

få ett naturligt och lättframkomligt underlag.

Slänten upp mot den gamla banvallen pryds sedan förra våren utav ett gäng ståtliga Rhodo-dendronbuskar som man har räddat från Ulleråkerområdet när det skulle byggas där.

– Att kunna ta tillvara på buskar som annars skulle slängas känns fantastiskt bra! Dels är det bra att de kommer till nytta någon annanstans men det är också en fördel att de redan är så pass stora, berättar Anna. Rhododendron växer långsamt och det skulle dröja ganska länge innan de vuxit till den storlek som de har idag. Under hösten fick vi sedan ännu fler Rhodo-dendronbuskar från Stadsträdgården.

Man har också valt att plantera mycket ätbart i parken och hon säger, med emfas, att alla är välkomna att äta av allt det goda som parken har att erbjuda. Förra året var det många som åt av parkens generösa äppelträd. I sommar kommer vi att kunna njuta av bland annat smultron, eftersom man planterat rikligt av bären under buskarna. Så förbjuden frukt smakar inte alltid godast. Njut av allt som Stabbylyckan bjuder och låt dig väl smaka! ■

# Rehab Resurs

i Uppland AB

Sjukgymnastledd gruppträning  
i lugn miljö på Övre Slotts.

Träning för dig med demensdiagnos.

Balans- och styrketränningsgrupp 60+.

Medicinsk yoga för alla åldrar.

Träning för dig med cancerdiagnos.

Varmt välkommen till oss!

S:t Olofsgatan 6,

072-573 77 33

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



## VÅRSTÄDA DIN KÄFT!

Tandläkarna på Wallingatan 1  
hjälp dig gärna, gammal som ung.

Ring oss på 018-444 33 55

[www.wallingatan1.se](http://www.wallingatan1.se)



VÄLKOMMEN!

# Nelins



Mån-Fre	8 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup>
Lördag	9 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup>
Söndag	10 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup>

Delidisen: mån-fre 8-19  
lör 9-17, sön stängt.

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

Livsmedelsbutiken för hela familjen • Börjegatan 70

LIVSMEDELSBUTIKEN I LIBROBÄCK/BÖRJE TULL - BÖRJEGATAN 70

Frukt & Grönt - Alltid till lägsta dagspris!



**LOTTO**  
med Joker

Pricka in en vinnare,  
ta en kaffe och en  
varm korv i Nelins  
spelhörna!



**Keno**

# HUSAPOTEKARE TILL DIN TJÄNST

## *Upptrampade stigar lämnar möjligheterna utforskade*

Text och foto: Peder Strandh

Det är tyvärr lätt att missa Apoteket Livet där det ligger, inklämt mellan alla butiker utmed Sysslomansgatan (mittemot Studentbokhandeln). Väl därinne möts man som regel av ägaren, apotekaren Aseel Cherif, som driver apoteket i egen regi sedan 2015.

Solen börjar leta sig allt längre ner mot en morgontrött Sysslomansgatan när jag anländer till mitt möte med Aseel. Hon bjuder in mig till det lilla men prydliga köket som döljer sig bakom receptdisken.

– När jag växte upp i Bagdad var nästan alla i min släkt läkare, berättar hon medan hon serverar mig kaffe. Men jag bestämde mig efter avslutad gymnasieutbildning att det var läkemedel, i synnerhet växter som kan användas i naturläkemedel, som jag ville utbilda mig inom.

Avgångsbetygen från gymnasiet var så bra att alla typer av utbildningar var tänkbara; läkare, tandläkare eller ingenjör, allt var möjligt. Men valet föll på farmakologi.

– Jag led av svår astma som barn så jag ville forska fram astmamediciner. Dessutom var jag tidigt intresserad av cancermedicin.

Efter fem års studier blev Aseel 1994 legitimerad apotekare. I nio år, mellan 2003 och 2012, arbetade hon sedan som sakkunnig på Akademiska sjukhusets avdelning för radiofarmaka där man forskar och tar fram nuklearmedicin.

– Jag var bland annat med och såg till att Uppsala skulle komma igång med strålningsbehandlingar där Lutetium användes. Och vi var tidiga med det, bara Holland hann före, minns hon.

### **Driva eget - men till vilket pris?**

Så länge hon kan minnas har hon närt en önskan om att driva sitt eget företag, och sedan 2015 är det just vad hon gör.

– Jag uppskattar mötet med mina kunder, berättar hon. Att känna att jag kan hjälpa till, direkt på plats, det ger mig mycket.

Stamkunderna finns, men är efter två år för få för att det ska vara försvarbart att driva apoteket vidare.

– Jag har funderat på varför inte fler utnyttjar att vi finns här på Sysslomansgatan, säger Aseel och jag noterar ett bekymrat drag i hennes blick. Jag ser alltid till att ligga så lågt prismässigt som det bara går på egenvårdsprodukter, och de receptbelagda läkemedlens pris är ju statligt reglerade så de är desamma överallt.

Hon berättar att hon hoppas att fler ska ge henne en chans att bli deras ”husapotekare”.

– Hos mig är det sällan några köer att tala om, det finns en parkeringsficka strax utanför fönstret där man får stå i fem minuter ... Så förutsättningarna finns här, konstaterar hon.

Innan jag lämnar Aseel och Apoteket Livet passar jag på att botanisera i hyllorna, och noterar att allt jag har sett i hyllor på andra apotek, det finns här också.



**Namn:** Aseel Cherif, Legitimerad Apotekare  
**Bor:** Sigtuna  
**Familj:** Make som är läkare på Ackis och tre barn

### **Redaktör'n om det lokala näringslivet**

Om jag går till mig själv så vet jag att jag gärna går i mina, sedan tidigare, upptrampade fotspår. Samtidigt vill jag ha en levande stadsdel, med ett brett utbud och levande folkliv på gator och torg. Men jag bör tänka mig för en extra gång innan jag ger minut på min nästa, och nästa, shopping spree: Vill jag ha kvar en levande affärsgata så måste jag vara villig att lägga mina slantar där. Var mina - och dina! - inköp sker avgör om vi kommer att ha ett levande gatuliv i framtiden. Själv brukar jag numer alternera mellan inköpsställena. Så långt det är möjligt och rimligt försöker jag att handla av mina kvartershandlare i Luthagen. Och jag vet att jag inte är ensam ... Men efter mötet med Aseel (och andra handlare) så inser jag att vi måste anstränga oss ännu mer att handla på hemmaplan. Och redan här snubblar logiken; att ”anstränga sig” för att handla närmare hemmet? Jag kommer att kämpa in absurdum för att vår stadsdels näringsidkare ska kunna finnas kvar med sin service, kunskap och så vidare. Är du som läsare villig att ansluta till den kampen? ■

Signerat: Peder Strandh



## VAD ÄR EN BAL PÅ SLOTTET?

*Text: Josefina Jonsson*

*Foto: Juni Livion & Elin Waldenström /Allmänna Sången*

**Att fira vårens ankomst är en urgammal tradition som har tagits över av Uppsalastudenterna under 1800-talets första hälft. Studenterna i Uppsala var etablerade som en samhällsgrupp som gärna festade, men som framförallt etablerade egna traditioner.**

Utifrån samtida memoarer vet vi hur valborgsfirandet kunde gå till under 1800-talet. Den stora festplatsen var inte som nu ekonomiparken, utan då samlades alla studenter mitt i staden på Stora Torget på dagen och firade långt in på natten. Under det tidiga 1800-talet blev det vanligt att studenterna samlades uppe på slottsbacken den 30 april för att bättre kunna se ut över alla flammande kasar på Uppsalaslätten. Enligt sägnen började kunniga stämma upp i sång när de samlades på detta sätt. Detta var samtida med Studentsångens början. 1823 uruppfördes *Våren är kommen*, en sång skriven av *Eric Jacob Arrhén von Kapfelmann* vid studenternas vårfirande på slottsgården och år 1842 fastslog

Allmänna Sång-Föreningen i Uppsala (Allmänna Sången) att valborgsmässaafon skulle vara en av fyra årliga högtider som studenterna skulle fira.

Utöver skönsång blev det även tradition att utbringa ett leve för kungen och hålla ett tal till våren. I slutet av 1800-talet bestod ceremonin av att hela studentkåren tågade upp, Allmänna Sången sjöng vårsånger och studentkårens vice ordförande höll vårtalet. Det hela har sänts i Sveriges Radio sedan 1926 och sedan 1971 är det Curator Curatorum som håller vårtalet.

Under 1900-talet började Allmänna Sången även att anordna en bal före den traditionella sjungingen. Balen håller till i rikssalen på Uppsala slott och innehåller sång, festmåltid, serenad och styrdans till storband.

Om man inte tar sig upp till slottet kan man lyssna till firandet i Sveriges Radio P1 kl. 21.00 på valborgsmässaafonen.



Ludwig Engblom Strucke framför Gunillaklockan.

Hur ser sista april-firandet vid slottet ut idag? Vi har träffat Ludwig Engblom Strucke, Klubbmästare i Allmänna Sången.

#### Vad händer på slottet den sista april?

- Då har Allmänna Sången sin traditionsenliga valborgsbal på slottet. Festen inleds med sittning 17:00. Det rekommenderas dock att man kommer lite tidigare än så för att hinna hänga in kläder i garderoben. Mycket sång utlovas! När klockan börjar närma sig 21:00 sjunger Allmänna Sången in våren vid Gunillaklockan. Den traditionen har kören haft i mer eller mindre organiserad form sedan 1823. Curator Curatorum håller då också sitt årliga vårtal. Efter detta, ungefär vid 22:00 går vi in till balens släpp och dansar styrdans intill småtimmarna.

#### Vad är din roll i det hela?

- Jag är klubbmästare i Allmänna Sången. Man kan säga att jag är en sorts projektledare eller festfixare som ska se till att allt går som smort.

#### Vem får komma på balen?

- Balen är öppen för alla över 18 år. Det spelar ingen roll om du är student eller om du lämnat den tiden bakom dig. Det brukar vara en stor variation i ålder på de som kommer - det är till exempel några äldre par som har träffats på balen och har festen som en återkommande tradition varje år sedan dess. Vissa av gästerna har en körsångarbakgrund, andra tycker bara att det är härligt att sitta mitt i stämsång. Om man inte kan komma på sittningen går det också att köpa biljett till släppet som börjar 22:00.

#### Vad är det man absolut inte får missa under sista april i Uppsala?

- Oj, det är svårt att välja och vraka bland alla fina traditioner i Uppsala under sista april. Utöver balen på slottet (förstås) måste jag nog välja när Orphei Drängar sjunger in våren på trappan till Carolina Rediviva precis efter mösspåtagningen. Förra året bjöd på strålände sol och ett enormt folkhav. Jag hoppas på en återupprepning av det i år! ■

**Middag:** kl. 17:00

#### Pris:

Ordinarie 895kr

Student 695kr

#### Enbart släpp

kl. 22-02 180 kr

#### Klädsel:

Högtidsdräkt

Biljetter säljs fr.o.m 20 mars - t.o.m 23 april  
via [www.tickster.com](http://www.tickster.com), sökfrias: valborg på slottet.



# LECHES LÄCKRA HUS

*Del 2 i serien om s:t Erikshuset*

*Text och foto: Peder Strandh*



En läsare har hört av sig och berättat att ”ungarna för inte så länge sedan kallad Geijersgatan 42 för ’spökhuset’ - av lätt förståeliga skäl om man går in i trapphuset”.

**Vi tackar för påpekandet! När jag nu, visserligen som vuxen, stiger in genom porten är det någonting helt annat jag upplever.**

Väl inne i trapphuset på Geijersgatan 42 omsluts vi av Sankt Eriks tegelbruks\* brända lera, och jag kan förstå att barn kan tycka att det känns lite murrigt läskigt. Mig skänker det däremot en varm, välkomnande och trygg känsla. Jag följer efter Helena Harnesk när vi sakta går genom den avlånga korridoren. Efter knappt fem meter vidgar sig gången och till vänster återfinns en trappa som, likt en spiral, strävar upp mot de övre våningsplanen.

– Ser du att man har låtit behålla de väggfasta montrarna, säger Helena och pekar mot ett antal glasförsedda visningsskåp med keramik från S:t Eriks Lervarufabriker, tillverkade av fabriken egna konstnärer.

Huset på Geijersgatan 42 består egentligen av tre uppgångar; 42 a, -b och -c, vilka samtliga nås från det gemensamma trapphus där vi nu står. Mot baksidan löper en kolonnad\*\* under vilken välvda fönster sitter. Utsikten mot fastighetens baksida idag består av en gräsmatta med en liten fontän centralt placerad.

– Samtliga fönster är löstagbara, berättar Helena. På somrarna kan man häkta av dem för att på så sätt suddat ut gränsen mellan utom- och inomhus ... Det blir lite som en loggia\*\*\*.

Dessutom fanns det en tennisbana med rödaktigt grus på baksidan, i riktning mot den parallella Tegnégatan ... Vissa saker var bättre förr, konstaterar en tennisälskare som jag - uppvuxen med rödfyr.

## Hemma hos Gunnel

När vi kommer fram till en av de vackra lägenhetsdörrarna ringer Helena på dörren. Ovanför denna och alla andra lägenhetsdörrar har Gunnar Leche satt in ett s.k. överljusfönster.

– Det är ett väldigt smart sätt att leda in dagsljus i lägenheternas hallar, rum som annars saknar fönster helt.



Strax öppnas dörren av Helena Harnesks vän Gunnel och vi stiger in i en hall som till största delen är täckt av träpanel, helt oförändrad sedan huset byggdes. I vardagsrummet möts vi av en tjugig pjäs i form av en öppen spis.

– Varje lägenhet har en sådan här, men glasyren och den lilla utsmyckningen varierar från en lägenhet till en annan, säger Gunnel.

Den lilla utsmyckningen på Gunnels öppna spis utgörs av en naken dam som vilar på något som liknar en schäslong.

När vi småningom har parkerat oss i bostadens serveringsgång berättar Gunnel att hon och maken flyttade in i den dåvarande hyreslägenheten i slutet på 1970-talet. Då hade huset varit i privat ägo i många år och underhållet var eftersatt.

– Vi var några som bodde i huset och tyckte väldigt mycket om det. Vi kunde redan då se det stora kulturhistoriska värdet i fastigheten så vi undersökte om vi skulle kunna bilda en bostadsrättsförening för att själva få möjlighet att påverka husets framtid. Detta blev sedan en realitet 1981.

Hela 1980-talet blev en dyr historia för den nybildade föreningen med ett flertal renoveringsarbeten som var tvungna att genomföras. Senare blev det stamreovering och en grundförstärkning som var det överlägset kostsammaste.

– Och det var väldigt svårt att hitta byggnadsvårdskunniga konsulter, minns Gunnel. De allra flesta föreslog väldigt drastiska åtgärder.

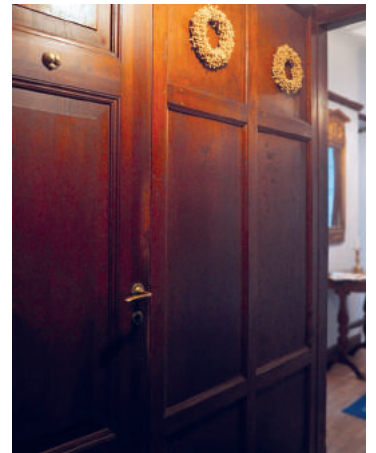
### Ett byggnadsminne

2008 satte föreningens styrelse ihop en ansökan om att få huset byggnadsminnesförklarat. Att få en sådan ansökan godkänd för ett bostadshus är som regel svårt. Men med tanke på fastighetens industrihistoriska koppling så lever hoppet om en byggnadsminnesförklaring ännu innanför Geijersgatan 42:s väggar. Luthagsnytt lovar att återkomma i ärendet, men här lämnar vi adressen för stunden och blickar framåt - mot andra Lechehus. ■

*\* Bruket hette egentligen Aktiebolaget Sankt Eriks Lervarufabriker, men kallades i folkmun för S:t Eriks.*

*\*\* Kolonnad, en rad av kolonner som bär upp ett entablement eller bågar.*

*\*\*\* Loggia (italienska), en pelargång eller pelarsal som är öppen på minst en sida.*



## LIVSMEDEL



Sysslomansgatan 19 – 21  
Öppet alla dagar 7 – 23



ICA nära Stabby  
Hällbygatan 27  
(Mimmi Ekholms plats)  
Öppet alla dagar 7 – 23



Nelins frukt & grönt  
Börjegatan 10 i Librobäck  
Tel. 018-533 444  
Öppet vard. 8-21. lö. 9-19, sö. 10-19



Ringgatan 31  
Öppet alla dagar 7 – 23  
Tel. 010-7412590



Delikatesser & presentkorgar  
Soppa, sallad och paj  
Daglig leverans av bröd  
Tel. 018-55 56 37

## FACKHANDEL



BUTIK FÖR HUND OCH KATT  
TRIM OCH HUNDDAGIS

Fyrisvallsg. 22  
Granne med Nelins  
[www.petstoresweden.com](http://www.petstoresweden.com)



INREDNINGAR

Hildur Ottelinsgatan 9  
Öppet tisdagar 15-  
20  
Tel. 018-24 04 73



Sibyllegatan 9  
Tel. 018-53 60 45

## KROPP OCH HÄLSA



LUTHAGENS TANDVÅRD  
Vasagatan 1C  
Tel. 018-50 77 70



Den lilla  
vårdcentralen  
utan väntetider.  
Öppet året runt!  
Bamspecialist.

Familjedoktorn  
Sysslomansgatan 15 B  
[www.familjedoktorn.se](http://www.familjedoktorn.se)  
Tel. 018-55 16 66

WALLINGATAN 1  
TANDVÅRD • ESTETIK  
018 - 444 33 55  
[www.wallingatan1.se](http://www.wallingatan1.se)



Sysslomansgatan 6  
Tel. 018-15 21 06



Kungsgårdets  
vårdcentral  
S:t Johannesgatan 28  
018-611 78 55



i Uppland AB

Sjukgymnastledd gruppträning  
Träning för dig med cancerdiagnos,  
balans- och styrketräningsgrupp 65+,  
medicinsk yoga för alla åldrar.  
S:t Olofsgatan 6, 072-573 77 33,  
[www.rehabresurs.se](http://www.rehabresurs.se)



Medicinsk fotvård

Geijersgatan 15B, tel: 018-551414  
Välkommen!  
Hälsningar Eva Hübbinette

## REKREATION

### Stabby prästgård

Tre välutrustade lokaler  
för fest, konferens med mera.  
Stabby backe 1, Buss nr 9  
Kontakt 0708- 54 06 41  
[www.stabbygarden.se](http://www.stabbygarden.se)

## SKÖNHET



Frisör  
Börjegatan 52  
018-55 00 20  
[www.salongluthagen.se](http://www.salongluthagen.se)



Vindhemsgratan 32  
Tel 53 13 88  
[www.salongvirvelvind.se](http://www.salongvirvelvind.se)

## BEGRAVNING



Levins & Serenander  
UPPSALA BEGRAVNINGSBYRÅ

Bergagatan 2  
(höret kyrkogården)  
018-50 11 50  
[www.upsalabegravning.se](http://www.upsalabegravning.se)

## ÖVRIGT



Sirius loppmarknad  
Sturegatan 5  
018-51 11 70  
Öppet: må-tor 10-18  
fre: 10-17, lör: 11-15

VILL DU SYNAS I  
LUTHAGSNYTT?

Ring 0704-79 59 13

# MODERN LIVSSTIL, STORA KRAV

Text: Åke Pålshammar, neuropsykolog

Illustration: Peder Strandh



I dag är livsstilen för många annorlunda än för bara några decennier sedan. Tid är en bristvara. Frågor kräver svar på direkten och minutlångt letande bland t.ex. pärmar är ett minne blott. Det närmast svävar över av skärmar som erbjuder stimulans och viktig information. Men är hastigheten och den mängd information vi förväntas bearbeta anpassad för våra hjärnor?

Ta bara en sådan sak som multitasking, att göra många saker samtidigt. Kan man det? Prata i mobiltelefonen, betala något i kassan med sitt kontokort med kod och ha koll på ett barn samtidigt? Många skärmar eller aktiviteter i luften samtidigt ger hjärnan en omfattande utmaning på en nivå och under tider som (troligtvis) aldrig tidigare. Numer även på nätterna, något som möjliggjorts av den senaste tekniken.

Många uppgifter kräver utdragen och delad uppmärksamhet, något som i sin tur tär på vår energi. Den egna simultankapaciteten och andra faktorer spelar visserligen roll, men det kan vara värt att veta att "prestationen" på de olika deluppgifterna blir sämre vid multitasking än vid full koncentration på en sak i taget, s.k. monotasking. Ibland måste man bara göra flera saker samtidigt. Men då ska man inte bli alltför besviken på sin hjärna när den inte maktar med, och i stället försöka minska riskerna för att sådana situationer ska uppstå i framtiden.

Hjärnans oväntat stora förmåga till förändring, neuroplasticitet, gör att man kan träna sig i att snabbt byta mellan uppgifter. Övning kvickar på hjärnprocesser och gör ledningar och kopplingar bättre. Så sker en anpassning även till informationstäta och förändringsrika uppgifter och miljöer.

Om skynda, skynda finns i bakgrunden varvar hjärnan upp sina celler och aktiviteten på olika sätt; inte minst med hjälp av hormonkicker med adrenalin och kortisol. På en för personen lagom hög stressnivå arbetar hjärnan effektivt och koncentrerat. Men överaktivitet ger jaksjuka hjärnor. Hjärnor som gör misstag, glömmer och krånglar med ord, med motorik, koncentration, val

och beslut.

En modern uppkopplad och upphottad livsstil drar lätt iväg med hjärnan, som i sina grundvalar fortfarande formas av uråldriga gener. Ut på ökad mark! De lärde får tvista om någon slags evolutionär påverkan är att vänta på kortare eller längre sikt. Det vi vet är att gener kan "stängas av" eller "slås på" av erfarenheter vi gör. Snarare än att själva koderna i sig förändras (som vid mutationer) ändras genernas möjlighet att medverka till att bygga ämnen i t.ex hjärnan. Sådana s.k. epigenetiska förändringar kan t.o.m. ärvas. Så vitt jag vet finns idag ingen säker kunskap om hur mångfalden timmar framför bildskärmar, i kombination med stress och ökat stillasittande, stänger av eller slår på gener - vilket därmed framöver faktiskt kommer att styra hjärnans utveckling - såväl för innevarande som kanske även kommande generationer av barn.

"Ta med-kunskap": att ständigt vara uppkopplad, tillgänglig, aktiverad och inte ha tid och möjlighet fullt ut för motion, avkoppling och återhämtning är riskabelt för hälsan.

Hjärnan kan ha varnat en längre tid, under vilken man i tilltagande grad känt sig trött, jagad och knappast aldrig riktigt glad. En (mindre) vacker dag strejkar så hjärncellerna och nästan ingenting fungerar längre. Punkt slut ... Man har då sannolikt drabbats av ett utmattningssyndrom!

Har vi med oss lite genetisk- och annan skörhet, dåliga odds och erfarenheter av olika slag så förstärks oftast hjärnans problematik när belastningen ökar och när det händer oväntade saker. Men reparation är möjlig!

Lyckligt nog kan oaser av trevligheter som vandringsstråk, skogsmark, öppna vyer, rinnande vatten, kultur- och handelsutbud och mysiga, kunniga och spännande människor motverka stress i hjärnan genom att ge både gynnsam stimulans och befriande avkoppling. Kanske rent av lindra plågan hos en omtumlad hjärna. Om den riktigt uppstressade även lyckas hitta ett lugnare tempo - ja då har vi ett klart bingoläge. ■



## En bra start för dig och ditt barn

På barnvårdscentralen möter vi varje barn utifrån familjens behov. Och vi följer med ända fram till skolstarten. Vi har grupper för nyblivna föräldrar, helt utan kostnad. Buss 22 stannar utanför och det finns parkering.

Välkommen till oss!

Telefon: 018-611 78 55, vardagar 7.30–17

Adress: S:t Johannesgatan 28 A

[regionuppsala.se/kungsgardet](http://regionuppsala.se/kungsgardet)

Region Uppsala

# Salong La Jolie

Dam-, herr- och barnfrisör

*Frisören där du erbjuds en stunds avkoppling över en kopp kaffe och ett hjärtligt bemötande!*



Geijersgatan 15 - Tel. 018-51 02 51



Ny fastighetsmäklare i Luthagen

2,5 RUM OCH KÖK

Johan Leijonhufvud • 076-101 16 69

[tvaochenhalva.se](http://tvaochenhalva.se)

I VÅR VÄRLD ÄR CYKELN STÖRST

- Vi kan cykel
- Vi är intresserade av cyklar
- Vi vill att du ska ha glädje av din cykel under lång tid



LEFFES CYKEL

Sibyllegatan 9 • Uppsala • 018-53 60 45

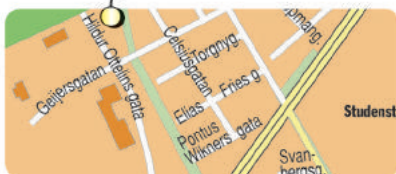
Tvåhjulsmästarna

[tvåhjulsmästarna.se](http://tvåhjulsmästarna.se)

## Lars Karlsson Bilverkstad AB

Här Finns vi!

Den kompletta allbilverkstaden med kompetens och kunnande



Hildur Ottelinsgatan 21 B  
(Nedanför Eriksskolan)

018-54 35 60

# FRÅGA DOKTORN

Jonas Thun, Leg. läkare  
*Familjeläkarna i Luthagen*

Hej, Jag är 53 år och har sedan några år fått som små ”hudflikar”, och då i synnerhet i armhålorna och i nacken/på axlarna. Dessa besvärar mig som regel inte alls - förutom att det känns estetiskt misspydande och ofräscht. De hudflikar jag har på axeln/nacken kan någon gång ibland svida när de skaver mot t.ax. skjortkragen. En god vän till mig har liknande och har fått veta att det handlar om något som kallas mollusker. Varför får man dem, är det farligt, kan man göra något för att slippa få nya och kan man ta bort dem på något sätt? Jag vore ytterst tacksam för svar med tanke på att beach 2017 närmar sig.

*/Pelle*

Hej Pelle,

Mollusker orsakas av ett virus, Molluscum contagiosum, ett sk koppvirus. Infektionen orsakar en retning i huden som ger upphov till typiska hudutslag, hudfärgade eller rosa små upphöjningar i huden med en central navel. Utslagen, som brukar vara asymtomatiska kvarstår i regel två till tre månader, men eftersom nya utslag brukar uppstå kan hela sjukdomsperioden vara från ett halvt till två år.

Mollusker sprids via direktkontakt men sjukdomen är inte särskilt smittsam. Efter genomgången infektion har

en immunitet byggts upp och sjukdomen brukar sällan återkomma.

Virussjukdomen är vanligast hos barn men förekommer i alla åldrar.

Mollusker kräver sällan behandling och försvinner spontant utan ärrbildning. För att avlägsna besvärande mollusker, ofta kopplat till besvärlig lokalisation finns olika behandlingsalternativ som till exempel frysning, skrapning eller lokalbehandling med olika preparat.

Behöver jag vara orolig över att drabbas av en blodförgiftning (s.k. Sepsis) och att denna eventuellt skulle kunna gå min läkare obemärkt förbi? Finns det några varningssignaler som jag själv kan vara uppmärksam på OM jag skulle drabbas - och går det att bota Sepsis? Jag har hört en del på radio om att ”Sepsis” är svårdiagnostiserat och känner mig orolig.

*/Alice*

Hej Alice,

Sepsis är ett ovanligt men allvarligt tillstånd som kan uppstå vid svåra infektioner. Sepsis innebär att bakterier kommit ut i blodbanan men kan också orsakas av infektioner från svampar, vissa virus och tropiska parasitsjukdomar som malaria.

Kroppens immunsystem ger då upphov till en kraftig reaktion med

**Allmänpåverkan**

**hög feber**

**frossa**

**andnöd**

**hjärtklappning**

**slöhet och förvirring**

**magont och diarréer**

**hudutslag.**

Hos äldre personer kan symtomen vara mer diffusa, som illamående och allmän sjukdomskänsla.

Sepsis behandlas på sjukhus med höga doser av antibiotika och andra läkemedel via sprutor eller dropp. Behandlingen går i de flesta fallen bra och patienterna blir helt återställda.



**Familjeläkarna**  
LUTHAGEN

# VÅRMODET I LUTHAGEN

Text och foto: Peder Strandb

Att vända kappan efter vinden brukar anses som något negativt. Men när det kommer till mode så är det precis det som gäller. Vi ställer oss frågan; varthän blåser vindarna denna vår? För att få svar besökte vi två av Luthagens klädbutiker, Boutique Bamå och Biskopsgården, båda på Syslomansgatan.

I butiken Biskopsgården möts jag av en mild färgskala. Vitt och sandfärgat kompletteras av några, lite färgstarkare, plagg. Återkommande i butiken är annars naturliga material som snäckskal och fjädrar. Men också textilier flirtar med naturen genom t.ex. zebra- och blomstermönster.

– Om jag bara får nämna något av allt jag gillar i vårt utbud så får det bli den här kimonoinspirerade kappan, säger *Tilla*

*Leah* samtidigt som hon snurrar runt och får det lätt rosa plagget hon har på sig att framträda än mer. Den kommer att vara perfekt till varma sommark dagar då den är så tunn. Lätt att bara slänga på sig!

Hon driver Biskopsgården tillsammans med sin mamma. Snart plockar hon fram ett par svarta kostymbyxor med pressveck.

– De här är extra läckra då deras byxben är lite längre (ca. 5 centimeters skillnad, reds anm) på framsidan, säger *Tilla* och visar mig den skarpa längdskillnaden mellan ett av byxbenens fram- och bakstycken. Längdskillnaden ska göra att byxan inte riskerar att se ”urväxt” ut.





Magdalena Berglund förestår Boutique Bamå. I butiken skiner solen in från Sysslomansgatan och våren står onekligen för dörren. En butiksanställd har just informerat mig om att det ”i stans klädbutiker generellt sätt är mycket snäckfärgat som gäller i vår”. Men det är inget jag noterar i Bamås färgglada butik. Här nästan brottas färger och mönster med varandra - på ett positivt vis.

– Vi vill ha lättburna kläder, som gärna ska kunna funka både till fest och vardags, säger Magdalena och lyfter fram en klänning med färgstarka prickar på svart botten.

I butiken skvallrar även utbudet av damskor om att det i vår och sommar gärna får vara kaxiga färger som gäller.

– Vi satsar bara på plagg som håller hög kvalitet. Med bra material menar jag silke, viskos o.s.v., säger Magdalena. Syntetiska material som t.ex. polyester undviker vi så långt det går.

### Herrskor med många hål

Innan jag lämnar Boutique Bamå besöker jag deras avdelning för herrskor. Den känns lite mer försiktig, rent av konservativ. Men om det är någon trend jag tycker mig ana så är det den med ”ventilationshål” ... Och då ska det vara många små hål på skornas ovanläder. ■

SE MER PÅ LUTHAGSNYTT.SE



15%

på alla Luxaflex® solskyddsprodukter,  
rullgardiner, plisségardiner m.m.

Erbudandet gäller veckorna 16-17.

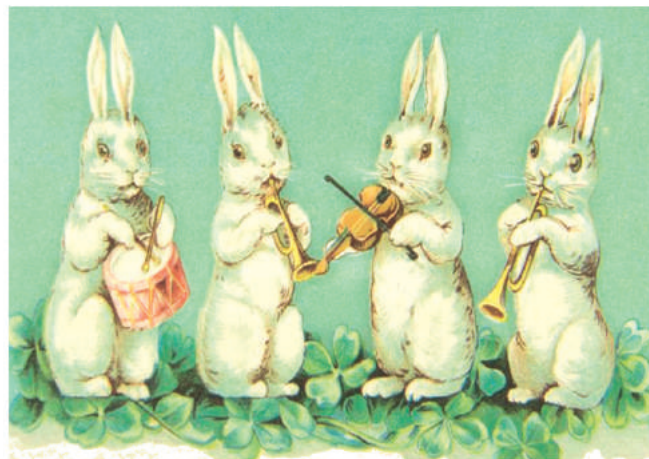
Gör dina fönster redo  
för en härlig vår.  
Varmt välkommen in i  
butik!



INREDNINGAR

Öppet alla tisdagar fram till midsommar kl. 15-20.  
Övriga tider gäller tidsbokning.

Hildur Ottelinsgatan 9, Uppsala  
Telefon: 018-24 04 73 | Mobil: 0709-74 36 47



VÄLKOMMEN TILL LUTHAGENS  
EGEN DELIKATESSBUTIK

KARINS  
SKAFFERI

GEIJERSGATAN 15

Öppettider tisdag - fredag 11-18, lördag 11-14  
018-555637

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



VÄLKOMMEN PÅ  
VISNING



LUTHAGEN – ANEMONEN 2

SISTA CHANSEN I KLASSISKA KVARTER

I Anemonen finns något för alla – från den smarta tvåan till den rymliga sexan. Oavsett vilken du väljer, får du en öppen bostad med god förvaring och extra stora fönster i de sociala delarna. Varmt välkommen till visningsbostaden som ligger på Hällbygatan 39.

Se [jm.se](http://jm.se) för aktuella visningstider.

Storlek: 2-6 rok, 54-124 kvm

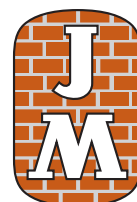
Pris: 2 600 000-5 300 000 kr

Månadsavgift: 3 500-6 400 kr

Tillträde: prel kvartal 4, 2017-  
kvartal 1, 2018

Mäklare: Sara Ekeljung, 076-200 96 55,  
[sara.ekeljung@widerlov.se](mailto:sara.ekeljung@widerlov.se)

MER INFO OCH FLER DRÖMBOSTÄDER PÅ JM.SE



Hus att trivas i

# MÅNGSIDIG KONSTNÄR: ERIKA BENGTSDOTTER

*Text: Maria Wold-Troell, foto: Jonas Tobin*



**I Erikslund finns det några hus som är kvar från den tiden då S:t Eriks lervarufabrik var igång. På Blomgatan låg en speceriaffär fram till 1910. Nu har Erika Bengtsson sin ateljé här sedan ca tio år. Hon är glad över den lite slitna och inbodda stämningen.**

Jag kliver in från gatan, rakt in i den hemtrevnad som endast en konstnärssjäl kan skapa. Målningar, blommor, bord med material. Ateljégolvet ser ut som en Kandinskymålning och är en kvarlämning från en reklambyrå. Erika bjuder mig på te och berättar om sin verksamhet. Sitt arbete som etablerad Uppsalakonstnär, sina utsmyckningsuppdrag och olika utställningar, tidigare och på gång.

Erika är också känd genom sina kurser på Vuxenskolan, där hon arbetat många år. Hon har parallellt åtta kurser i olja och en i akryl. Hon älskar detta arbete, blir upprymd av att se människor utvecklas och frigöra sin kreativitet. På hennes hemsida ([www.erika-art.se](http://www.erika-art.se)) kan du, under ”kurser i måleri”, läsa ett fint reportage från en lektion. Hemsidan och två bildspel på YouTube ger en inblick i ett rikt och tillgängligt konstnärskap och mitt habegär är väckt.

Erika målar alltså i akryl och olja och gör installationer i metall och plexiglas. Hon spelar också olika blockflöjter i en ensemble och skriver gärna. Hon har givit ut Målarboken, som är slutsåld men kan köpas som e-bok. Hon planerar att ge ut en bok om färger, där hon sammanställer olika skrifter om färger som hon gör till sina elever. Jag får en skrift om blått. Den innehåller mycket intressant läsning. Så jag hoppas

att det blir en färgbok snart.

Det visar sig att vi har en gemensam favorit i Paul Klee, formernas och färgernas mästare. I hennes hall står en hög smal målning i de underbaraste blå färgerna och ett gult fönster, en bild att sugas in i.

Denna obegripligt effektiva men avspända kvinna är också engagerad i samhällsfrågor. Nu samarbetar hon med journalisten och författaren Anna Franklin för att lyfta fram det rysk-svenska paret Nina och Valdemar Langlet, som räddade tusentals judar i Budapest undan nazisterna. (Uppsala har hedrat Valdemars minne vid den vackra lilla parken vid S:t Olofsbron, framför Åhuset) Projektet ska resultera i en utställning på Åhuset, en skrift, föredrag med bildspel. Kanske kan även skolor använda resultatet. Ett projekt som knyter ihop dåtid med vad som händer idag. Det finns stort behov av att upplysa människor om vad som kan hända när vi låter rasistiska krafter breda ut sig.

Erika bor på Tiundagatan alldeles vid hörnet mot Hällbygatan med sin familj och tycker mycket om detta område med den stora gården, närheten till skog och fri utsikt. Hon skickar med en hälsning genom Luthagsnytt att hon önskar Gröna Sköna Stabby framgång och många engagerade aktivister i värnandet av områdets unika värden.

Det finns väldigt mycket mer att skriva om Erika Bengtsson. Facebook använder hon inte, men följ henne på Instagram! ■



## FRU FLORA

### *om Knoppiskungen och Jätten Kastanj*

*Bild: Pixabay*

**På min vanliga promenad genom skogen ser jag hur våren är på gång. Knopparna sväller, marken börjar dofta vår och det kvittrar, visslar och tjippar i busksnåren av levnadsglada fåglar som vill hitta en partner att hylla livet med.**

I skrivande stund har jag ännu inte sett några tussilago eller blåsippor, men jag har sett videkissarna blänka vitt vid kanten av bäcken. Med åren har jag mer och mer förundrat mig över hur olika träd och buskar är, också på vintern när de är avlövide. Löven är ju oftast det som man lättast ser skillnad på. Ett lönnlöv och ett eklöv ser man ju skillnad på med en gång, men även knopparna skiljer sig mycket åt. Någon, jag minns nu inte vem, har gett dem målade namn. Vad sägs om Knoppiskungen Jätten Kastanj, Violetta Al, Långe Boke, Vasse Aspe, Skäggige Hassel, Trindröda Lind, Eka Papiljott, tvillingarna Lönn, vithåriga Rönn? Lilla söta fröken Björk kommer först till festen och den fisförnäma Aska Svart som alltid har så bråttom, kommer sist och går först.

I soliga trädgårdar och parker blommar vintergäck och snödroppar för fullt, men i skuggiga och svala lägen kan det dröja länge än. Man får njuta av att säsongen på så vis förlängs, spana in knopparna och se hur de gradvis ändrar form och karaktär för att till slut slå ut i full blom. ■

---

*Intet är som väntanstider,  
vårflodsveckor, knoppningstider,  
ingen maj en dager sprider  
som den klarnande april.  
Kom på stigens sista halka,  
skogen ger sin dävna svalka  
och sitt djupa sus därtill.  
Sommarns vällust vill jag skänka  
för de första strån som blänka  
i en dunkel furusänka,  
och den första trastens drill.*

*Intet är som längtanstider,  
väntansår, trolovningstider.  
Ingen vår ett skimmer sprider  
som en hemlig hjärtanskär.  
Sällan mötas, skiljas snarligt,  
drömma om allt ljuvt och farligt  
livet i sitt sköte bär!  
Gyllne frukt må andra skaka;  
jag vill dröja och försaka,  
i min lustgård vill jag vaka,  
medan träden knoppas där.*

- Erik Axel Karlfeldt,  
ur Fridolins visor och andra dikter



Tjugoettans bild  
*Scilla i rektorsvillans park*  
Foto: Peder Strandh

# DET LIGGER I TIDEN

## APRIL

### PÅSKLOVET, 10-17 APRIL

#### 10-13 april - Fyrisåns fiskar

Följ med ner under ytan och ta reda på mer om vilka fiskar som finns i Fyrisån och Mälaren! På Biotopia inviger man ett nytt sötvattensakvarium det går att se en del av de fiskar som lever i Fyrisån. Hur andas en fisk och hur och vad äter de? Fiskarna matas kl 14.00 varje dag.

Kl. 11 -17. Plats: Biotopia, Vasagatan 4

#### 11-16 april - Går det att mäta påsken?

Alla barn får lära sig mer om olika mätmetoder i ett spännande uppdrag: att försöka mäta påsken.

Kl. 14 - 16. Plats: Gustavianum, Akademigatan 3

#### 8 april - Barnfilmspremiär

Klas Klättermus och de andra djuren i Hackebackeskogen.

För tid se [www.fyrisbiografen.com](http://www.fyrisbiografen.com)

Plats: S:t Olofsgatan 10

#### 30 april - Orphei Drängar sjunger traditionsenligt in våren

Konserten är gratis och börjar kl 15.02, i omedelbar anslutning till att rektor har viftat med mössan, och pågår ungefär en halvtimme.

Kl. 15.02. Plats: Trappan utanför Carolina Rediviva.

#### 30 april - Värhyllning vid Gunillaklockan

Allmänna Sängen sjunger klassiska vårssånger och tal från Curator Curatorum. (läs mer på s. 8!)

Kl. 21.00. Plats: Gunillaklockan/Borggården på Uppsala slott

För den som önskar se en Majbrasa rekommenderas Rickomberga Egnahemsförenings brasa i fårhagarna i Stabby. Andra närliggande brasor: Tunabergs koloniområde samt den som tänds invid Flogstamasten. Vill man åka lite längre rekommenderas Gamla Uppsala.

## MAJ

### 18 maj - Blodomloppet

Spring i Blodomloppet på Studenternas. Arrangör: Uppsala IF Friidrott och Blodcentralen.

Plats: Studenternas IF, Ulleråkersvägen 6

### 20 - 21 maj - Kulturernas karneval

Dans, teater, konserter, exotisk mat med mera.

Plats: Carolinaparken (Engelska parken)

### Kafétips

Granne med Finn Malmgrens plats öppnar under maj ett nytt kafé (Sysslomansgatan 17). Kaféet kommer att gå under namnet Melrose, vilket säkert får många att associera till teveserien Melrose Place från 1990-talet.

Plats: Sysslomansgatan 17

## JUNI

### 6 juni

Nationaldagen

### 9 juni

Magasinet Luthagsnytt's sommarnummer kommer ut!



## RÄTTELSE

I Luthagsnytt nr 1. 2017 (s.8), skrev vi i artikeln om Geijersgatan 42 att huset "utgjorde Uppsalas definitiva nordvästra utpost" och att det bortanför "bara fanns enstaka ladugårdar, fält och skogspartier". Som en läsare så vänligt har påtalat för oss så fanns det bebyggelse i såväl västlig som nordlig riktning vid tiden. Västerut fanns bl.a. Stams gård. I kvarteren mellan dagens Norrlandsgatan och Stabby allé - utmed Enköpingsgatan som då löpte mitt i mellan de två stråken - fanns dessutom en riklig bebyggelse. Rätt ska vara rätt. ■

/Redaktör'n

# Sommarro Fastighetstjänst AB

**Daniel Alm**  
VD

**Sommarro Fastighetstjänst AB**  
Norbyvägen 63  
752 39 UPPSALA  
Kontor 018-53 29 42  
Mobil 070-666 56 76  
info@sommarrofast.se

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

## Kontakta oss

redaktion@luthagsnytt.se  
www.luthagsnytt.se

## Besöks- och postadress

Luthagsnytt c/o Strandh-Klefbeck Media KB  
Övre slottsgatan 6 (en trappa ned på innergården)  
SE-753 10 UPPSALA

## Kontaktinfo

Redaktion och annons: 0704-79 59 13  
redaktion@luthagsnytt.se  
Ansvarig utgivare och redakör: Peder L.G. Strandh

## Skribenter i detta nummer

Josefina Jonsson  
Maria Klefbeck  
Åke Pålshammar  
Peder Strandh  
Maria Wold-Troell

## Layout

Josefina Jonsson  
josefina@bronea.se

## Instagramredaktör

Lisa Hamdan McConnell

## Inskickat redaktionellt material

redaktion@luthagsnytt.se

## Ekonomi

Maria Klefbeck  
Tel. 073-04 581 04  
annons@luthagsnytt.se

## Upplaga

5.800 ex

## Utgivningsdagar 2017

6 nummer per år:  
10 februari  
7 april  
9 juni  
1 september  
27 oktober  
8 december

## Materialgranskning

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

## Produktion tryck

Strandh-Klefbeck Media KB  
Ehof Grafiska AB  
www.luthagsnytt.se

## Deadline material nästa nummer

Måndag 14 maj 2017 – Ute i butik 9 juni.

Tipsa Luthagsnytt direkt på [redaktion@luthagsnytt.se](mailto:redaktion@luthagsnytt.se) eller på sms/mms till 0704-79 59 13

Salong  
**VirvelVind**

Barn,  
Dam &  
Herr

Vindhemsgratan 32  
018-53 13 88  
[salongvirvelvind.se](http://salongvirvelvind.se)

PRISOR  
FORTAGARNA

**20% rabatt!\***  
\* på köksrenovering om Du anger "Luthagsnytt"  
när Du bokar ett kostnadsfritt hembesök.  
Gäller t.o.m. 30 april.

Jakob Hammarbäck  
070-618 77 10

HärjedalsKök



SPANA IN LUTHAGSNYTT PÅ

**Instagram**



FÖLJ LUTHAGSNYTT PÅ

**facebook**

SE MER PÅ [LUTHAGSNYTT.SE](http://LUTHAGSNYTT.SE)

