

LUTHAGS

Nytt

Bakdag på Stabby prästgård

Jag och min hund Hemma-Hos Ullmans Topp-Tio
Fågelrapporten Krönikor från Ell och Strandh Hot News Tibble

**Vi hjälper dig med alla
frågor inom familjejuridik**

Ring oss på 018-71 21 85

www.familjensjurist.se



Familjens jurist

Hej Luthagen!

I detta nummer:

**Sid 6:
STRANDHNSKA
KRÖNIKASERIET**

Peder har hittat det allra bästa botemedlet mot stress.

**Sid 10:
HEMMA-HOS**

Följ med til en brf på Tiundagatan. Anna Malmstedt hälsar välkommen.

**Sid 14:
JAG OCH MIN HUND**

Luthagsnytt träffar taxen Märta med matte Christina Sjöholm

**Sid 16:
FÅGELRAPPORTEN**

En stadsnära golfbana på Stabbyslätten kan berika fågellivet i Stabby med våtmarksfåglar som tex änder, doppingar, sothöns och rörhöns. Bra tycker Roger.

**Sid 17:
ULLMANS TOPP TIO**

Det har blivit dags för plats 6 & 5 på listan över snyggaste Fordarna enligt Ullman.

**Sid 18:
ELL-KÅSERIET**

Ell går till attack mot alla stereotypa och tråkiga caféer i stan. Bättre kan ni!

**Sid 20:
KNEP&KNÅP**

I detta nummer är det lite extra mycket knep&knåp så att julen inte ska bli så tråkig!

**Sid 22:
HOT NEWS TIBBLE**

Antipartiet i Tibble föreslår att Roffes hamburgerbar ska ingå i världsarvet." Läs mer i detta nummer av Hot News.



Här finns Luthagsnytt:

- ICA Luthagens Livs
- Konsum Ringgatan
- ICA Folkes Livs
- Nelins (Börjetull)
- Konditori Savoy
- HusmanHagberg Svartbäcksg. 28
- Luthagens Vårdcentral
- Stabby Prästgård
- Handelsbanken Ringgatan
- Swedbank Geijersgatan



Gamla nummer

Alla nummer av Luthagsnytt finns på www.luthagsnytt.se. Läs online eller ladda ner som PDF!

Prenumerera

För dem som önskar få sin tidning i brevlådan erbjuder vi en prenumeration till priset för portot (95kr för 6 nummer). Anmäl din prenumeration på www.luthagsnytt.se så kommer tidningen i lådan under ett år!

Tipsa oss!

Stort som smått. Artikeluppslag, insändare, skvaller..



Framsidan

Varje år på vasaloppsöndagen arrangerar Bondkyrko hembygdsförening en bakdag på Stabby prästgård. En av huvudpersonerna är vedugnen: Lika gammal som huset självt, byggt 1860, och förmodligen den enda i sitt slag i centrala Uppsala. FOTO: ULF HELLMAN.



LUTHAGSNYTT

www.luthagsnytt.se

BESÖKS & POSTADRESS

Tiundagatan 47
752 30 Uppsala

KONTAKTINFO

Tel kontor 1: 018-410 64 94
Kontor 2: 018-410 90 36
Mobil: 0707-31 89 10
E-post: redaktion@luthagsnytt.se

ANSVARIG UTGIVARE & REDAKTÖR

Per Jonson

MEDVERKANDE

Rebecka Ell, Dennis Hendersson, Peder Strandh, Roger Gyllin, Magnus Hultin.

INSKICK REDAKTIONELLT MATERIAL

Tel. 0707-31 89 10
E-post: redaktion@luthagsnytt.se

ANNONSERA

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

UPPLAGA

5.000 ex (inkl. de flesta företag i Luthagen)

UTGIVNINGSDAGAR

6 nummer per år. Datum 2010:

19 feb (Sportlov)
23 april (Vår)
4 Juni (Skolavslutning)
17 sep (Skolstart)
29 okt (Höst)
10 dec (Jul)

MANUSSTOPP

10 dagar innan utgivning

ANNONSGRANSKNING

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

PRODUKTION

Trycksaksnisse

TRYCK



Eklundshofs Grafiska

Annonsblock

Annonsalternativ på tidningssida (A4).

1/16 stående 47 x 68 mm		1/4 stående 98 x 140	1/2 stående 98 x 284
1/8 liggande 98 x 68			
1/2 liggande 200 x 140	1/8 stående 47 x 140		
1/4 liggande 200 x 68			
1/8 liggande 200 x 32			



UPPSALA PRIVATKLINIK



Välkomna till Uppsala Privatklinik – ny vårdcentral i Luthagen

För oss är det viktigt med ett personligt bemötande. Vi ser människan som en helhet och använder vårt teams olika kompetenser för att tillgodose den enskildes behov av vård oavsett om det gäller kropp eller själ.

Hos oss möter du personal som är välutbildad och har lång erfarenhet inom sina områden.

Vi har akuttider och Du kan få läkartid samma dag. Hos oss möter du engagerade medarbetare som ger bästa möjliga vård för dig och dina närmaste.

Du vet väl att du själv kan välja vilken vårdcentral du vill tillhöra?

Vill du bli vänligt bemött och få tillgång till vård med korta väntetider så ska Du välja Uppsala Privatklinik.

Lista Dig hos oss innan den 15:e mars så bjuder vi på en hälsokontroll!

Välkomna!

För mer information:

www.privatklinik.se

E-post: post@privatklinik.se

Tel: 018 - 60 01 85



Lunch 70kr

Husmanskost (en spicy),
sallad, bröd, dryck, kaka.

På fredagar bjuder vi
på hemlagad efterrätt!



Välkommen!
Teng med personal

Frukostmacka & Dagens lunch
mån-fre 06-15
Kvällsöppet med à la carte
Fre-Lör 16-22 Sön 16-20.³⁰

Sova Sött
Nattis



Nattbarnpassning

Barn 6-12 år
syskon enligt ö.k.

Adress:
S:t Johannesgatan 158
Tel: 0720-20 53 05
www.uppsalanattis.se

Marina Hutter,
Utbildad fritidspedagog
med lång erfarenhet
Företaget har F-skattsedel,
utdrag ur Polisens belastnings-
register & referenser visas på
begäran

nöje & sport evenemang

Vill du
synas här?
Hör av dig till oss på:
redaktion@luthagsnytt.se



Lör-Sön 14.00

Matiné!

Aktuellt program:
fyrisbiografen.com
Kassan: 15 03 46

"EN PÄRLA!"
Gomorra Sverige, SVT

4. DN "STRÅLANDE DEBUT"
Svenska Dagbladet

**"För tankarna till
Lost in Translation"**
Expressen

CCCGC "Den är bara väldigt bra!"
Stockholm City

**"En
LYSANDE
Pernilla
August"**
SDS

Miss Kicki
en film av HÅKON LIU

PERNILLA AUGUST
HUANG HE RIVER 黄河 LUDWIG PALMELL

whatsonstockholm.nu



FRED & KRIG FREDSMUSEUM



Utsikterna till nedrustning

- Ett föredrag med Hans Blix
lördag 13 mars kl 13.30
Lokal: Vasasalen, Uppsala

slott

Föredraget ges i samband
med Föreningen Fredsmuseum på Up-
psala slotts årsmöte. Föredraget är öppet för
allmänheten och är gratis. Välkommen!

Museets öppettider:

ons 14-18, lör/sön 12-16,

Entré: **Gratis** www.fredsmuseum.se



Bakdag på Stabby prästgård

Sön 7 mars kl. 13-16

Hårt bröd efter gammalt uppländskt recept bakas hela
eftermiddagen. Kaffe och levande musik med Crescent
City Jazz och ytterligare ett hemligt uppträdande.



Shoppa smart

Handelsbankens Allkort – ett alla tiders kort som ger dig bonus och förmåner. Skaffa Allkortet redan idag.

Uppsala Luthagen, 018 572230
www.handelsbanken.se/luthagen

Handelsbanken



TEXT&FOTO PEDER STRANDH

Peder Strandh

Hela världens GudHusse

Peder har hittat det allra bästa botemedlet mot stress.



JAG ÄR AV NATUREN

en känslig karaktär.

Min stresströskel löper någonstans mellan liltans nagelband och ankeln; något som knappast kvalificerade mig för det högt ätråvärda jaktpilotsjobb jag som liten grabb drömde om. Och apropå jaktpilot, militär och strid: Jag minns att jag envist vägrade att göra värnplikten när Pliktverket kallade mig. Jag fejkade brallorna av mönstringspersonalen på Karolinen i Karlstad (åtminstone vill jag minnas det så). Någon månad efter mönstringstillfället emottog en segerviss Strandh, undertecknad, ett brev från nämnda statliga verk där de klagade för mig att jag åtminstone måste göra någon sorts insats för rikets säkerhet. Jag minns inte alla alternativ de gav mig att välja mellan, med undantag för MC-kurir och Hundförare.

Som den djurvän jag alltid varit var det sistnämnda alternativet det enda tänkbara om jag till trots-, möjligtvis-, kanske- och eventuellt- skulle kunna få min översensitiva och finnga tonårsperson tvångsförflyttad – från kompistryggheten i barnomsstaden Örebro. Alltjämt motvillig kryssade jag således för hundförare, och fortsatte sedan ögna igenom formuläret. Och då, på raden näst längst ned såg jag min räddning: "Lider du av funktionshinder, allergier eller annan ohälsa (typ)?"

Till min mors ljudliga

protester fyllde jag falskeligen i att jag var pälsdjursallergiker, undertecknade brevet och postade det. Detta var 1988 och jag

är permanent, kronisk, ja kalla det vad du vill. Glädjande nog är också min kärlek till djuren lika hårt fastkilad.



har till dags dato inte hört ifrån försvarsmakten.

Nu, 2010 är jag stolt och lycklig Luthagsbo. Mycket har av naturliga skäl förändrats i min karaktär i takt med att åren gått. Men min känslighet är jag rädd

Var än jag knallar fram har jag alltid vänner, de kvittrar och kraxar, skäller och jamar och somliga hörs inte alls men finns där lika fullt. Om vi (ja, det gäller dig också), stannar upp en smula bjuds vi in i denna parallella och

mycket mer naturliga värld. Vi välkomnas med öppna vingar/tassa/fenor och allt vad det kan vara, till en tillvaro där status- och inkomsthets, karriärtrampande och Café Opera-drömmar är underbart frånvarande. En värld där ögonkontakt är det härskande kommunikationsmedlet och naturens ljud tillåts stå för solostämman. Till och med när jag vågade mig ut i julstressens kommersiella kalabalik (22/12!), fann jag en lugnande blick som mötte min: En vacker duva, intill korvförsäljarens ångande vagn på gägatan, la huvudet på sned och tycktes kluckande häva ur sig en retorisk fråga: Peder, jag känner dig och din ängslan och ber dig att fundera kring vad det är i våra liv som i slutändan spelar någon roll. Jag visste att jag aldrig skulle finna detta "vad" i någon av världens alla julpyntade shoppingtempel. Istället ställde jag mitt hopp till den (i skrivande stund), stundande bokrean. Och skulle jag gå bet där ska jag kolla med min kloka frågeställare och lär då få svaret; finns i sjön – i skyn – i skogen – på fälten... Jag nöjer mig med detta.

Tillägnat min trogne vän
Max 1995-2009/ Husse

Peder Strandh är luthagskreativist med atelje på Skolg 7. Besök pederstrandh.se för mer info.



Vice ordförande Kerstin Dahne med Disa Gilles diplom i hand.

Disa Gilles pris till Bondkyrko hembygdsförening

Bondkyrko hembygdsförening och Stabby Prästgård har tilldelats Disa Gilles pris av Upplands fornminnesförening och hembygdsförbund "för förebildlig insats inom uppländsk hembygdsvård". I Motiveringen betonas "föreningens förtjänstfulla arbete med att verka i, levandegöra, vårda och slutligen förvärva Stabby Prästgård."



Hur såg det ut här förr?

De gamla byarna Berthåga, Rickomberga, Hällby och Stabby ramar in ett område med mycket gammal kulturmark. Byarna finns inte mer men några gårdar ligger kvar i sina gamla lägen. Stora vägar har redan dragits genom området och åkermarken väster om Stabby prästgård kommer kanske snart att omvandlas till golfbana.

Ännu finns det möjlighet att med hjälp av gamla kartor och expertis få en uppfattning om hur gamla vägar och diken gått och människor före vår tid levt och verkat.

I studiecirkelns form kan vi tillsammans skaffa oss kunskaper.

Förslag på infallsvinklar:

- Fornlämningar
- Spår av byggnader och andra anläggningar
- Vägar och stigar
- Spår av äldre tiders odling
- Bebyggelse- och naturnamn

Mer information om hur man kan lägga upp studiecirkeln får du om du

- kommer till Bondkyrko hembygdsförenings årsmöte i Stabbygården ons. den 10 mars kl. 19.00
- går in på föreningens hemsida www.stabbygarden.se
- kontaktar någon av:
 - Kristina Rylander tel: 54 61 63 kiki.rylander@gmail.com
 - Barbro Håkansson tel: 54 47 82 barbro_hakansson@hotmail.com
 - Måret Husberg tel: 54 52 48 marethusberg@hotmail.com



Välkommen till MöbelAccent

inredningstyger
möbeltapetsring
och renovering

Brita Jansson
Sibyllegatan 18 A
Tel 12 19 30

Öppettider:
Mån-tors: 10 – 17
eller enligt överenskommelse



Öppettider:
Mån-Tors 8-18
Fredag 8-17. Lördag 10-13.

Helservice • Cykeltillbehör • Kompetent personal

NYRENOVERAD SKRIDSKO-SLIP INFÖR SÄSONGEN



Välkommen in!

Runneviks Cykel Syslomansgatan 30. Tel. 018-52 60 00



Nelins

Frukt & Grönt - Alltid till lägsta dagspris!

LIVSMEDELSBUTIKEN I BÖRJETULL!



ÖPPET:

Mån-Fre 9⁰⁰ - 18⁰⁰
Lördag 9⁰⁰ - 15⁰⁰

Vallongatan 4 (Buss 13, Börjetull)
Tel. 55 61 50 www.nelins.se

Föreningsfix – grossist och butik i ett

Iréne Karlsson driver Fix Föreningservice på Götgatan 6. Här kan du bland annat hyra chokladjul och tombola. Bland mycket annat.

Fix Föreningsfix huvudsakliga verksamhet är att som grossist förse ett 30-tal föreningar med material till tävlingar och arrangemang, tex. graverade sportpriser och lotterier med vinster.

Men här finns också en butiksdel med presentartiklar, hantverk, mattor och barbikläder.

Irene var själv engagerad i olika föreningar innan hon tog över Föreingsfix för tio år sedan:

– Jag var ju ofta här som kund och blev lite av en stammis. En dag blev jag tillfrågad att ta över av den före ägaren Roland Persson. Jag gick vid den tiden i tankar att skaffa en affär så det passade ju bra!

Snart är påsken här och då fylls butiken med påskägg, saltkar i form av tuppar och allt annat som hör högtiden till. Dessutom är det 10-årsjubileum vilket firas med återkommande rea-försäljningar under året.



Kristina Nordin med Norfolk terriern Tuva på besök i butiken.

Uppsala Privatklinik öppnar ny vård- central i Luthagen

Den 18 januari öppnade dörrarna till en ny vårdcentral på Götgatan 3 i främre Luthagen.

– I och med det så är vi är också den första privata vårdcentralen som öppnar i Uppsala med stöd av den nya lagstiftningen om "vårdval i primärvården", berättar VD Ingegerd Hoff-Lindahl.

Den nya lagstiftningen innebär att landstingen beslutar om vilka krav som ska ställas på vårdgivare och de som uppfyller kraven får rätt att etablera sig i primärvården med offentlig ersättning.

Ingegerd är i grunden beteendevetare. Hon är ambassadör för kvinnors företagande och startade H&L för drygt 8 år sedan.

– Vi ansökte om landsningsavtal i oktober 2009 och i december undertecknades det fyraåriga avtalet.

Uppsala Privatklinik (fd

Clinic Rajan) grundades för 20 år sedan som vårdinrättning i privat regi inom handkirurgisk specialistvård, en verksamhet som efterhand utökades med specialiteterna plastikk- och kärllkirurgi och medicinska behandlingar. År 2000 flyttade företaget in i nuvarande lokaler på Götgatan 3 i Uppsala som är utrustade för mottagning, operation och övervakning.

Under de senaste två åren har Uppsala privatklinik breddat tjänsteutbudet med ett koncept av företagstjänster och nu öppnar de alltså även vårdcentral. I samma lokaler finns också "Sinnligt", som är en nyöppnad privata barnmorskemottagning.

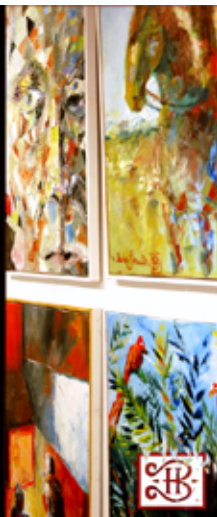
Under hösten 2009 har kliniken anställt sjukgymnast, allmänläkare och distriktssköterska och flera rekryteringar är på gång. Just nu finns sju fast anställda och ett femtontal på konsultbasis och timanställning.

Ateljé Peder Strandh

Finn din **personliga** konst i Luthagen!

Ateljén kombineras på ett intimt vis med en galleri- och butiksdel. Du är varmt välkommen att besöka oss på **Skolgatan 7 (innergården)**. Boka besöket på tel. **018-4320194**

www.pederstrandh.se



Mekonomenkort ger dig valfrihet!

10% Rabatt på alla tillbehör -när du använder **Mekonomenkort**



Mekonomen Uppsala

Hållnäsgratan 2 (Librobäck)

Tel: 018-51 52 00

Öppet: Vardagar 8.00-17.00

Mekonomen

Vi gör Billivet enklare™



Auktoriserad Mieleverkstad sedan 2002
Grundades 1990



JMAB på väg med ny miele-diskmaskin till Ekonomikum.



Börje Tull/Librobäck
Husbyborgsvägen 9

Din lokala elektriker!

Med lång erfarenhet inom vitvaruservice och elservice.

Utför reparation, service & installation åt företag och privatpersoner

- Hushållsservice
- Miele Tvättstugeutrustningar
- Styr- och Regler
- Elservice och ROT-arbeten
- Nyproduktioner
- Data- och larminstallationer
- Luftvärmepumpar

Tel vxl 018-56 70 40 Fax 018-56 70 49 www.jmab.se

HEMMA HOS

Anna Malmstedt Bostadsrätt Tiundagatan

Uppväxt: Gävle

Tidigare boende: Hyresrätt i Ulleråker.

Jobbar med: Ekonomi på Uppsala universitet.

Gillar: Djur (vill ha hund), ridning, resor, fotografering och dans (gått kurs på Studio K).

Drömrese: Galapagosöarna, ridsafari Afrika.

Just nu: Startat en stick-junta tillsammans med några vänner.

Anna Malmstedt, 32, hade en hyresrätt i Ulleråker när beslutet växte fram att det var dags att skaffa något eget. I höstas slog hon till. Valet föll på en bostadsrätt med två rum och kök på Tiundagatan i Luthagen.

LÄGENHETEN TILLHÖR Brf Kurvan och liksom många andra 50-tals hus står det en potatislår i källarförrådet. Men det var knappast detta faktum som fällde avgörandet för Anna. Däremot bidrog närheten till gröna oaser såsom Stabbyskogen. Och fina strövmråden inpå knuten passar ju bra om man som Anna när en dröm om att skaffa hund:

– En schäfer ska det vara. Min dagmamma hade en jättetrevlig schäfer när jag var fem. Och så vill jag ju ha en rejäl brukshund, säger Anna.

ANNA LÄSTE FÖRETAGSEKONOMI i Uppsala och var under studietiden aktiv i Gästrike-Hälsinge nation. Ett år jobbade hon som Andre Kurator på nationen. Det passade bra eftersom det är ämbetet som ansvarar för ekonomi.

– Det är det bästa jag har gjort, berättar Anna, att engagera mig i en nation. Det kan jag verkligen rekommendera alla nya studenter som kommer hit att göra.

Anna trivs bra i Uppsala. Är det något hon saknar från hemstaden Gävle är det närheten till havet. Ett sommarställe där råder dock bot på det i varje fall ena halvan av året.

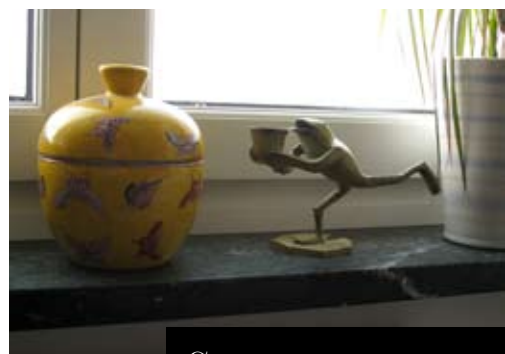
☞ TEXT&FOTO PER JONSON



Köket

Matplatsen i köket har gott om utrymme för ett bord med fyra stolar eller fler. Äpplena i pyramiden på bordet (18st) skaffade Anna enkom för hemma-hos-reportaget!

En flytta-hemifrån-present från mamma med texten: "Det är klart att jag unnar mina barn att resa ut i världen. Men helst inte för långt bort".



Grodan på fönsterbrädet köpt på Myrra här i stan.

Sovrummet Vallmoblommorna, sk "Wallies" fick Anna av den förra ägaren till bostadsrätten. I mitten hänger en fotokalender med egentagna fotografier. Badhuset till sommarstället vid havet pryder januari månad.





Vardagsrummet

I vardagsrummet hänger fin konst på väggarna. Katterna (överst) är gjorda av lokala konstnärinnor från Sandviken. Vänstra tavlan fick Anna i examensgåva och den högra är en 30-års-present.

"Hästen i fönstret köpte jag faktiskt till mig själv när jag skrivit klart D-uppsatsen i företagsekonomi."

Numrerad litografi av Salvador Dalí. (nr 42 av 300)



Hallen: Hästhuvud från Gästrikkonst, en konstrunda som hålls vid påsk varje år, där konstnärer i östra Gästrikland håller öppet hus.



KONDITORI

Familjeföretag sedan 1959

Savoy



Grattis Savoy!

Godaste semlan i stan igen.

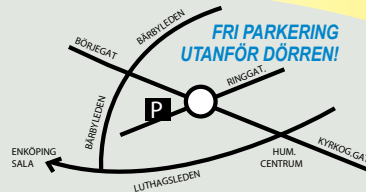
ÖPPET:

Vard 8-18, lörd 9-15

Tel 54 09 00

Ringgatan 35

www.konditorisavoy.se



Café & Second hand

Capella

Kooperativet
Rackarbergsg. 10 bredvid Folkes Livs

Plånboksvänliga
priser!

Vi har fyllt upp butiken!



Massor av presentfynd och prylar för hemmet och sommarstugan.

Vi säljer och tar emot möbler, husgeråd, prylar & leksaker, skivor & böcker.

Vi har både
hämtservice
och utkörning



Uteservering
och hembakt
bröd

Tel: 50 45 40

Öppetider:

Mån 12-16
tis-tors 12-18
Fre 12-16

Mat, Livs & Catering



LUTHAGENS LIVS
www.ica.se/luthagens_livs
Tel: 56 56 56

GODA MACKAN
Tegnerg. 8
Tel: 51 26 50

52:AN'S SMÖRGÅSAR
Fyrisvallsg. 23
Tel: 52 52 52



KONSUM RINGGATAN
ÖPPET mån-sön 9-22



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



NELINS FRUKT & GRÖNT
Vallongatan 4
Tel: 53 34 44, 53 34 38



LINDVALLS KAFFE
Kungsgatan 60
Tel: 480 20 00

Sport & Fritid



LEFFES CYKEL
Sibylleg. 9
Tel: 53 60 45



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

RUNNEVIKS CYKEL
Sysslomansgatan 30
Tel: 018-52 60 00

Restaurang & Café

CAFÉ BROSTUGAN
Börjegatan 51
Tel: 54 24 38



SAVOY
Ringgatan 35
Tel: 54 09 00

KONDTORI TRIANON
Svartbäcksg. 83
Tel: 26 04 50

JAVA
Asiatisk restaurang
Svartbäcksg. 68
Tel: 23 85 76

Städ & Hantverk

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



KOPIERINGSHÖRNAN
Skolgatan 1
Tel 10 11 15

MÖBELACCENT
Sibyllegatan 18 A
Tel 12 19 30



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

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



JMAB
Elinstallationer
Tel: 018-56 70 40

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



HEMSERVICE
Du väljer, vi utför.
Tel 018-71 10 50

Bostadsförmedlare



RIKSMÄKLAREN
Vaksalag. 5
Tel: 13 98 50



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

ALMTUNA FASTIGHETSBYRÅ
018-14 55 48 & 0703-14 55 48
www.almtnafastighetsbyra.se



ÅKERBLOMS FASTIGHETSBYRÅ
018-10 57 00
www.akerblomsfast.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



Antonis Gym
Börjegatan 66
Tel: 51 28 00
www.antonisgym.se



FRISÖR PIA FRIBERG
Börjegatan 52
Tel: 54 48 50 el. 51 38 20

SWECKO GLOBAL MILJÖ & HÄLSA
Skapa Ditt eget Hälsohem
Vi har produkterna
0708-32 36 21 www.swecko.se



HYPNOS & TAKTILMASSAGE I UPPSALA
Svartbäcksgatan 37 b
Telnr. 0706 64 37 23
www.majoz.se

QI-NIKEN HÄLSOCENTER
Svartbäcksgatan 50 H
Tel: 073-687 21 50
www.qi-niken.se



FAMILJEDOKTORN
Den lilla Vårdcentralen utan
väntetider. Öppet året runt.
Barnspecialist.
Telefon vard: 018 - 55 16 66
Sysslomansg. 15 B
www.familjedoktor.se

Bil & Däck

HYDRO
Klangs gränd 2
Tel: 54 80 50

EL & FRAMVAGNSSERVICE
Fyrisvallsgatan 26
018-51 16 00
elofram@gmail.com

BÖRJETULLS DÄCKVERKSTAD
Seminarieg. 30
Tel: 018-51 01 70



RYDS BILGLAS
Svartbäcksg. 75
Tel: 018-600 840

Husdjur



leg. vet. Ann Hammarberg
EKEBY'S DJURPRAKTIK
Ekeby bruk, ingång A34
Tel: 55 77 33



FYRIS ZOO
Zoobutik med inackordering
Stabby Allé 13A
Tel: 14 70 84
fyriszoo.com

Detaljhandel



SANDAHLS
Skolgatan 33 B
Tel: 018-14 15 50, 14 15 55



VÅLAMAGASINET
Tel: 018-65 03 70

Antikt & Begagnat



CAPELLA SECOND HAND
Rackarbergsg. 10. Tel: 50 45 40
Öppet: Mån 12-16, tis-tors 12-18,
Fre 12-16.

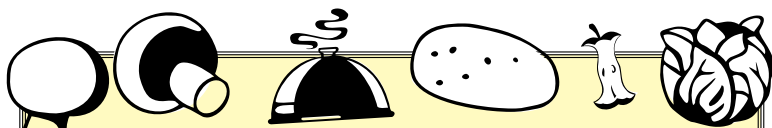
SIRIUS LOPPMARKNAD
Sturegatan 5
Tel: 018 - 51 11 70
ÖPPET: Mån-Tor 10-18,
Lör 10-17, lör 11-15



LUTHAGEN:

Lokal uthyres!

Ring 0704-94 33 12



SKOLMATSSEDELN

För Luthagens skolor

Vecka 7

Fredag 19 feb

Alt 1: Tacobuffé med nötfärsröra och gräddfil

Alt 2: Fiskgryta med tomat och dill, kokt potatis

Veg: Tacobuffé med vegetarisk färs och gräddfil

Vecka 8 - Sportlov!!!

Vecka 9

Måndag 1 mars

Alt 1: Potatisbullar med lingonsylt och ingefärscoleslaw

Alt 2: Fiskbullar med currysås och ris

Veg: Morotsratatouille och ris

Tisdag 2 mars

Alt 1: Korvgryta och kokt potatis

Alt 2: Makaronipudding och ketchup

Veg: Pasta med champinjonsås

Onsdag 3 mars

Alt 1: Fiskburgare med rotsaker och gräddfilssås

Alt 2: Älgskaosgryta och ris

Veg: Grönsakswok med nudlar

Torsdag 4 mars

Alt 1: Oxjärpar med tomatås och pasta

Alt 2: Grillkorv och pasta, senap och ketchup

Veg: Rösti med lingonsylt eller äppelmos

Fredag 5 mars

Alt 1: Kalops och kokt potatis, rödbetor

Alt 2: Kycklingköttbullar med sås och kokt potatis

Veg: Potatisgratäng med tacokryddad quorn

Vecka 10

Måndag 8 mars

Alt 1: Falukorv och makaroner, senap och ketchup

Alt 2: Nötfärsbiff med örtcrème och potatismos

Veg: Vegetarisk makaronipudding

Tisdag 9 mars

Alt 1: Chicken à la King och ris

Alt 2: Färsbiff med tomatås och ris

Veg: Broccoli biff med ostsås och ris

Onsdag 10 mars

Alt 1: Fiskpudding med ris och skirat smör

Alt 2: Frukostkorv med pepparrotssås och kokt potatis

Veg: Rödbetsgryta med gräddfil och kokt potatis

Torsdag 11 mars

- Pastabuffé med tre vegetariska såser

Fredag 12 mars

Alt 1: Helstekt kotlettrad med äppel-sås och kokt potatis

Alt 2: Fiskgratäng med curry och kokt potatis

Veg: Vegetarisk moussaka med fetast

Vecka 11

Måndag 15 mars - Lov!!!

Tisdag 16 mars

Alt 1: Lammfärsbiff med couscous och grönsaker

Alt 2: Kebabpanna med vitlöksås

Veg: Kikärtsbiff med couscous och grönsaker

Onsdag 17 mars

Alt 1: Köttkorv med rotmos och senap

Alt 2: Färsbiff med gräddsås och kokt potatis

Veg: Vegetarisk lasagne

Torsdag 18 mars - Vegetarisk dag!

Asiatisk rotfruktssoppa med mjukt bröd och ost, frukt

Potatisbullar och lingonsylt, frukt

Grönsakspytt med mangosalsa, frukt

Fredag 19 mars

Alt 1: chili con carne och ris

Alt 2: Fisk med kaviar och kokt potatis

Veg: Chili sin carne och ris

Smör, bröd, grönsaker, dressing o dryck ingår i alla måltider.

Med reservation för ändringar

VAROR & TJÄNSTER I LUTHAGEN



STORT & smått SECOND HAND

Svartbäcksg. 62 C

070 54 14 794

Tis 10-12 o 13-15. Ons 14-17

Tors 14-17 och 18-20

Blommor



FYRA ÅRSTIDER

Börjegatan 56A

Tel. 018-555 223

Nöje & Nytt



UPPSALA SKIVBÖRS

Svartbäcksg. 39

Köper CD & LP odyl.

Tel. 131344

E-post: skivbors@telia.com

MYSTORY FÖRLAG

Ger skrivhjälp, gör presentbok.

"Ge bort historien om ditt liv!"

Tel 258365 mystoryforlag.se



STABBY PRÄSTGÅRD

FEST & KONFERANS

Bokning 0708 54 06 41

fest@stabbygarden.se

www.stabbygarden.se

Övrigt



QUINTILES

Försökspersoner sökes till

läkemedelsutveckling.

Läs mer på: www.forsoksperson.nu

STÖDUNDERVISNING

DYSLEXITRÄNING

erbjudes av erf. lärare

tel: 39 83 28

RENT A WRECK®

HYR BIL BILLIGT

från 99kr/dygn



Från små bilar
till skåpbilar



Fyrsvallsgatan 26

Hyr online: rent-a-wreck.se

Hyr Tel: 018-50 40 20

SKAFFERIKARINS



Delikatesser från Norrland

Ätbara presenter

Närproducerat

Renkött

Sallader

Kaffe

Smörgåsar

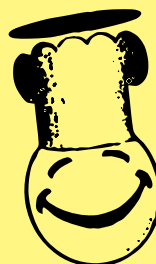
Färskt bröd

Catering kan ordnas



Geijersgatan 15, 018-555637, 076-2624353

www.karinsskafferi.se



Catering & lunchservering

GODA SAMVETET

Det fettsnåla
alternativet

Dagens rätt 75 kr vard. 07⁰⁰ - 13³⁰

ERBJUDANDE

Frysta lunchlådor 10st endast 220:-

Klipp ur och ta med annons. Gäller ett köptillfälle tom 15/4 -10

GAMLA BÖRJEVÄGEN 6 Tel. 502230 www.godasamvetet.se



Märta på Vindhemsgatan

Kraftpaketet Märta har tack vare matte Christina Sjöholm ett roligt och stimulerande hundliv. De promenerar flera timmar per dag, har lektid på kvällarna och fredagsmys i slutet av veckan.

MÄRTA ÄR EN normalstor sträv-
hårig tax. För tillfället ett år och
fyra månader. Hon kan klockan
väldigt bra. Vid 17.30 skäller hon
uppfordrande mot matte och vill
ha sin middag.

– Jag har älskat
taxar i 60 år, säger
Christina. Märta
är min andra egna.
Men i familjen har
det alltid funnits

taxar. Jag kommer ihåg hur min
morbror kom hem och fiskade
upp en valp ur rockfickan första
gången. Något sötare än en
taxvalp hade jag aldrig sett.

Valet föll på en tik, framför
en hanne, för de brukar vara
lite lättare att hantera. Tikar är
mindre rymningsbenägna och
har en lite mjukare mentalitet.
Mer kärleksfulla.

BÄTTRE HUNDLIV ÄN det Märta
har kan en tonårig tax knappast
önska sig. Christina ägnar åtskil-
liga timmar per dag åt henne.

– Sån tur kan man ha om
man har en pensionär till matte,
säger Christina och
skrattar.

De promenerar
3-4 timmar per dag.
Ofta är det sträckt
koppel upp till

Ringparken som gäller. Märta
måste genast ta reda på vilka som
är där och inte minst vilka som
varit där. För ett fullblodsproffs
finns gott om information att
tillgå i snart sagt varje snödriva.
Även om taxen är en relativt
smäväxt hund får Christina hålla
hårt i kopplet när Märta drar
iväg. Hon är ett litet kraftpaket.

En timme på kvällen är vigd
åt lek. På fredagar är det fredags-

mys. Då är det fint hundgodis
som gäller och kanske köttfärs
eller kyckling innan. De sover i
samma säng, ofta nos mot nos,
först båda under täcket och blir
det för varmt lägger sig Märta
ovanpå.

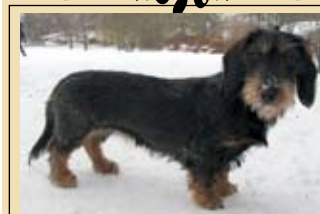
MÄRTAS OFFICIELLA kennelnamn
är Muskabo Nicole. I vardagen
fungerar dock inte det långa ken-
nelnamnet särskilt bra. Christina
behövde något enklare:

– Märta är bra, kan uttalas
mjukt som M... Marabou men
även mer distinkt.

Märta har liksom andra
taxar en stor personlighet. Hon
är intelligent och lite lurig – på
taxars vis:

– Det finns ett uttryck:
”kommer kallad men ej strax /
född till slav är ingen tax”. Kallar
man på henne så visst kommer

” – Det finns
ett uttryck:
”kommer kallad men
ej strax / född till
slav är ingen tax”.



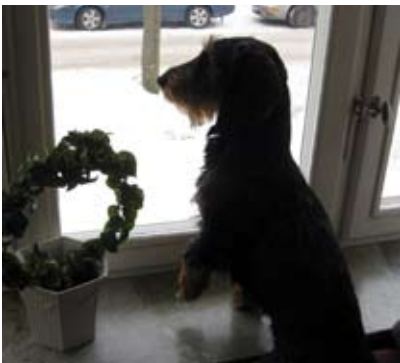
Strävårig tax

Ursprungsland: Tyskland
Uppkomsttid: 1900-tal
Första/nutida användning:
Stötande av grävling/jakt &
sällskap
Genomsnittlig livslängd: 14-17 år
Mankhöjd: upp till 25 cm
Vikt: 9-10 kg
Färger: Flera olika färgsättningar.
Källa: Bonniers stora bok om hundar,
Bonniers stora hundlexikon.

hon, men det får gärna ske med
viss fördröjning bara som för att
markera att hon minsann inte
är en som det går att köra med.
”Jaja, ska lukta lite här först.. hör
vad du säger... kommer strax.”

– De är också stora ögon-

Det märks att Märta och Christina har ett nära band till varandra.



Precis som Affenpinschern Iggy i förra numret gillar Märta att sitta vid fönstret och spana. Även matte Christina är med ibland, med den skillnaden att hon iakttar något större diskretion..

Oftast sitter dock Märta själv och spanar. Helst så nära händelsernas centrum som möjligt. Händer något extra spännande åker ena framtassen upp.

tjänare, fortsätter Christina. Vet precis vad man får och inte får göra. Men så fort man vänder ryggen till...

I SOMRAS BLEV Märta Best-in-Show på Taxens Dag i Rimbo. Det är inte så konstigt för båda Märtas föräldrar är Champions. Liksom far (med det passande namnet "Uppercut") är Märta kraftigt byggd och har stora tassar.

Taxar är i grunden brukshundar specialiserade på jakt och Märta är inget undatag. Christina tränar henne regelbundet i spårning och senare i vår ska hon avlägga ett prov i viltspår. Då har Märta chans att bli en champion och gå i pappas fotspår. Till viltspårträningen behövs ett spårämne och en jakttrofé. Christina beställer

färskt blod på affären och har en rådjursklöv i frysen. Märta får vänta hemma medan Christina lägger ut ett spår i skogen. Blodet placeras ut med minst en meters avstånd och sist klöven. Sedan är det dags för Märta att göra jobbet. Men först måste spåret ligga till sig någon timme eller två, annars blir det för lätt.

– Det finns ingen stoltare än Märta när hon får promenera med klöven i mungipan, berättar Christina. Hon är så stolt! Hon trippar fram med svansen rakt upp, tittar sig omkring som om hon frågar sig "ser alla det här nu? Va?". Det vill till att man har något riktigt gott i beredskap om man ska få Märta att ge ifrån sig sin jakttrofé.

☞ TEXT&FOTO PER JONSON



Sinnligt Barnmorskemottagning

- ditt naturliga val i vården

- graviditetskontroller och graviditetstest
- preventivmedelsrådgivning för ungdomar och vuxna
- undersökning och provtagning för könssjukdomar
- gynekologisk cellprovtagning
- samtal
- föräldrautbildning, profylax, babymassage
- yoga och qigong för gravida

Vi tar emot dig på Götgatan 3 i Luthagen, Uppsala
Öppettider: Måndag 8-16, tisdag 8-21,
onsdag 8-16, torsdag 7-18, fredag 8-13

Tidbokning och rådgivning: 018-60 01 86
sinnligt@telia.com www.sinnligt.com



Varmt välkomna!

Mottagningen har Landstingsavtal! Frikort och högkostnadskort gäller.

Vi bakar allt
kaffebröd själva!



Prästgårdskafeet



Äppelmust 100% äpple (vitaminbomb!)	15Kr
Kökets soppa med bröd	45kr
Semla stor/mellan	20/25kr
Ålandspannkaka med hallon & vispgrädd	25kr

Äppelmust 20kr/lit
Köp hem, medtag egen flaska

Öppetider: sön: 12-18, mån-ons: 11-16

HITTA: Buss nr 9, avtagsväg mellan Tiundagat. 49 / 51 INFO: 0708 54 06 41



Nr.22

Fågelrapporten

av Roger Gyllin

” I denna föränderliga värld utgör en tredje fågel en sorts trygghetsfaktor: nötväcken. Alltid på plats där det vankas mat, ljudlig och lite bufflig.



En akrobatisk nötväcka sitter upp och ner och spanar på matningen vid Stabby prästgård.
Foto: Fredrik Bondestam.

Vinterns vinnare och vinterns förlorare

Bergfinken är den här vinterns fågel i Sverige. Hos oss i Uppsalatrakten ser man annars bergfinkar mest bara på sträcket vår och höst. Har man lite tur kan man få se en vackert brokig hane, svarthuvad och med orangegult bröst, rasta i Stabby backe en dag i slutet av april.

KANSKE HAN RENT AV sjunger fastän han ännu är långt från sitt häckningsrevir i Norrland.

Sången består av ett egenomligt kväkande eller fräsande läte, så olikt den nära släktingen bofinkens snärtiga sång som tänkas kan. I stället är den till förväxling lik en annan finks, nämligen grönfinkens.

BÅDE BOFINKAR och bergfinkar försöker sig ibland på att övervintra på våra breddgrader. Oftast rör det sig då om enstaka fåglar.

I vinter har bergfinken däremot varit talrik på många håll ända från Skåne och upp till Mälardalen.

HUR SKILJER MAN då bergfinkar och bofinkar åt?

På marken kan det vara lite

svårt nu när de har vinterns dämpade färger. Men så fort fåglarna lyfter är saken klar: från bergfinken lyser det alltid klart vitt på övergumpen. Det är därför i praktiken aldrig någon risk för förväxling.

VARJE ÅR I JANUARI räknar Sveriges många fågelmatare alla fåglarna på sina fågelbord.

Då brukar inte precis bergfinken höra till de mest talrika. Förra året hamnade den till exempel inte förrän på 21:a plats, en ganska normal placering.

I ÅR ÄR DET helt annorlunda. I skrivande stund (alla rapporter är inte summerade ännu) ligger bergfinken på en helt otippad 2:a plats. Den är alltså i vinter talrikare på de svenska fågelbord än alla andra fåglar.

Bortsett förstås från talgoxen, den alltid oslagbara ettan.

FÖR SLÄKTINGEN GRÖNFINKEN ser det desto dystrare ut. Denna fågel, lätt igenkänd i alla åldrar på sitt klargula band på vingen, drabbades 2008 av en svår infektionssjukdom, trichomonas.

Fram till förra vintern klarade sig grönfinken ändå bra i våra trakter.

Sedan har dock dödligheten varit stor. Av de tidigare imponerande flockarna i Luthagen om 70 individer eller mera finns nu inget kvar. I vinter har mest bara enstaka överflygande fåglar noterats.

DESSA TVÅ SÄLLSKAPLIGA och var och en på sitt sätt vackra fåglar kan alltså utses till vinterns vinnare respektive vinterns förlorare.

Men redan nästa vinter ser det säkert annorlunda ut. Två år i rad är det sällan många övervinterrande bergfinkar. Och förhoppningsvis börjar grönfinkarna sakta återhämta sig. Annars kommer det att kännas tomt.

I DENNA FÖRÄNDERLIGA värld utgör en tredje fågel en sorts trygghetsfaktor: nötväcken.

Alltid på plats där det vankas mat, ljudlig och lite bufflig. Men mest parvis och aldrig i flock. Stadigt är efter år ligger den någonstans mellan 11:e och 15:e plats som besökare på våra fågelbord.

Aldrig vinnare och aldrig förlorare. ☺

Ullmans Topp Tio



Sven Ullman distribuerar Ford original-delar till hela landet från sin lokal på Geijersgatan. I detta nummer är det dags för plats 6 och 5 på Svens högst personliga Topp Tio-listan över Fordar som producerats.

6

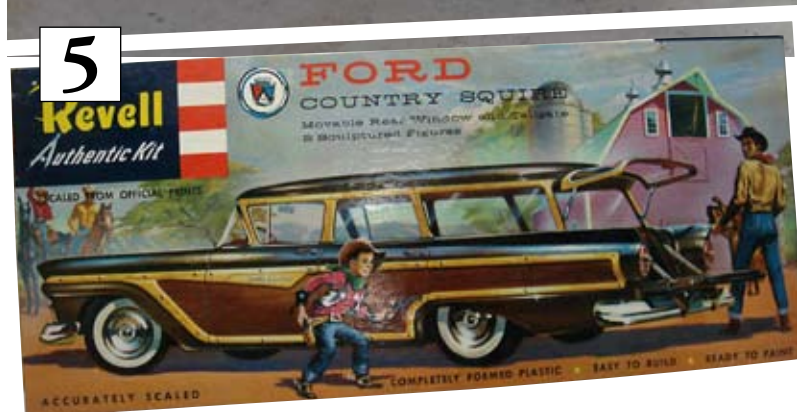


1956 Lincoln Continental Mark II

Ford Motor Companys lyxigaste märke är Lincoln, här representerat av den mycket eleganta Continental Mark II. På 50-talet kom endast en eller ett par exemplar av denna lyxbil till Sverige så den var redan då en ytterst sällsynt fågel. Ett mycket fint exemplar finns idag i Luthagen, hos min gode vän Håkan Zillen.

- Bilar har det alltid funnits X antal stycken, berättar Håkan. Det är min riktiga hobby kan man säga. Just den här har jag haft i två år. Det är en speciell modell som bara tillverkades i två år. I Sverige finns endast 11st. Under vinterhalvåret träffas Håkan och några andra entusiaster varje lördagsförmiddag för att fixa upp bilarna inför sommaren.
- Det är ren avkoppling, säger Håkan.

5



1957 Ford Country Squire Station Wagon

En av de bästa årsmodellerna enligt min högst personliga smak är 1957. Jag har själv ägt en 1957 Ford stationsvagn som på 70-talet ofta stod parkerad i hörnet Luthagsplanaden och Bredmansgatan.

Den var dock inte lika elegant som denna bil med imiterade träpaneler längs sidorna. Att just denna blev en så stark favorit var säkert beroende av att jag fick den som byggbar plastmodell i julklapp på sent 50-tal. Trots att 1957 var ett mycket bra år för Ford och att nybilsförsäljningen detta år var större än hos ärkerivalen Chevrolet, så har väldigt få 1957 Country Squire överlevt tills idag. Plastmodellen finns dock kvar i min ägo!

Ayakos Sushi

亜矢子寿司
UPPSALA

RESTAURANG & TAKE AWAY
Geijersgatan 14

Mån-tor: 15.00-21.00
Fredag: 15.00-22.00
Lördag: 12.00-22.00
Söndag: 12.00-21.00

Tel: 018-50 80 81
www.ayakossushi.se



AYAKOS TEPPANYAKI

Se maten tillagas på bordet framför dig!
En unik kulinarisk restaurangupplevelse för vänner & familj, affärsmöten, kickoff, möhippa/svensex mm.

FÖRGYLL VARDAGEN

med ett besök i äkta japansk anda på Ayakos Sushi i Luthagen!

Ayakos Sushi Luthagen har upp till 65 sittplatser, varav 15 till Teppanyaki!

teppanyaki

Jag längtar till våren!

Jag bor i ett land som omges av mörker i vad som känns som majoriteten av året. Jag bor i ett land där sommaren är begränsad till juni, juli och augusti.

INTE SÅ KONSTIGT att man känner sig lite bitter ibland. Jag menar, januari och februari, vad händer då? Ingenting. Årets mest meningslösa månader. I och för sig kan man trösta sig med att det finns semlor i butikerna från det att julafton övergått till juldagen och en lång tid framöver, men en gräddig bulle kan ändå inte trösta tillräckligt. Vintern är otäck.

MINA FÖTTER KÄNNS som om de är på god väg att ruttna så länge som de varit instängda i grova vinter skor. Mina bruna vinterstövlar har helt enkelt börjat gå sönder på grund av överanvändning. Likaså mina tjocka, stickade tröjor. De är sex stycken till antalet, men alla har de tappat sin fräschör och börjat bli noppiga och unkna. Jag har slitit ut åtminstone tre par leggings, vilka det för övrigt inte är någon idé att ta av sig mellan oktober och maj.

VARIATIONEN AV klädeskombinationer är i det närmaste obefintlig. Att klä sig lite fint och elegant?



Glöm det. Här är det fotriktiga kängor och bylsiga täckjackor som gäller. (Canada Goose-jackor om man är infödd upplänning och tål kyla lite mindre). Vidare sprakar håret statiskt av kylan och huden på händerna blir röd och narig. Vinterentusiast? Knappast.

MEDAN ANDRA MED rosor på kind, på ett nästan fanatiskt sätt susar fram i skidspåren, börjar jag redan i oktober gå runt och muttra att livet vore mer värt att leva i Los Angeles för där har de minsann sol; ÅRET OM! I min enfald brukar jag till och med påstå

att jag skulle kunna fira jul över there. Så länge tomtens renar pryder gatorna skulle jag ändå få julkänslor, trots sol och palmer.

MEN VILL JAG inte ha en vit jul? Motvilligt måste jag medge att det är vackert med en snövit jul, men så fort julafton passerat får gärna snön också göra det. Jag ser oförstående på vinterälskarna, individerna som lever för vintern, som klämkäckt kastar snowboarden över axeln för att dra upp till Åre och leva livet. Jag äger inte ens ett par täckbyxor längre. Gone are the days då jag iförd



ELL kåseri

” Men så en vacker dag när jag traskar till jobbet, märker jag att det plötsligt är ljusare ute och att talgoxen sjunger sin vårsång.

overall från Polarn & Pyret åkte stjärtlapp nerför pulkabacken, eller försökte staka mig uppför en backe på bakhala längdskidor. En skam för en flicka från Hälsingland som borde älska Broberg och snö. Men nej, när mörkret och kylan i januari är som mest överhängande, surar jag ännu mer och börjar predika om björnarnas vettiga förstånd att gå i ide.

MEN SÅ EN vacker dag när jag traskar till jobbet, märker jag att det plötsligt är ljusare ute och att talgoxen sjunger sin vårsång. Då sprider sig en värme inombords som får mig att vilja ta ett litet försiktigt glädjeskutt. Det finns en ljusning ändå. Snart är det min tid...

/Rebecka Ell

Synpunkter?
Maila: Rebecka.E@gmail.com

LOKALDELEN
LOKALDELEN 50

Läs hela meny i lokaldelen!

Mongolian BBQ 129:-

Välj de råvaror just du vill ha:

- 5 olika skaldjur
- 10 olika kött
- 8 olika såser
- 15 olika grönsaker
- (tex älg, hjort, lamm entrecôte, räkor och lax)

Välj och vi tillagar!

MONGOLIAN BBQ 129:- SUSHIBUFFÉ 119:- WOKBUFFÉ 119:- LUNCHBUFFÉ 75:- LUNCH+SUSHIBUFFÉ 85:-

Öppet: Mån-tor 10.30-14.30, 16.30-22.00.
Fre 10.30-23.00. Lör 12.00-23.00. Sön 12.00-22.00.

P Fri parkering
Välkomna!

Svartbäcksgatan 68
018-23 85 76

RESTAURANG JAVA 港華
Mongolisk, kinesisk, japansk,
indonesisk och thailändsk restaurang



20% rabatt
på à la carte
vid avhämtning

Mongolian BBQ
+ sushibuffé
+ wokbuffé
+ friterad banan
med glass 139:-
Barn under 12 år 75:-
Vi erbjuder en färsk
och mycket
prisvärd buffé.



Nyöppnat gym i Uppsala:

KOM OCH
PROVTRÄNA
GRATIS!

Antonis Gym

Våra maskiner är noggrant utvalda för att passa alla; motionärer, elitidrottare, dig som har funktionshinder eller som går på rehabilitering, nybörjare eller dig som vill träna hårt och tungt! Välkommen!

ÅRSKORT 3200:- (studentpris 2850:-)
HALVÅRSKORT 1800:- (1600:-)
MÅNADSKORT 450:-

Öppet 05.00-23.00
alla dagar, med passerkort.

Vi finns på Börjegatan 66
(samma ingång som MixMix)
Tel: 0701 19 36 78
018-51 28 00

Övrig information finns på
www.antonisgym.se



PROHELP HEMSERVICE



Hemservice Du väljer, vi utför.

Vi skräddarsyr de tjänster som du vill ha hjälp med i ditt hem. Det kan vara städning, tvätt, strykning, inköp, matlagning, promenader, ledsagning, avlastning, telefonkontakter, barnpassning, läxläsning.

Äldre med få hemtjänsttimmar kan tjäna på att anlita ett privat tjänsteföretag – Det är värt att undersöka saken om du har kommunens hemtjänst mindre än tio timmar per månad.



Vårt pris är 160 kr inklusive moms och skattereduktion.

Välkommen att kontakta mig!

Ring Magnus på
telefon 018 – 71 10 50
hemservice@prohelpbemanning.se

Vi har:
Ansvarsförsäkring
Inga underleverantörer
Miljömärkta artiklar
F-skattsedel

Vi är:
Momsregistrerade
Medlemmar i Svenskt Näringsliv, Almega

Skatteavdrag för hemtjänster
• Arbetet ska vara utfört i, eller i anslutning till bostaden
• Leverantören ska ha F-skattsedel.
• Skattereduktionen är 50 % av arbetskostnaden.
• Materialkostnader är ej avdragsgilla.

www.prohelpbemanning.se

Slottsbackens

FASTIGHETSMÄKLARE



Välkommen till oss!

Christer Nilsson 018-60 00 92
Kjell Samuelsson 018-60 00 93
Lars Göran Johansson 018-60 00 94

Nedre Slottsgatan 6 (Hörnet Drottninggatan/N. Slottsgatan)
018-60 00 99 info@slottsbacken.se www.slottsbacken.se

Julknåp



Knep på lager?

Skicka gärna in det till oss så kanske det publiceras i tidningen!



9 FILMSTJÄRNOR AV 10
LÄSER LUTHAGSNYTT

Frågesport

Svar på sid 23.



Brasilien

- 1) Vilket språk talas mest i Brasilien?
- 2) När kommer OS att hållas i Rio de Janeiro?
- 3) Vad heter huvudstaden i Brasilien?
- 4) Brasiliens största stad är nummer fem i världen, vilken?
- 5) Vad kallas slumområdena i Brasiliens storstäder?
- 6) Hur många VM-guld i fotboll har Brasilien tagit?
- 7) Vad heter landets president?

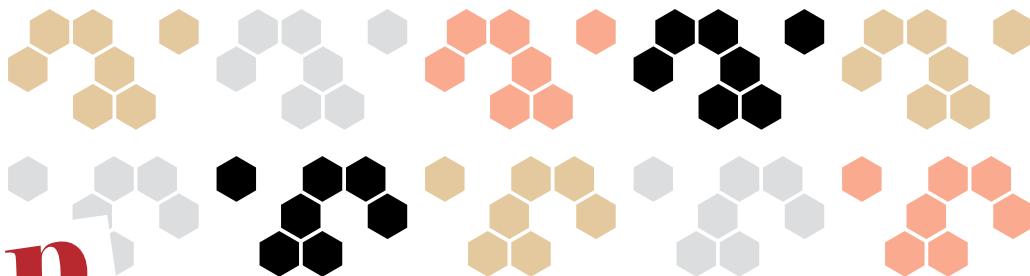
Björnar

- 1) Vilken björnart har vi i Sverige?
- 2) Hur hög är toppfarten för en björn ungefär?
- 3) I vilken världsdel förutom Australien finns det inga björnar?
- 4) Vad kallas den amerikanska brunbjörnen som är ännu större än grizzly?
- 5) Vad heter björnen på latin?
- 6) Vad heter den termitätande björnen i Indien som Baloo är ett exempel på?
- 7) Den enda björnen på södra halvklotet hittar vi dagtid sovande i träd i Anderna. Vad heter den?



Svåra ord på B

- 1) Vetenskapen om växter.
- 2) Röstläget mellan tenor och bas.
- 3) Ett lands representation i ett annat land.
- 4) Stafett i orientering.
- 5) Enklare vinservering i t.ex. Spanien.
- 6) En modernare och jazzigare variant av samba.
- 7) Stor skeppsbåt på ett krigsfartyg.



SUDOKU

8	2		7	6		4	1
	4	1	2				
7				4		2	
	1			9	7	5	
4			7	1			6
	8	7	3				1
	5		9				4
				8	2	9	
3	6		1	4		8	5

Enkel

					2	4	
9	7	2					
		4			6		1
7		6	2	5			
8	4			1			3
			3	9	7		4
	9		4		6		
						1	7
	2	1					3

Medium

5							
	7		4			6	1
	8	1	9		3	7	5
			2	9			8
							6
8	1			3	7		
	6	5	3	9	4	7	
7		4			8		1
							9

Svår



Christina Hoffstedt tar emot andra priset, "Hemlig gåva från Karins Skafferi". Det var en presentkorg till alla hjärtans dag med 4 olika marmelader och chokladbitar

Bokstavsjakten

Luthagsnyttis jultävling Bokstavsjakten i nr 6/09 avgjord.

Segrare blev Göran Leine, Svartbäcken, vars sex ord gav honom 336 p vilket var 31 p fler än vad tvåan, Christina Hoffstedt, Luthagen, skrapade ihop. På en hedrande tredjeplats, med 297 p placerade sig Carl Johan Wall, också han från Luthagen.

Det mest poänggivande ordet var cowboyfilm som hade prickats in av Göran Leine. Ordet gav 73p!

Tidningen gratulerar de tre pristagarna!

Följande priser delades ut:

Göran Leine: Två biobiljetter.
Christina Hoffstedt: Hemlig gåva från Karins Skafferi.
Carl Johan Wall: Fika på Prästgårdskaféet (Kaffe och bulle) för två.

Ekologiska kor betar runt Stabby prästgård

Ja, så skriver Upsala Nya Tidning i sin söndagsguide, som inte hade förste april som utgivningsdatum.

BAKGRUNDEN TILL ATT Prästgårdskaféet fick sig en extraskjuts som gränsade till kaos i serveringen var att tidningen blandat ihop Stabby gård vid Uppsala Näs med Stabby Prästgård

Kaféet är öppet från lunchtid söndag – onsdag men man var givetvis inte beredd på att UnT gått ut med ett eget påfunnet gratiserbjudande. Personalen gjorde vad som vara möjligt, bjöd på choklad så länge det fanns någon och övergick sedan till att tömma resten av sortimentet. Eftersom allt är hembakt där och man gjort en extra stor kittel soppa så dröjde det ett tag!

GIVETVIS HAR hembygdsföreningen förlorat i ett snävt perspektiv men kaféchefen Linn Ragnvaldsson är i



efterhand glad över att så många nya gäster hittat dit.

Föreningen driver sedan några år ett kafé i Nathan Söderbloms gamla salong. Istället för vallfärdande studenter i början av förra seklet finner man nu för tiden småbarnsföräldrar på måndagar, som är glada att man kan dra in barnvagnen ända till



– Undrar om man anses dopad ifall man äter rysk rot under tävlandet?



Tävlingsansvarig
Dennis Henderson:

Tävla med BANDYFINALEN

Luthagsnytt inbjuder till ännu en tävling som handlar om att leka med bokstäver. Den här gången gäller det att plocka ut så många ord som möjligt ur ordet BANDYFINALEN.

Det här är reglerna:

- Orden måste bestå av minst tre bokstäver.
- Förkortningar och egennamn godkänns inte.
- Orden måste finnas med i Svenska Akademiens ordlista, senaste upplagan (2006).
- Orden får böjas.
- Kontrollera att dina sammansatta ord verkligen finns med i ordlistan.

Tre hemliga priser kommer att delas ut.

Senaste den 15 mars vill vi ha ditt svar under adress Luthagsnytt, Tiundagatan 47 b, 752 30 Uppsala. Det går också bra att eposta till redaktion@luthagsnytt.se

bordet, hundägare, som uppskattar att bäste vännen ges en egen skål och matta att ligga på men även motionerande stavgångare hittar dit för en pratstund

STABBY GÅRD ÄR EN av de "Sju Gårdar", som säljer egen mjölk och ville fira sitt ettårsjubileum genom att bjuda på sin mjölk till de skidåkare som passerar från Håga ut mot Hammarskog. Det kom över 300 törstiga motionärer till rätt adress och man kan fråga sig hur många det skulle ha varit om det stätt rätt i UnT!



När kvällen kommer får lathund bråttom.

Fix Föreningservice

ÖPPET:
Vardagar
10 - 17

Sportpriser, lotterier och fiskdamm
Hyr ut tombola och chokladjul
Presenter till reapriser
Hemvävda mattor och textilloppis

Götgatan 6 Telefon: 018 - 53 63 39 eller 0709 - 99 78 44



Antipartiet i Tibble föreslår att Roffes hamburgerbar ska ingå i världsarvet." Läs mer i detta nummer av Hot News.

Åtstramad kultur

Vid årskiftet slutade den populära Bokbussen i Tibble att rulla. Orsaken är givetvis kommunens dåliga finanser.



- Tänk om man kunde tussa ihop Anna Anka, Björn Ranelid och Carolina Gynning i samma program!

- Det är olyckligt att kulturen alltid drabbas hårdast i dåliga tider säger bibliotekarie Elna Surtut till Luthagsnytt, men vi får väl försöka distribuera våra böcker till de trängande läsarna på ett annat sätt.

- En del böcker kan kanske ta sig fram för egen maskin - jag tänker då främst på alla våra behändiga klotband som borde ha möjlighet att rulla iväg av egen kraft, speciellt i nedförbackar, slutar Elna Surtut, som än en gång visat prov på en smutt överlägsen kreativitet.

Spännande i rutan

Tibble-tv satsar på en På-spåretserie, som ska utspela sig i Turkiet. Serien får det självklara namnet Bosporen.

Drevet går

Vargjakten i Tibble var slut redan efter ett par timmar. Då hade man skjtit den tilldelade kvoten.

Björnjakten, dvs. jakten på Björn Ranelid, fortsätter däremot oförtrutet, bland annat beroende på att televisionens utbud av program med den kontroversiella författaren varit synnerligen omfattande på sistone.

Ur Nya Eddan:

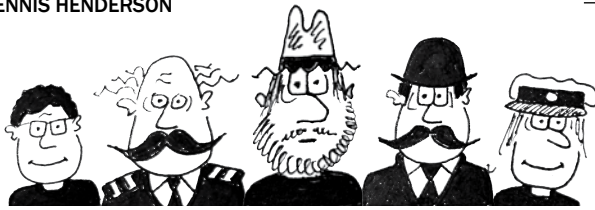
Hellre tankfull än bakfull.

Reklam reklam

Dina svarta pengar tvättar du bäst i en tvättmaskin från STURES VITVÄROR & CO.

Text och foto:
DENNIS HENDERSON

Nr 4.



Hot News från Tibble

Nyheter från i förrgår redan i övermorgon



SJKDOMAR Den pandemiska svininfluensan har klingat av i Tibble, men, som framgår av fotot, verkar det som om nya sjukdomar är i antågande.

Veckans citat II

En illa skött portvinstå kan lätt bli en skilleshäl.

Provisiälläkare Bruno Sund höjer ett varnande finger.

Värdefullt arv

Antipartiet i Tibble föreslår att Roffes hamburgerbar ska ingå i världsarvet.

- Utan Roffes bar hade min ungdom varit helsvart, säger en

av motionärerna, fil. dr. Herman Plister, något som många tibblebor instämmer i med emfas (högljutt).

Uppåt värre

Till Årets Idrottare i Tibble 2009 har Luthagsnytt utsett den lovande junioren Kalle Bass, som i tävlingar i somras satte nytt distriktsrekord i stående höjdhop.

Den hampade sig så att unge Kalle deltog i en nationell tävling i kulstötning och därvid råkade tappa kulan på sin vänstra fot, varvid han gjorde ett ofrivilligt luftsprång som av flera omdömesgilla personer åtminstone uppskattades till 165cm, ett resultat som med inte mindre än tolv centimeter överskred det gällande rekordet.

Luthagsnytt har förärat rekorddyngligen en lika vacker som dramatisk statyett.

Billigare snöröjning

Gatukontoret i Tibble har kommit på ett enkelt sätt att reducera kommunens utgifter. När medborgarna ringer och klagar på bristfällig eller rent av utebliven snöröjning svarar tjänstemännen att om man bara ger sig till tåls några dagar eller veckor, så kommer den globala uppvärmningen att fixa problemet - helt utan kostnad.

- Våra tjänstemän visar att de minsann inte är tappade bakom någon vagn, eller i de här fallet kanske man använder orden kälke eller ackja, säger kommunalrådet Sture Stack till tidningen.

Otillåten fösning

De hälsovärdande myndigheterna i Tibble förnekar att man skulle ha använt sk. grisfösare för att få de personer som köat till vaccinering mot den nya influensan att röra sig fortare.

En utredning har ingångsatts.

MISSA INTE

Antalet svartjobbade ökar. Mörkertalet troligen stort. NÄSTA NUMMER!

Kopieringshörnan AB

Självkopiering - Utskriftsservice - Storformat

info@kopieringshornan.se
www.kopieringshornan.se

Tel: 018-10 11 15

Skolgatan 1
753 12 UPPSALA

Tuna Rör & Värme AB

Nyinstallationer • Underhåll • Ombyggnader • Reparationer

AAA

"VVS-BUTIK" (visning)

Rörinspektion med kamera

20 år i
branschen

Gellerögsq. 34 B 752 26 Uppsala, 018-50 20 36, 070-314 74 74, Fax 018-50 20 37
E-post tunaror@tiella.com • www.vvsgulden.se/tunaror



Bildgalleriet

BIDRA MED ETT FOTO!



Skicka in ditt tips direkt på luthagsnytt.se

Insända tips

ADRESSER:

Läsarbilder och tips:

e-post: redaktion@luthagsnytt.se

Adress: Tiundag. 47 bv, 752 30 Uppsala



Uthyres:
**Magasinet Stabby
Prästgård**

Helt eller uppdelat (tot. 55 kvm)
Årshyra: 500 kr/m²

Tel. 0733-788 758
info@stabbygarden.se



LÄSARBILD:

Denna ståtlig istapp pryder toppen av en fasad på Rundels gränd. Skicka gärna in bildbevis på andra praktexemplar till Luthagsnytt.

Var är domherrarna?

Hej!

Som brukligt har jag mycket talgoxar, koltraster, trädkrypare runt fågelbordet. Domherrar har jag dock inte sett i år. Vad kan det bero på?

Pierre i Junkil

Luthagsnytt söker medarbetare:

Vill du skriva, hjälpa till med annonser eller redigera?

Hör av dig till oss!

0707-31 89 10
redaktion@luthagsnytt.se



Få bilister stannar i korsning Luthagsplanaden/Sibyllegatan

Jag vill dela ut ett stort fång med svidande ris till alla er trafikanter (läs bilister), som undlåter att stanna vid övergångsställena runt korsningen Luthagsplanaden/Sibyllegatan. Om det inte redan har hänt så lär det snart göra det:

Att någon stackars fotgängare tvingas stryka med på kuppen. Alltså, en rejäl skärpning krävs! Det finns faktiskt en lagstiftning kring detta - Om det nu skulle ha gått någon förbi.

/Margaretha I

Onödiga snöhinder i Luthagen

Visst är det svårt för plogbilarna att komma fram och lägga sina ovälkomna snösträngar på ett vettigt sätt.

Svärjande svettiga bilägare petar i den isiga snövällen med fjuttiga snöskovlar för att försöka skotta fram sin bil där den står intryckt mellan trottoarkanten och snövällen, som plogats dit under natten. Allteftersom vintern fortskrider ställer man bilarna allt längre ut från trottoaren och snart blir det svårt att mötas längs gatan.

De fastighetsägare som följer den lokala ordningsstadgan försvarar läget ytterligare. Man är skyldig att skotta trottoaren. Alltså gör de det och var hamnar snön? Jo i en sträng ut mot gatan! Och även den snövällen växer allteftersom tiden går. Riktigt illa blir det då plogbilen kastar upp en snöväll långt upp på den redan skottade trottoaren där kramsnön fryser till is och gör den omöjlig att hacka bort för fastighetsägaren.

Hur råda bot mot detta?
Gatan har ju sin givna bredd!



Förslag: Merparten av gatorna har parkeringsförbud på den ena sidan. Instruera plogbilsförarna att föra all snö åt den sida som har parkeringsförbud!

Då stängs inte bilarna in och fastighetsägarna på den "snöfria" sidan kan göra en rejäl gång på "sin" trottoar utan att riskera att den fördärvas av en slarvig plogbilsförare. Ja, man skulle till och med kunna tänka sig att det räckte med att ha den ena trottoaren skottad och motsidan kunde då härbärgera all vinterns snö! På så sätt skulle snövällen inte stjäla plats av gatan och bilar mötas lika lätt som under den snöfria tiden!

Tänker

*Göran Andersson
Luthagsbo sedan 1936*

**Tryck
saks
nisse**

www.trycksaksnisse.se



abc Hemservice

Vi utför veckostäd,
månadsstäd, storstäd,
flyttstäd o äldreservice

Tel: 018 - 24 16 55
Mobil: 0737 - 38 24 47

Hemsida:
abc.hemservice.dinstudio.se

**Skriv en
insändare!**

Snabbt och enkelt på
www.luthagsnytt.se

LUTHAGSNYTT



16 april



RÄTTA
SVAR
LÖSNINGAR

FRÅGESPÖRT Björnar: Brunbjörn, 40 km/h, Afrika, kodiakbjörn, ursus, läppbjörn, glasögonbjörn.

Brasilien: Portugisiska, 2016, Brasilia, Sao Paulo, favelas, fem, da Silva. **Ord på B:** Botanik, baryton, beskickning, budkavle, bodega, bossa nova, barkass.

Lösningar till Sudoku

8	9	2	5	7	6	3	4	1	1	6	3	5	9	8	2	4	7	5	4	2	1	7	6	8	9	3									
5	4	1	2	9	3	6	8	7	9	7	2	1	3	4	8	5	6	6	8	1	9	2	3	7	5	4									
7	3	6	8	1	4	5	2	9	6	3	6	2	4	5	9	8	1	3	5	7	2	9	4	1	8	6									
6	1	3	4	2	9	7	5	8	4	8	4	9	6	1	7	5	3	2	4	2	6	8	5	1	9	3	7								
4	2	5	7	8	1	9	3	6	9	8	7	3	6	5	4	1	2	2	1	5	3	8	9	7	6	4									
9	8	7	3	6	5	4	1	2	2	3	9	7	4	5	1	6	2	8	2	6	5	3	1	9	4	7	8								
2	5	8	9	3	7	1	6	4	1	7	4	5	8	9	6	2	1	7	3	7	9	4	5	6	8	3	1	2							
1	7	4	6	5	8	2	9	3	3	6	9	1	4	2	8	7	5	6	2	1	8	7	3	4	9	5	1	3	8	7	4	2	5	6	9

Snacka om ett bra läge!

När du ska sälja din bostad är det bra att tidigt kunna prata med en expert. Därför har vi tagit fram SNACKA BOSTAD, ett nytt smart sätt att inleda din bostadsaffär.

Över telefon ger vi dig en snabb bild av dina möjligheter och berättar lite om hur intresset ser ut här i Luthagen. Givetvis kan du passa på att ställa de frågor du funderar över.

Du förbinder dig inte till någonting, däremot kan samtalet betyda mycket vid en eventuell försäljning.

Ring oss på tel 018-17 25 80 och snacka lite med oss eller läs mer om SNACKA BOSTAD på svenskkfast.se.

Välkommen till Svensk Fastighetsförmedling



 SVENSK
FASTIGHETS
FÖRMEDLING