

Sedan 2005
Nr. 3-2024
September-November

UMLN

uml.n.se
@uml_n_luthagsnytt

Uppsalamagasinet Luthagsnytt

Möt hösten med oss!

VAD VILL "SLAKTARSTINA"?

TESS LEVER MED DIABETES

BAK & DRYCK I LUTHAGEN

GLOBALEN: 40 ÅR MED FAIRTRADE

OCH MYCKET MER...

Ett gratis magasin för dig som bor och verkar i Uppsala

GRATIS TACK VARE DIG!

Hur kan Uppsalamagasinet Luthagsnytt vara ett gratismagasin? Bland annat tack vare våra annonsörer, tack till er!

Men det är ett välkänt faktum att alla tryckta medier lever i en ekonomiskt ansträngd tid. Luthagsnytt kommer ut sedan 2005 och vi ser mest fördelar med att vara just gratis. Ett pappersmagasin som du kan bläddra i många gånger om. Därför vill vi särskilt uttrycka vår tacksamhet till dig som vill vara med och stödja UMLN Luthagsnytt med bidrag!

Sföd oss gärna



Stöd UMLN genom att bidra till Swish: 1235680160 eller Plusgironummer 409696-2. Tack för ditt bidrag!



Foto: Peder Strandh.

Liten tuva möter hösten

Doften av sommarens blommor känns redan avlägsen. Den har ersatts av höstens höga och klara luft. De tidigare så färggranna rabatterna tycks ha donerat sina sommarkostymer till trädkronorna. Solens allt svagare sken får nu åter konkurrens från ljuskällor av mer artificiell karaktär. Med andra ord, hösten är här.

TEXT: PEDER STRANDH, REDAKTÖR

JA, KANSKE VISSNAR BLOMMOR och buskar. Men som den lilla massmediala tuva UMLN är stretar vi vidare och ser fram emot allt det fina som årstiden bjuder, inte minst att detta höstnummer nu har fått din uppmärksamhet.

På sidan fem uppmärksammar vår medarbetare Tove Foucard folksjukdomen diabetes. Tillsammans med henne möter vi Tess Jansson som diagnosticerades med typ 1-diabetes som barn. En av frågorna som ställs är naturligtvis; hur är det att leva med sjukdomen idag?

Du är också välkommen att följa med oss till "SlaktarStina" i Grangärde. Utflykten till den lilla dalametropolen motiveras med att hon och hennes man driver en köttgård med regenerativ (holistiskt) bete. Kan ett sådant sätt att hålla kreatur rent av vara en klimat- och miljöinsats, det är en av frågorna vi ställer oss.

För den som uppskattar färskt fikabröd av yppersta klass finns den glädjande nyheten att Frida Leijon nu öppnar sitt tredje konditori efter Salabacke och Rosendal, den här gången på Ringgatan i Luthagen. Är man dessutom intresserad av att låta sig tjusas av Bacchus (vinguden i den romerska mytologin) ädla droppar, ja då är vi på väg till rätt ställe när vi tågar mot nyöppnade LOKAL Vinbar på Geijersgatan.

Mångåriga medarbetaren Maria Wold Troell besöker 40-årsjubilerande fair trade-shopen Globalen. Deras utbud och solidaritet känner inga gränser.

Så allt detta och mycket mer väntar dig längre fram i detta höstnummer av UMLN.

Vi ses på byn! 🇸🇪



10

MED KÖTT SOM POSITIV BIPRODUKT
Följ med hem till Slaktarstinas gård.

HÄR HITTAR DU MAGASINET

Livsmedelsbutiker

Ica Luthagens Livs
Coop Ringgatan
Nelins (Börjetull)

Övriga

Riksmäklaren
Familjeläkarna
Fantastikbokhandeln
Lefles Cykel
Retrolyckan
Stabby Prästgård
Stadsbiblioteket
Öster Om Ån



5

”MIN DIABETES TAR ALDRIG PAUS”

Tess Jansson berättar om att leva med Typ 1-diabetes.



22

NÄR ANTIKRUNDAN KOM TILL STAN

UMLN gav sig ut i folkvimlet.



27

NY VINBAR I LUTHAGEN

LOKAL på Geijersgatan 23A.



23

LEIJON ÖPPNAR BAGERI I LUTHAGEN

UMLN hälsar på bland degarna.



28

GLOBALEN 40 ÅR

Rättvisebutiken i ny lokal på Kungsängsgatan.

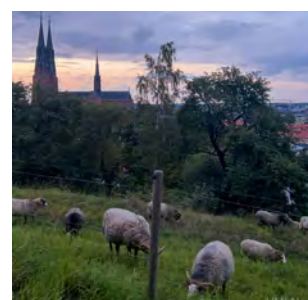
FÖLJ OSS PÅ NÄTET



uml.n.se



Instagram



16

DINA LOKALA FÖRETAG

Upptäck företagen i ditt närområde på Branschtorget.



18

DALE TILLBAKA I STAN

Deltar i utställning på Galleri Wildstyle.

26

ÄR UPPSALA EN ARBETARSTAD?



Familjeläkarna
LUTHAGEN

Välkommen in till oss!

Lista dig på 1177 eller i receptionen



Träffa oss i din mobil på appen:
Familjeläkarna Online
Du loggar smidigt in med
Mobilt BankID

Familjeläkarna
Online



Hällbygatan 31 B
752 21 Uppsala
Tel. 018-511 511
famlak.se/luthagen

 Familjeläkarna Luthagen



Klimatet förändras. Det kan vi också.

Allt som vi gör har en klimatpåverkan.
Nu erbjuder vi er att på ett enkelt sätt
klimatkompenserade era trycksaker.

Om vi alla hjälps åt så kan vi vända
utvecklingen. Gör som oss och
märk klimatkompenserat!

ÅTTA45[®]
PRINT & MEDIA PARTNER

08-553 348 00 | atta45.se

”Min diabetes tar *aldrig* paus”



När Tess Jansson var elva år började omgivningen märka att något inte stod rätt till med henne. Hon var trött konstant, gick på toa mycket oftare än vanligt och drack mängder av vatten. Hennes föräldrar kontaktade vårdcentralen, som inte kunde ge något svar på vad symtomen berodde på. Några månader senare, efter besöket på vårdcentralen, försämrades Tess mående, hon började lukta aceton i munnen, och fick åka in akut till Akademiska sjukhuset där det snabbt kunde konstateras att hon hade fått diabetes typ 1.

TEXT: TOVE FOUCARD

FOTO: TOVE FOUCARD OCH SHUTTERSTOCK



Tess bor på landet med sin hund Alvin och sex kaniner.



LÄR DIG MER

Om du vill veta mer om diabetes:

<https://www.diabetes.se/>

<https://www.barndiabetesfonden.se/>

Boken: *När livet svänger: för föräldrar till barn och unga med diabetes* skriven av Isabell Petrini och Mimmie Willebrand.

– **JAG BLEV CHOCKAD** när jag fick reda på att det var diabetes typ 1 jag hade, samtidigt hade jag väldigt lite kunskap om vad det innebar och hur det skulle komma att påverka resten av mitt liv, berättar Tess.

Diabetes typ 1 är en autoimmun sjukdom som betyder att kroppens egna celler inte kan producera något eget insulin överhuvudtaget, en process som sker i bukspottkörteln. Vid diabetes typ 2, som man till skillnad från diabetes typ 1, vet man flera bakomliggande orsaker. Exempelvis övervikt, ålder och kost. Vid typ 2 har kroppen fortfarande en insulinproduktion igång men den är inte tillräcklig för att hålla blodsockret stabilt.

Diabetes typ 1 insjuknar man oftast i som barn medan typ 2 drabbar flest personer i äldre ålder. Utan insulin kan kroppens celler inte ta upp sockret i blodet och då ökar blodsockernivån. Ett normalt värde på blodsocker ska ligga runt ca. 4-6 mmol/l. Vid diabetes behöver kroppen hjälp för att få insulinproduktionen att fungera genom att använda insulinpump eller insulinpennor.

Personer med diabetes behöver därför ha koll på att dosera in rätt dos insulin i kroppen för att inte riskera att få, antingen för högt blodsocker, vilket sker när kroppen har för lite insulin, alternativt för lågt blodsocker som blir följderna när kroppen har för mycket insulin. Mängden insulin man behöver ta vid måltiden

räknar man främst ut genom kolhydrater, eftersom det är kolhydraterna som framförallt påverkar blodsockret.

Att både ha för högt och för lågt blodsocker är väldigt allvarligt. Det är en hög belastning på kroppen som i värsta fall kan leda till livsfara. Man kan hamna i insulincoma eller av ketosförgiftning vilket är livshotande tillstånd.

En olöst gåta

Idag, nästan elva år efter insjuknandet, träffar jag Tess och hennes hund Alvin hemma hos henne. Tess har bakat chokladbollar till eftermiddagsfikat, hon berättar att hon har ett tydligt minne kopplat till chokladbollar och sin diabetes.



Forskningen har inte helt löst gåtan varför man insjuknar i typ 1 diabetes.



Tess har en insulinpump som hjälper henne att reglera mängden insulin som kommer in i kroppen. Pumpen visar även hennes blodsockervärden.

– När jag var inlagd på sjukhus i samband med mitt insjuknande fick jag en läxa av vårdpersonalen att gå och fika med en chokladboll för att jag skulle få öva på att räkna ut hur mycket insulin jag skulle behöva ta. Många tror att bara för att man har diabetes typ 1 kan man aldrig äta något som har socker i sig. Det är en av många fördomar jag ofta får höra, säger Tess. Hon brukar bemöta fördomar med fakta och egna erfarenheter.

Trots många fördomar kring diabetes är det inte det hon tycker är jobbigast med sjukdomen. Det är många som blandar ihop diabetes typ 1 och 2 fast att de båda varianterna skiljer sig åt. Det jobbigaste med att vara sjuk tycker hon är att man fortfarande inte helt vet varför man insjuknar i typ 1 diabetes, det är som en olöst gåta.

– Hade jag vetat anledningen till varför jag blev sjuk tror jag på något sätt att det hade varit lite lättare att acceptera sjukdomen, säger hon. Det forskare vet är att det kan ligga en genetisk ärftlighet bakom diabetes typ 1. Men jag är den

”Även om det kanske inte alltid syns utåt är det som ett extra heltidsjobb som pågår i mitt huvud.”

första i min släkt som har drabbats.

Sen är det även jobbigt att inte alltid kunna känna sig som andra, att man hela tiden måste ha koll på värden och många gånger tänka extra på saker som personer som inte har diabetes behöver tänka på. Till exempel; har jag med mig något att äta om sockret blir lågt? Har jag tillräckligt med batteri i insulinpumpen? Hur kommer blodsockret att påverkas om jag går en lång promenad med hunden? Och hur mycket insulin borde jag ta till den här måltiden?

Sjukdomen ett heltidsjobb

– Diabetes tar aldrig paus. Även om det kanske inte alltid syns utåt är det som ett extra heltidsjobb som pågår i mitt huvud

där jag konstant måste tänka på blodsockernivåer vilka kan påverkas av mer än bara vad jag äter. De kan också påverkas av hur mycket jag rör mig under en dag, hur stressad jag är, hormoner och väder.

Sverige och Finland är de länder i världen där flest barn insjuknar i diabetes typ 1, varför det är så vet man fortfarande inte. På Barndiabetesfondens hemsida kan man läsa att runt 900 barn per år insjuknar och att det är cirka 50 000 personer som lever med sjukdomen diabetes typ 1. Även om forskningen går framåt är det fortfarande mycket man inte vet om diabetes, framförallt typ ett.

Världsdiabetesdagen

Den 14 november är Världsdiabetesdagen en dag för att belysa både typ ett och typ två diabetes. Men under hela november som är världsdiabetesmånaden uppmärksammar man sjukdomen extra. Bland annat kommer Diabetesförbundet ut med en årlig rapport, DiabetesBarometern, som de presenterar för politiker den handlar om diabetesvården. ▶

Fjolårets rapport av diabetesbarometern gav resultatet att Uppsala rankades högst i landet medan Gävleborg och Blekinge län låg i botten vad gällde diabetesvården. I år på diabetesdagen presenteras rapporten under en livekonferens i riksdagen som Moderaterna och Socialdemokraterna deltar i.

Tess brukar uppmärksamma diabetesdagen genom att tillsammans med familjen äta blå prinsesstårta (blå är diabetesfärgen). På kvällen tittar alla på diabetesgalan på TV.

– Jag tycker det är bra att diabetesmånaden finns för att belysa för folk vad sjukdomen innebär, få fler att stödja forskningen och för att sprida kunskap. Jag är överlag väldigt nöjd med bemötandet av vården och det märks att forskningen har gått framåt under de år som jag varit sjuk.

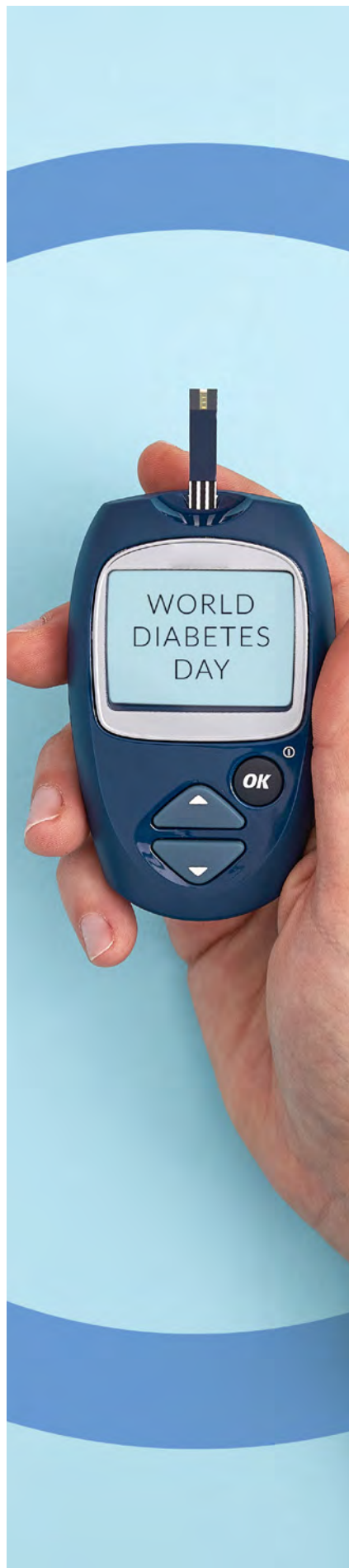
Inget hinder i vardagen

För Tess har det känts viktigt att folk inte identifierar henne som "hon med diabetes". Hon vill inte känna att sjukdomen blir ett hinder för det hon vill göra i livet. Idag jobbar hon som djurvårdare på en veterinärklinik. På fritiden tävlar hon i kaninhoppning med målet att ta sig till SM, pysslar, vandrar i fjällen och mycket tid går åt till att ta hand om hunden Alvin som snart fyller ett. Förutom hundvalpen Alvin, har Tess även sex kaniner som hon tar hand om hos sig och i närheten av där hon bor finns ett stall som hon brukar vara i och ta hand om hästarna. Tess är en riktig djurvän och har så länge hon kan minnas alltid tyckt om djur.

Sedan ett år tillbaka bor Tess i ett litet hus på landet tillsammans med sina djur. Hon trivs bra med sin vardag. Det tar däremot på ens ork psykiskt i vardagen, att hela tiden behöva ha koll på blodsockret och tänka ett steg längre än vad personer utan diabetes behöver, beskriver Tess. Även fysiskt är det påfrestande, om man har för högt blodsocker under längre tid kan jag känna mig väldigt trött, må illa och se suddigt. Medan om jag är låg kan jag istället känna att det kryper i hela kroppen, hjärtat slår snabbare, jag blir svettig och yr.

En sak som har underlättat i min vardag är min insulinpump. Tidigare hade jag en vit sensor på armen som jag kunde skanna för att se mitt blodsocker, men då var jag fortfarande tvungen att ta sprutor för att få insulin i kroppen.

Nu när jag har min pump, för den in insulin i kroppen av sig själv däremot be-



”Jag tycker det är bra att diabetesmånaden finns för att belysa för folk vad sjukdomen innebär, få fler att stödja forskningen och för att sprida kunskap.”

höver jag ta insulin till måltiderna. Pumpen ger även ifrån sig ljud om den tycker jag är för hög eller låg vilket skapar en trygghet, speciellt på natten eftersom jag vaknar och kan reglera blodsockret då. Det är tack vare forskningen som det är möjligt och det har underlättat min vardag mycket, även om det fortfarande är mycket tankeverksamhet som går till att ha koll på diabetesen, har jag ändå märkt en skillnad i vardagen efter att jag fick insulinpumpen. Det är väldigt skönt att slippa ta insulinsprutor och sticka sig i fingret för att kolla blodsockret, nu sköts det genom pumpen istället.

Syns inte alltid på utsidan

Jag frågar henne om det finns något omgivningen kan göra för att underlätta hennes vardag som diabetiker. Tess säger att det viktigaste är att omgivningen har en förståelse, ibland måste hon exempelvis ta en paus från sina vardagliga aktiviteter för att kroppen ska kunna reglera blodsockret. Sen är ett tips till alla som känner någon med diabetes att läsa på om diabetes och våga ställa frågor kring sjukdomen, istället för att yttra fördomar mot diabetiker. Den vanligaste fördomen jag får möta är att diabetes typ 1 och 2 är samma sak och fungerar på samma sätt, det stämmer inte.

– Är det något min diabetes har fått mig att få en större förståelse för så är det att många sjukdomar inte alltid syns på utsidan. Den förståelsen kan vara bra för omgivningen att känna till och ha kring diabetes också. Det syns lite på utsidan när min insulinpump syns eller när jag har min diabetesväska framme, men det mesta arbetet för att hålla blodsockret i schack syns inte utanpå utan sker av ett räknande och tankeverksamhet i huvudet.

Om jag hade fått säga en sak till mig själv som elvaåring, som precis fått reda på att hon fått diabetes, hade jag sagt ”Du kommer klara det, du kommer lära dig hantera sjukdomen, för du kommer inte ha något val” avslutar Tess vår fika med att säga. ■

Josefssons Lanthandel

Geijersgatan 15

Hos oss hittar du spännande livsmedelsprodukter från främst småskaliga och gärna lokala producenter. Men även produkter från norr till söder finns representerade. Mycket i sortimentet är vi ensamma om i Uppsala.

Öppettiderna är torsdag-fredag 11-18 Lördag 11-16
(viss öppettid måndag-onsdag)

📷 Följ oss på Instagram: Josefssons Café eller på
📘 Facebook: Josefssons Lanthandel & Café för uppdatering av produkter och öppettider.



Veronica, Per och Anton heter vi i familjen som startat och driver butiken.

Välkommen in till oss!

Elcykel

10-30% rabatt



Leffes Cykel

Sibyllegatan 9 • Uppsala • 018-53 60 45

Tvåhjulsmästarna



Tehörnan

Välkomna in i vår oas, hos oss hittar du det lilla extra som förgyller din vardag!



Tehörnan

Svarbäcksgatan 16A www.teshop.se

Måndag - fredag: 10 - 18 Lördag: 10 - 16 Söndag: 12 - 16

ZOON
INREDNINGAR

Är du redo för
höstmys?

Zoonbutiken är full av nyheter
och kan ge dig personlig hjälp!



Öppet tisdagar 15-20
(stängt under skollov)

info@zooninredningar.se [zooninredningar](https://www.instagram.com/zooninredningar)

Hildur Ottelinsgatan 9 | Telefon: 0709-743647



Med kött som *positiv* biprodukt

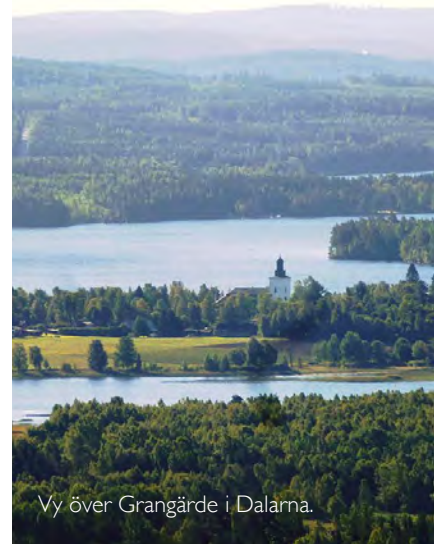
Min gode vän Johan hade i åratal talat varmt om ”SlaktarStina” och hennes filosofi som går ut på att göra större positiva avtryck på allas vår natur med hjälp av sin nötboskap. Är det ens möjligt, var min spontana tanke? För att ta reda på mer bestämde jag mig för att göra slag i saken och, tillsammans med min vän, besöka henne där hon och maken bedriver sin verksamhet i Grangärde. **TEXT & FOTO: PEDER STRANDH**

FRÅN BILENS FÖNSTER breder sjön Väsman ut sig på vänster sida när vi lämnar Ludvika i nordvästlig riktning. Dalarnas karaktäristiska bergknallar avlöser varandra så långt ögat når, och däremellan alla dessa dalar som förmodligen har gett landskapet sitt namn. Ungefär tjugo minuter senare når vi det pittoreska samhället Grangärde som vilar mellan Bysjön och sjön Björkens idar spegelblanka ytor. Efter ytterligare några minuter får vi syn på SlaktarStinas, eller Kristina Forsberg som hon egentligen heter, kor en bit ut på ett av traktens ängar. Den brunvita boskapen betar i lugnan ro i halvmeterhögt gräs – ett paradys ur en kos perspektiv, förmodar jag.

Vi slår oss ned tillsammans runt ett bord på gårdsplanen. Det badar under en mer än generös sommarsol och snart är Johan och jag uppslukade av Kristinas berättelse.

– När min man Magnus och jag blev föräldrar hade vi redan börjat att fundera över var maten vi äter egentligen kommer, inleder hon. Då insåg vi också att livsmedelskedjan i Sverige är ganska skör vilket gav oss lite panik. Lika viktigt var naturligtvis; vad innehåller maten som finns i butikerna?

Kristina konstaterar att det inledningsvis handlade om en självförsörjningsidé som hon och maken hade. Att de ville lära sig att producera sin egen mat ur ett trygghetsperspektiv.



Vy över Grangärde i Dalarna.

Foto: Holger Ellgaard, Wikimedia



På Slaktarns gård läggs största vikt vid kornas välbefinnande. De äter en naturligt varierad kost då de hela tiden vandrar från en mark till en annan.

”Sådana tillsatser hade ju inte Sveriges kor för till exempel tvåhundra år sedan...”

– Det blev starten på en process där vi fick inhämta kunskaper genom att ställa en massa frågor.

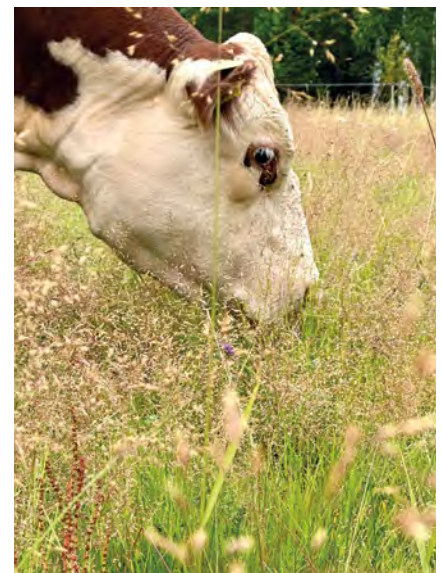
Hon ger exempel på hur det hela kunde se ut:

– Vi tänkte att ”om vi ska få fram ett näringsrikt kött, vad behöver korna då äta?” ... Ja men kor äter väl gräs, tänkte vi när vi drog oss tillminnes blädderböcker om lantbruk från barndomen. Men för att verkligen vara på den säkra sidan hörde vi av oss till kobönder.

I princip alla bönder av idag arbetar med en, som Kristina kallar det, linjär industriproduktion där så många djur som möjligt ska födas upp på så kort tid och så billigt som möjligt. Svaret på vad kon ska äta inkluderade genast mycket mer än hon och maken hade kunnat ana.

– Vi fick höra att det är kraftfoder och en massa andra saker som kon ”måste ha”. Då började vi att ifrågasätta dessa måsten; ska det verkligen behövas? Sådana tillsatser hade ju inte Sveriges kor för till exempel tvåhundra år sedan...

– Många sådana funderingar dök upp i våra huvuden, minns Kristina samtidigt som Magnus kommer åkande på ännu en av sina traktorrundor på fältet intill oss. ▶



Olika händelser ledde till att hon kom i kontakt med västmanlänningen Jörgen Andersson som i närmare trettio år har arbetat med hållbar utveckling och regenerativt jordbruk i Åredalen i Jämtland. Efter honom kom träffar med likasinnade i Norge och snart fick Kristina ett allt större nätverk även hemma i Sverige.

– I Norden vinner detta med regenerativt jordbruk alltmer mark i takt med att människor får kunskap om vad det faktiskt innebär, berättar Kristina. Just nu håller en europeisk organisation med fokus på den här typen av uppfödning på att bildas.

Holistiskt bete

Kristina hade hört talas om zimbabwiern Allan Savory vars forskning och erfarenheter av framförallt elefantjordars påverkan på betesmarker fick honom att landa i idén om ”holistiskt bete”. Hans slutsats går ut på att samma förutsättningar gäller för alla betande flockdjur, inklusive kor. Mycket förenklat rekommenderar han att man ska låta flocken få möjlighet att beta på villkor snarlika de som vilda betesdjur har gjort sedan urminnes tider:

Då betesdjuren på savannen ständigt riskerade anfall från rovdjur fann de tryggheten i gruppen (hjorden). Ju större hjord desto säkrare för individen. Det överhängande hotet från rovdjur gjorde att hjorden aldrig hann beta ner växtligheten helt, vilket enligt Savorys slutsatser var bra. Lägg till det alla de restprodukter djuren lämnade efter sig i form av urin och avföring. Denna naturliga gödsel som trampats och stampats ner i marken för att, så snart den landat, genast börja återföra näring till jorden. Alla de blad, strån o.s.v. som lämnades kvar var tillräckliga för att fortsatt kunna ta upp och sedan förse platsens växtlighet med det så nödvändiga, näringsrika solljuset. På så vis skonades också växternas rotsystem som förblev intakta och redo för ”come back”.

”Vi tycks tro att vi ostraffat kan förgifta vatten, utarma matjordar och leva över planetens tillgångar. Men det som nu håller på att hända är att vi sågar av den gren vi sitter på.”



Forskaren Allan Savory har lanserat idén om holistiskt bete.

Foto: Savory Global, Wikimedia

Allan Savorys forskning visade också att den välmående jorden, efter holistiskt bete, har en betydligt bättre förmåga att ta upp och lagra regnvatten. Ännu ett plus är att marken som betas enligt Savorys princip förmår att väsentligt bättre binda den koldioxid och metangas som idag utgör ett påfallande hot mot vårt klimat och därmed vår levnadsmiljö. Så till den grad att den överkompenserar sina värdjur utsläpp.

Regenerativt initiativ

– Vi intresserade oss genast för Allan Savorys rön om hur man på ett klimatpositivt, regenerativt vis kan hålla ett kobestånd, minns Kristina.

2017 inledde paret Forsberg sin verksamhet med ett fåtal kor på sina egna två hektar mark. Två år senare tog de sedan över ett kommunalt betesdjursprojekt från kommunen och i samband med det gav de sitt företag namnet Slaktarens gård.



– Men på nätet hade mitt bloggnamn SlaktarStina redan fått fäste i människors medvetande, så det är så de flesta kallar mig än idag.

Kristina ser sig som en nomadiserande bonde och det kan man förstå då hon, i synnerhet under sommarhalvåret, konstant måste genomföra förflyttningar mellan olika betesmarker. Lägg till det all planering inför flyttarna: I vilken ordning ska de olika betesområdena tas

för bästa resultat och hur tar man flocken på bästa sätt till den nya betesmarken. Avstånd på ett par, tre kilometer händer det att hon låter flocken förflytta sig till fots (eller borde man här skriva ”till klövs”?).

Alltid kornas väl för ögonen

På Slaktarns gård läggs största vikt vid kornas välbefinnande. De äter en naturligt varierad kost då de hela tiden

LÄS MER

Hitta mer information om Kristina ”SlaktarStina” Forsberg och hennes kor på företagets webbsida: slaktarnsgard.se

vandrar från en mark till en annan. På så vis, förklarar Kristina, tillåts naturen att själv bestämma vad som är bäst lämpat att växa på de olika betesmarkerna.

Men på vintern då, var tillbringar dina kor årets kallaste och mörkaste månader, blir en naturlig fråga med tanke på att ungefär fyra månader per år brukar bjuda på mörker, iskyla och snö.

”Då står de ute”, förklarar Kristina men tillägger:

– Men då måste de ha möjlighet att söka skydd mot väder och vind. Jordbruksverket säger att detta skydd behöver bestå av en byggnad, men att den som har nötkreatur kan ansöka om att gå med i Utedriftsprogrammet, vilket vi är med i. Då ansvarar man för att djur och marker tillsammans ger förutsättningar till god djurhälsa, och man betalar en avgift för en årlig djurskyddskontroll under vinterhalvåret. Då kommer en veterinär och kontrollerar att djuren är i gott hull, rena och mår bra.

Liv som ger mer liv

På frågan om företagets värdegrund kommer svaret snabbt:

– Vi vill verka för ett starkt ekosystem där livsförutsättningar skapas för oss människor och för alla andra arter som lever under, på och ovan jord, säger hon och fortsätter sitt resonemang:

– Jag ser mig själv som vilken art som helst, precis som en dagmask eller ett rådjur ... Alltså, jag är liv och mitt huvudsakliga syfte är att skapa förutsättningar för mer liv.

I tider av klimatångest, skuld- och skambeläggande är Kristina Forsberg övertygad: Livet kommer att fortsätta på vår planet. Men evolutionen och livet rensar ut de arter som inte kan anpassa sig till förutsättningarna. Hon liknar mänskligheten vid en trotsig tonåring som tycks tro, och agerar efter, att ”naturens lagar inte gäller mig”.

– Vi tycks tro att vi ostraffat kan förgifta vatten, utarma matjordar och leva över planetens tillgångar. Men det som nu håller på att hända är att vi sågar av den gren vi sitter på. ▶



Familjeläkarna Wallingatan

Välkommen till vårt hus
i hjärtat av Luthagen!



Wallingatan 10 | 018-477 60 30 | Öppettider: 7.45-17 måndag-fredag

Vi erbjuder Uppsalaborna
vård av högsta kvalitet:

- Snabbklinik
(Starta din vård snabbt)
- Webbokning via 1177
- Läkare
- Distriktssköterska
- Sjuksköterska
- Provtagning
- Undersköterska
- Psykologer
- Fysioterapeut
- Gym

Lista dig hos Familjeläkarna
Luthagen via QR koden:



Nelins



Livsmedelsbutiken för hela familjen • Börjegatan 70

LIVSMEDELSBUTIKEN I LIBROBÄCK/ BÖRJETULL

Frukt & Grönt - Alltid till lägsta dagspris!

Mån-Fre	7 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰
Lördag	9 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰
Söndag	10 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰

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

Tel. 53 34 44 www.nelins.se



Växthuset har personal på plats för betjäning: Mån -fre 9-18, lör-sön, helgdag 10-17

Upptäck vårt

VÄXTHUS

*Vi erbjuder utöver krukväxter
även snittblommor, buketter,
krukor, presentartiklar och pro-
dukter för trädgård och balkong.*

*Vill du ha design för balkong,
trädgård kan vi hjälpa till
med bl.a. abonnemang för en
härlig utemiljö - Året om!*

Facebook: Nelins Växthus
Instagram: nelins.vaxthuset

”Jag ser mig själv som vilken art som helst, precis som en dagmask eller ett rådjur...”

I ett förlängt perspektiv kommer det att leda till mänskligheten, inklusive en massa andra arter, kommer att dö ut. Men livet, är hon förvissad om, kommer i så fall att fortsätta på planeten jorden. Hon avrundar resonemanget med ett skarpt konstaterande:

– Egentligen handlar det om att ”är vi inte smartare än det vi visar nu, ja då ska vi nog inte finnas kvar som art”. Vi behöver göra oss förtjänta av vår plats i det här ekosystemet ... Och gör vi inte det så kommer vi att dö ut.

Positiv kraft i väven av liv

Tro nu inte att Kristina har gett upp tanken på mänsklighetens fortlevnad! Tvärtom är hon optimistisk. Inte minst märks det på hennes och makens satsning på Slaktarns gård och fortsatta resonemang. På frågan om hur hennes förhoppning och vision för samhället om etthundra år ser ut målar hon upp en angenäm bild.

– Då skulle det sprudla av färg och liv! Det skulle låta överallt, men inte av motorer eller surrande, kylande fläktar. Det man istället skulle höra är vinden, insekter, fåglar och andra djur, sina egna hjärtslag och andetag.

Kristina hoppas att människan vid det laget ska ha lärt sig att, med sin kraftfullhet, vara en positiv kraft i väven av liv. Huruvida denna vision är en utopi eller en träffande prognos ber vi att få återkomma när vi har resultatet, år 2124. En sak är säker, då kommer någon annan än undertecknad att sitta vid tangentbordet.

– Jag hoppas att mina beslut vid det laget har gett förutsättningar för fler arter att leva här i Grangärde. Att många fler människor kan vara friska och må bra då de äter närproducerad mat som är framtagen med låg energiinsats som dessutom har minimum av negativt restavfall vid produktionen.

– På sättet vi flyttar våra djur och använder dem på markerna runt om i trakten så ser vi till att det sker så mycket fotosyntes som det bara går, alltså att så mycket koldioxid som möjligt kan återföras och bindas in som kol i marken... i livets kretslopp.



Kristina får en viss skärpa i tonen när hon säger att klimatets och miljöns framtid handlar om så mycket mer än ”bara” mängden koldioxid som släpps ut.

– Vi måste även se på alla andra sätt vi betar oss mot vår jord. Ta bara gruvbrytningen som förorenar vatten, och hur vi idag producerar mat på ett sätt som medför att matjorden försvinner ... Det spelar ingen roll om vi lyckas binda in all koldioxid om vi inte tar tag i de andra utmaningarna också.

Hon menar att det redan finns ett färdigt system som klarar koldioxidinbindning perfekt, och syftar naturligtvis på fotosyntesen. Hon ställer den retoriska frågan ”varför uppfinna något



som redan finns?” och fortsätter sedan att räkna upp önskvärda restprodukter av fotosyntesen: De kan komma som grönsaker, mjölk, kött, mer matjord, vatten o.s.v. Det borde väl vara självklart att vi ska satsa mer på det?!

Åter i Uppsala

Tillbaka på redaktionen var det så dags att plita ned dessa rader, och de kommer med en liten brasklapp: Viktigt att nämna är att det finns åsikter om det regenerativa betets förträfflighet som avviker från de som förs fram i artikeln. Men en sak är säker, den här typen av bete är på frammarsch i Sverige och Europa. Så se detta besök hos Kristina ”SlaktarStina” Forsberg som en introduktion till hur en alternativ köttproduktion kan se ut. ■



Här hittar du dina lokala företag i Uppsala och Luthagen. Vill ditt företag synas här på branschtorget? Kontakta redaktionen på: redaktion@luthagsnytt.se eller 0704-79 59 13

LIVSMEDEL



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

KONST

Zeitgeist.

Konstgalleri i Uppsala där människor möts för att sälja, köpa och samla på konstverk.
Saluhallen, S:t Eriks torg 8
"www.galleriz.se"

ÖSTER OMÅN

Konshantverk & Formgivning
Svartbäcksgatan 18
018-71 15 45 osteroman.com

KROPP & HÄLSA

WALLINGATAN 1
TANDVÅRD • ESTETIK
018 - 444 33 55
www.wallingatan1.se



Swisha en gåva till nummer: 90 20 900

BYGG

Luthagens Bygg

Specialicerad på köks- och badrumsrenoveringar
0708-48 9230 | luthagensbygg.se

CAFÉ, RESTAURANG



Allt från högrevsburgare och fish 'n' chips till pizza och vegokebab.
Alltid generösa öppettider!
S:t Johannesgatan 29
018-53 88 41

FACKHANDEL



Hildur Ottelinsgatan 9
Öppet tisdagar 15-20
Tel. 0709-74 36 47



Sibyllegatan 9
Tel. 018-53 60 45

Tehörnan

Måndag - fredag: 10-18
Lördag: 10 -16 Söndag: 12-16
Svartbäcksgatan 16A
Tel. 018-10 80 25 | www.teshop.se

Josefssons Lanthandel

Torsdag-fredag 11-18
Lördag 11-16
Geijersgatan 15
Tel. 070-698 93 28

ÖVRIGT

Levins & Serenander
UPPSALA BEGRAVNINGSBYRÅ

Bergagatan 2
(hörnet kyrkogården)
Tel. 018-50 11 50
www.upsalabegravning.se

STABBY PRÄSTGÅRD
Tre välutrustade lokaler
för fest, konferens m.m.
Stabby backe 1
Tel: 0708- 54 06 41
www.stabbygarden.se

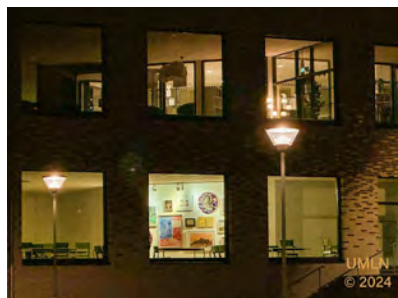
**Riks
MÄKLAREN**
MÄKLAREN GENOM LIVET!

RIKSMÄKLAREN I UPPSALA
Mäklaren genom livet

Skolgatan 33 B
Öppet: Mån-fre kl. 09-17
018-13 98 50
www.riksmaklaren.se/upsala

GRINDSTOLPEN AB

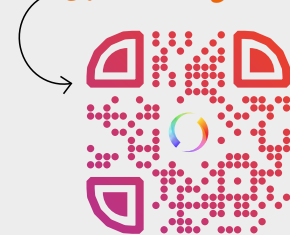
Begravningsbyrå
Tel. 018-13 03 26
S:t Olofsgatan 46 grindstolpen.se


**Följ oss på Intagram
@luthagsnytt**


Hur kan Uppsalamagasinet Luthagsnytt vara ett gratismagasin? Bland annat tack vare våra annonsörer, tack till er läsare!

Stöd UMLN genom att bidra till Swish: 1235680160 eller Plusgironummer 409696-2. Tack för ditt bidrag!

Stöd oss gärna


Avporträtter ditt husdjur

Peder Strandh har lång erfarenhet av att avporträtter husdjur. Genom åren har hundar, katter och hästar (m.m.) förevigats i akvarell/gouache på papper.

ENKELT OCH PRISVÄRT
Ta med ett fotografi av din vän.
En vecka senare hämtar du ditt porträtt.

Ring 0704-79 59 13 för mer info.

pederstrandh_art



CALL IT A COMEBACK

Dale åter i hemstaden

Dale, en av Uppsalas verkliga legendarer inom hiphop deltar i Galleri Wildstyles grupputställning "A local love story [UA]" som pågår mellan 7 september till 6 oktober.

TEXT: REDAKTIONEN FOTO: PRIVAT

UMLN TRÄFFADE HONOM, eller Gonzalo Mamani som han egentligen heter och pratade lite om hans historia i staden och synen på sin graffitikonst, som han i huvudsak målade mellan 1985-2000. Det var i samband med att en amerikansk spelfilm Beat Street, med fokus på hiphop i södra Bronx, hade svensk biopremiär augusti 1984 som allt startade. Dale berättar:

– Vi kom ut från bion som helt nya människor, totalt sålda på detta! Hiphopen blev som en frälsning. Tidigare var vi kanske fotbollsspelare eller sysslade med andra sporter. Men med detta byttes allt sådant ut omedelbart. Vi blev hiphopare rakt av och brukade uppträda spontant på Uppsalas gator och torg.

Delar av kompisgänget som knatade ut från Filmstaden den sena sommarkvällen formade sedan kärnan i vad de kallade UA Rockforce, ett hiphopcrew som även sysslade med fler kulturyttringar inom hiphopen, såsom rap, breakdance och DJ:ing. Likasinnade kompisar och även nyfunna vänner

anslöt från olika delar av Uppsala.

– Vi kände ju varandra innan men hiphopintresset ökade verkligen gemenskapen bland oss kompisar.

Dale beskriver att det hela tiden fanns en medvetenhet om att detta var en äkta ungdomskultur och som ständigt fick möta vuxenvärldens skepsis. Som med många av hans hiphop-minnen från den tiden saknas ordentlig bild- eller videodokumentation vilket förstås grämer men samtidigt gör minnena desto mer ljuva. Ett minne värmer särskilt:

– Vi körde ett kvällsuppträdande på Fyrisfjädersn, bortom Fyrishov, runt 1986-87. Det som var speciellt med den kvällen var att allt klaffade. Breakdance-uppträdandet satt perfekt, det kändes som vi levererade och visade upp kulturen på ett professionellt sätt. Jag minns inga hiphopintresserade ungdomar där överhuvudtaget, det var mestadels för vuxna och Fyrisfjädersn medlemmar. Men de blev verkligen imponerade och vi fick precis den reaktion som vi länge längtat efter.



Avtryck i Uppsala

Dales talang utmärkte sig dock särskilt inom graffitin. På frågan om det fanns någon särskild målning från den tiden som han tror gjort avtryck hos Uppsalabor nämner han:

– Ja, jag tror det beror på vem man frågar; för andra målare så tror jag att det var en målning i Berthågatunneln vid Ica Väst, Human Nature stod det. Den var speciell för oss och gjordes helt olaglig.



Dale visar även sina skisser.

Säkert 90 procent av de målningar vi gjorde var just olagliga och ”på eget bevåg” så att säga. Men vanliga Uppsalabor kanske särskilt minns de lagliga målningarna i tunneln vid Polishuset invid Fyrisån.

Denna vägg, som gjordes av flera Uppsalamålare cirka 1995, var i samarbete med Studieförbundet. Och åter var det professionaliteten och det seriösa förhållningssättet till hiphop som möjliggjorde att projektet ens blev av.



Gallerist Fredrik Lindström och konstnären Gonzalo "Dale" Mamani i galleriet på Kyrkogårdsgatan 23.

”Den tunneln betyder mycket för mig, inte bara målningsmässigt utan också för att där insåg jag vikten av att kunna uttrycka sig i text och tal.”

– Vi skrev genomtänkta brev för att pitcha idén för kommunen. Den tunneln betyder mycket för mig, inte bara målningsmässigt utan också för att där insåg jag vikten av att kunna uttrycka sig i text och tal. Det räckte inte att bara löst beskriva vad vi skulle måla utan vi var tvungna att verkligen kommunicera hur vi jobbar och att vi var seriösa med graffiti. Sen krävdes det annat byråkratiskt såsom bygglov också för att få måla en tunnel, något som vi inte hade stenkoll på. Vi var ju vana vid att nattetid snarare ta oss rätten att måla. Nu startade vi plötsligt studiecirkel, hyrde lokaler i Uppsalas innerstad för graffitiskola och fick månatliga utbetalningar av kulturpengar.

Dale som växte upp i Ekeby, gick själv högstadiet på Eriksbergsskolan och minns att bildläraren Kenneth där filmade ett av deras breakdanceuppträdanden på skolan. En filmkassett som han vet fanns i lärarens förvar länge och som han själv verkligen skulle vilja ha haft idag. Gradvis trappades hans målande ned och livsförändringen att få barn samt den ekonomiska ansvarsbiten det medförde, nämns som orsaker. Runt millennieskiftet gjordes de sista målningarna knutna till den aktiva graffitikarriären.

Men de konstnärliga färdigheterna fanns kvar; karriär följde i Stockholm i början av 2000-talet som programme-rare. En inkännande chef på det företag Dale jobbade tog eget initiativ att omplacera honom till digital formgivare från den dåvarande rollen. Idag bor Dale i Göteborgsområdet och arbetar som Art Director och sysslar fortfarande med skapande även om sprayburkarna fortfarande är avställda.

Vill man bevittna ett stycke äkta Uppsaliansisk hiphop-historia skall man besöka Wildstyles utställning på Kyrkogårdsgatan 23 och särskilt be att få titta i den pärm som innehåller de skisser och bilder på målningarna Dale gjorde under sina glansätter i staden. ■

Nya radhus i Rickomberga

PÅ HILDUR OTTELINSGATAN i Rickomberga byggs nu 25 radhus. Det var inte länge sedan som Eriksskolans elever hade sin träslöjdsundervisning i ett av husen som nu är rivna för att ge plats åt dessa.

För 120 år sedan köpte bostadsinspektrisen Hildur Ottelin, som har fått ge namn till gatan, mark i området för egna pengar och startade AB Rickomberga egna hem. Låt oss hoppas att andan efter henne, hon som dessutom var den första kvinnan i Uppsala stadsfullmäktige, lever vidare även i nyttillskotten av hus. 🇸🇪



Luthagens Bygg

Etablerad sedan 1997

Vi är specialicerade på köks- och badrumsrenoveringar!



Tel. 0708-489230

luthagensbygg.se



Följ oss på



Ulva Kvarn

Öppet året runt!

Upplev levande hantverk i den vackra naturen vid Fyrisån! Glashytta, urmakeri, silversmedja, ateljé, antik, café och **nyöppnad restaurang!**

Vi har glädjen att välkomna Vasilis och Sigrids grekiska mathantverk till oss!

Välkommen!



www.ulvakvarn.com



Tjuogoettans bild
Tropiska växthuset i
Botaniska trädgården
bjuder på grönska
året runt.

FOTO: REDAKTIONEN



Uppsala studentkårs ordförande Elsa Ewert, i mitten, iklädd kårens 1,4 kilo tunga silverinsignia. Hon flankeras av Michael Johansson och Johannah Rybrant.

Antikrundan intog "Botan"

I sommarnumret besökte vi antikvitetsexperten i SVT:s program Antikrundan – tillika mannen bakom Uppsala Auktionskammare – Knut Knutson. En tisdag i början av september tog han sedan kollegorna i programmet Antikrundan till vår Botaniska trädgård. UMLN var naturligtvis på plats, och vi var långt ifrån ensamma!

TEXT & FOTO: PEDER STRANDH

EN NÄRMARE TREHUNDRA meter lång kö ringlade sig hela vägen från Dag Hammarskjölds väg ner till gräs- och grusytorna söder om Linneanums vackra.

Bland mängden av besökare mötte vi Anders Nyman och hans två färgstarka träskulpturer. Det krävdes ingen särskild begåvning för att kunna konstatera att de två inte är framarbetade av, till exempel, Bror Hjorth.

Träduon såg ut att gapskratta, alternativt skrika, och där deras könsorgan skulle ha suttit gapade nu hål. Men enligt ägaren satt där en gång fallospinnar på närmare 40 centimeter vardera. Var och varför figurernas kön denna dag lyste med sin frånvaro blev vi aldrig varse. Men Anders hade, redan innan han nått fram till någon av Antikrundans experter kommit en bra bit på vägen att gissa sina skulpturers bakgrund.



Anders Nyman och hans två färgstarka träskulpturer.

– Tillsammans med grannar i kön har vi enats om att de sannolikt kommer från Indonesien, säger han samtidigt som han kramar om sina båda "grabbar" i väntan på sin tur att träffa en av Antikrundans experter.

I den ringlande kön stack tre högtidsklädda studenter ut i mängden. Representerade Uppsala studentkår var det ordföranden Elsa Ewert, iklädd kårens 1,4 kilo tunga silverinsignia som tillverkades av den uppsaliensiska hovujuvelraren Markströms 1959. Med sig hade hon vice ordförande Johannah Rybrant och förtroendevalde Michael Johansson. Alla tre studerade de vid olika institutioner men gemensam var deras önskan om att få veta mer om sin kårs insignier (i plural). Jo, Johannah Rybrant bar även hon en mindre, och därmed lättare, variant av insignia runt sin hals.

Antikt TV-mys väntar i vinter

Anders Nyman kontaktade senare redaktionen och berättade att hans två figurer inte kommer att göra sin TV-debut. Men programmets många experter hade blivit väldigt förtjusta i dem, i synnerhet Knut Knutson som lät ta en selfie med de båda. Åldern? Kanske 1950-tal, men det var mest en gissning. Och värdet idag? "De är ju definitivt dekorativa, så möjligen 1500 kronor", gissade experterna.

Slutligen rapporterade Anders Nyman om fallorna. "De måste jag förstås tälja till igen, utefter de två liknande figurer jag hittat foto på online!".

Antikrundan från Uppsala sänds i SVT någon gång i vinter/vår (datumet är inte satt vid detta magasinets pressläggning). Läs om och se fler bilder från Antikrundan i Botan på UMLN.SE!

Frida öppnar nytt konditori i Luthagen



Många i norra Luthagen minns med värme det gamla, numera nedlagda, konditoriet Savoy. I dess grannlokal öppnar i höst Leijon Stenugnsbakeri & Konditori sin tredje fikaoas. Adressen Ringgatan 35 kommer därmed att skänka tröst för den fikasugne! Det blir företagets första etablering i Uppsalas västra delar efter att först ha startat i Salabacke 2017, följt av en filial i Rosendal.

TEXT & FOTO: PEDER STRANDH

Frida Leijon, ägare till Leijon Stenugnsbakeri & Konditori.



NÄR VI STÄMDE TRÄFF med ägaren Frida Leijon passade det henne bäst att ses i anslutning till bageriet på Årstagatan 25 i Salabacke. Utanför det kombinerade bageriet och konditoriets fönster gör hösten sitt allra bästa för att driva bort det sista av sommaren. Regnet formligen öser ner från en blygrå himmel och många av sommarens löv, som nyss var så gröna på sina trädgrenar, ligger nu klistrade på de asfalterade gatorna och trottoarerna. Tja, det här bara att acceptera faktum: Hösten är här. Och vad passar väl då bättre än en kopp värmande kaffe/te med dopp?

”Allt som serveras här finns också i vår butik i Rosendal och kommer även att finnas när vi öppnar i Luthagen.”

Konditoriets mossgröna träpaneler skänker en murrigt mysig stämning samtidigt som sorlet från de andra gästerna ligger som en behagligt välkomnande ljudmatta över lokalen.





Här på Ringgatan i Gullivans Blommor & Designs tidigare lokal ska konditoriet öppna sin tredje "Leijonkula".

Bakom disken är Lovisa Dhenstrand i full färd med att förse ett ungt par med färskt bröd för avhämtning. Luften här inne doftar av en blandning mellan kaffe, kanel och kardemumma... Precis som den ska på ett kondis.

– Så kommer det att bli när vi öppnar på Ringgatan också, försäkrar Frida Leijon när hon till slut hinner att slå sig ned vid mitt bord. Allt som serveras här finns också i vår butik i Rosendal och kommer även att finnas när vi öppnar i Luthagen.

Det enda som inte kommer med är själva bageriet som finns här i Salabacke.

Det kommer att förse Ringgatans "Leijonkula" med det kompletta utbudet, precis som det redan gör i Rosendal.

Sedan inledningen på Ekebygymnasiets livsmedelsprogram, från vilket hon tog studenten 2005, har Frida hunnit med en jobbtournée i några av Europas främsta bakmetropoler. London och Stockholm för att nämna några. Dessutom har hon deltagit i många nationella och internationella tävlingar inom sitt skrå och kan bland annat titulera sig som vinnare av Årets Konditor 2016.

– Jag är också glad och stolt över att ha varit med och skapat Prins Carl Philips och Prinsessan Sofias bröllopstårta tillsammans med Mattias Ljungberg och Fredrik Borgskog år 2015, säger Frida samtidigt som plikten kallar på henne inne i bageriet.

Där är man just i färd med att baka baguetter. Det knådas och rullas degar så det står härliga till. Och som det heter; den som väntar på något gott väntar aldrig för länge. I skrivande stund är inte det exakta öppningsdatumet satt för Leijon bageri på Ringgatan.

Men snart så! 🍞

I Uppsala finns en historia som är obekant för många. Men det finns också en förening som lägger ner ett stort arbete på att dra fram den i ljuset. Historien är den om Uppsala som stolt industristad och föreningen är Uppsala Industriminnesförening.

Industristaden Uppsala

STADENS IDROTTSPLATS heter Studenternas och dess sjukhus heter Akademiska. Uppe på åsen ligger tre av våra mest iögonfallande byggnader på rad; slottet, universitetsbiblioteket och domkyrkan, tre pampiga representanter för olika maktcentra i staden. Ett fjärde, lite mindre pampigt hade kunnat vara Folkets Hus. Men det är sedan många år omvandlat till köpcentrum och kontor.

Det är nog få som tänker på Uppsala som en industristad och en arbetarstad och det är inte mycket som antyder att det en gång fanns en livaktig industri här. Det mesta är nedlagt och rivet, bortschaktat eller ombyggt.

I slutet av 50-talet var nästan hälften av alla förvärvsarbete anställda inom industrin. Nymans och Hästens var två av de större arbetsplatserna men det fanns många fler, stora och små i en rad olika branscher.

Nymans verkstäder var en av Europas största cykeltillverkare och bland de första i Sverige att använda det löpande bandet. Men från början var inte produktionen större än att varje enskild cykel provkördes på Uppsalas kullerstengator innan den levererades. 1963 lades fabriken i Uppsala ner.

Hästens skor började med en rent hantverksmässig tillverkning, precis som många andra industrier. Ungefär ett par skor per dag och skomakare blev det de första åren, innan maskinerna började komma och produktionen så småningom tusenfaldigades. 1969 upphörde tillverkningen.

Drygt 100 år varade industriepoken i Uppsala. Den började i Fattigsverige där arbetarna var billiga och arbetsvillkoren ofta usla. Det var ett hårt liv som gradvis blev bättre och som bidragit till det välstånd vi har idag. Det är en historia värd att vårda och det gör Uppsala Industriminnesförening tillsammans med minnena av entreprenörerna, företagsledarna och de snillrika ingenjörerna.

UMLN kommer med inledning i nästa nummer att presentera en serie artiklar om Uppsalas industriella historia, allt i nära samarbete med våra vänner i Uppsala Industriminnesförening. ■

LÄS MER

På Uppsala Industriminnesförenings omfattande hemsida uppsalaindustri-minnesforening.se finns mycket material om industristaden Uppsala och även om själva föreningen. De finns även på Facebook.



Kappfabriken.



Gahns.



Hasse Håkansson kan rekommendera goda viner.



Trogna Rosendalskunder på besök vid invigningen.



En riktigt *LOKAL* vinbar

UMLN skrev förra hösten om den nyöppnade affärsrörelsen LOKAL som ligger i korsningen mellan Geijersgatan och Kyrkogårdsgatan. Då var paret Johanna och Anders Carls i full färd med att ställa i ordning den gamla butikslokalen. Sedan innan hade de en vision och dröm om att ha en vinbar inhyt här.

TEXT & FOTO: MARIA KLEFBECK

NU, ETT ÅR SENARE, har den drömen gått i uppfyllelse. Det visade sig att sommelieren Hasse Håkansson letade efter ett nytt ställe att driva en vinbar på. Hans kontrakt på vinbaren i Rosendal löpte ut och tajmingen var därmed perfekt för att satsa i Luthagen.

Hasse är uppvuxen i Luthagen men bor numera i Järfälla. Han tycker att det

”Jag tror faktiskt att det finns ännu bättre förutsättningar att driva vinbar här jämfört med Rosendal.”

är roligt att vara tillbaka i stadsdelen och satsa på vinbaren här.

– Luthagen har förändrats mycket sedan jag flyttade härifrån för 35 år sedan. Det känns bland annat som att det är fler yngre personer som bor här nu. Jag tror faktiskt att det finns ännu bättre förutsättningar att driva vinbar här jämfört med Rosendal.

Det går inte ta miste på Hasses passion för goda och intressanta viner. Han lyfter fram att det faktiskt finns 45 vingårdar i Sverige(!). En av dem ägs och drivs av hans syster och sväger.

Hasse berättar att han jobbade i tjugo år inom TV-branschen innan han trötande på kontorsjobbet och sa lade om och utbildade sig till sommelier.

– Det är den roligaste utbildningen jag har gått. Den öppnade upp mina sinnen totalt!

Ja, vad kan man då förvänta sig när man besöker LOKAL Vinbar?

– Vi kommer utöver dryck även att servera tilltugg och mat. Vi kommer också ha aktiviteter så som quiz och vinprovningar. 🍷



Globalen 40 år

Undrar du vart Globalen tog vägen? Butiken med den underbara doften, den som från början låg på hörnet S:t Olofsgatan / Övre Slottsgatan, sedan i Kyrkans hus på Sysslomansgatan, presentbutiken där det är lätt att hitta något till ”den som redan har allt”.

TEXT & FOTO: MARIA WOLD TROELL

VAR INTE OROLIG! Fair Trade Shop Globalen finns kvar och ligger nu på Kungsängsgatan mellan Bangårdsgatan och Vretgränd med en mycket större och mer innehållsrik butik. Granne med Myrorna fram tills nu (Myrorna har flyttat till Vaksalagatan). Globalen fyller 40 i november, en aktningsvärd ålder för en butik nu för tiden. Globalen har kämpat sig genom kriser, var snubblande nära att läggas ner ett tag, och är just nu Sveriges största Fair Trade Shop.

Vad är en Fair Trade Shop?

Tillsammans med några andra svenska så kallade världsbutiker försökte sig Globalen på koncept ”Fair Trade Shop” 2012 med särskild profil, grönt och vitt, ny logga, vit inredning. Detta för att höja försäljningen som hade gått trögt länge. (Loggan används fortfarande). Det gick sådär trots att tiderna var goda. Mycket fler exotiska produkter med lägre priser kom ut i affärerna under det väldiga ekonomiska uppsvinget och många kunder är priskänsliga.

Hur fungerar Fairtrade?

Fairtrade är alltså inget för dem som bara jagar priser. För priserna är inte låga. Själva idén med Fairtrade är att de som producerar varorna ska ha en skälig inkomst och en bra arbetsmiljö. Bönder som odlar kakao i Afrika eller hantverkare i Latinamerika har också familjer som behöver äta sig mätta, barn som ska gå i skolan, hus som ska underhållas, de behöver kunna planera sina liv precis som vi. Ha tid att göra hållbart hantverk och livsmedel med hög kvalitet och slippa utsättas för dålig arbetsmiljö. Produktionen granskas fortlöpande av oberoende kontrollanter. Alltså ingen självkontroll som man kan ta lätt på. Den mesta produktionen sker i kooperativ som kan utvecklas och skapa allt bättre levnadsvillkor. De flesta producenterna finns i Afrika, Latinamerika och Sydostasien.

Skäliga löner, schyssta kontrakt, ingen rovdrift. Det innebär förstås mycket högre inköpspriser. För att kunna hålla rimliga försäljningspriser är påslaget väldigt lågt jämfört med vanlig handel.



Få led i leverantörskedjan och en stor del ideellt arbete är metoden.

”Mr. Fairtrade”

Bertil Högberg har varit med nästan från början och jobbar stenhårt för att utveckla och marknadsföra Globalen och Fairtrade. Helt ideellt. Han berättar stolt att Uppsala blivit årets Fair Trade City för andra gången. Det innebär att kommunen och även andra organisationer i Uppsala upphandlar Fairtrade-produkter där det är möjligt. Och Globalen är nu den största Fair Trade-butiken i Sverige sedan den har gått om Klotet i Lund.

På min fråga hur det går för Fairtrade numera berättar han att konsumenterna blir förvirrade av den rika floran av märkningar som alla påskiner omsorg om miljön. Men jämfört med andra länder handlas det mycket Fairtrade-produkter i Sverige, också i våra stora livsmedelskedjor. Fairtrade är en kvalitetsstämpel.



Globalen säljer mycket choklad, kaffe och te. Det gamla Africafet säljs fortfarande. Glädjande nog har skyddstullarna vid import av förädlade varor sänkts efter starka påtryckningar. Jag köper två kakor mörk choklad tillverkade i Ghana, och de smakar utmärkt.

Om det stundade jubileet: "Planeringen är inte klar än, men lördagen den 9 november kommer Globalen att ha öppet länge och bjuda på och informera om sina produkter och ha fina erbjudanden. Alla ideellt arbetande genom tiderna ska få en fest."

Veteranen Lisa White

Lisa är utbildad farmaceut från USA som flyttat till Sverige. När hon startade som volontär 2001 var hon sjukskriven men blev anställd med lönebidrag, och det har hon varit sedan dess. Eftersom nästan alla som arbetar i Globalen är volontärer med en ganska stor omsättning,

fyller Lisa den viktiga rollen att vara den som "kan allt", den alla frågar om vad som helst och får rätt svar. Globalen har väldigt många produkter i små serier, vilket ger mycket arbete med märkning och inmatning i kassasystemet och kontroll av utgångsdatum.

Lisa berättar att butiken förändrats enormt mycket sedan hon började. I början handlade kunderna för att de tyckte synd om producenterna, nu för att produkterna är så bra. Volontärerna är motiverade, får utbildning och är skickliga numera. Men Lisa tycker att de är så stressade. Ska hinna med en massa annat samtidigt, som många andra i dagens samhälle.

– Att arbeta på en så här liten arbetsplats är både trevligt och påfrestande, man lever som i en familj. Konflikter förekommer förstås. Klarar man inte att svälja förtreten får man jobba någon annanstans.

Lisa är pensionär sedan ett par år och ska sluta jobba i Globalen nu.

– Det är vemodigt. Hälften av mina kompisar faller bort. Jag får komma och hälsa på förstås. Jag vet att jag under mina år här har bidragit till att göra många människors liv mycket bättre och jag har fått arbeta med något jag tycker är mycket viktigt. Varje dag har jag fått lära mig något nytt, avslutar Lisa och ser stolt ut.

Gör ett besök i Globalen!

Globalen ska upplevas med alla sinnen. Doften är karaktäristisk och underbar. En blandning av kaffe, te, tvålar och textil, gissar jag. Och sortimentet sprakar av färg.

Har du tur får du en pratstund med någon volontär eller kund, det är en särskilt god stämning här.

Ett inledande besök kan du göra på webbplatsen globalen.nu.

Stabbydagen

SÖNDAGEN DEN 15 SEPTEMBER firades årets upplaga av Stabbydagen (framsidans bild är tagen i samband med det tillfället). Händelsen markerade även slutet på 2024 års säsong för trädgårdskaféet. Runt anrika Stabby prästgård bjöd programmet på kafé, loppis(ar), testa-på-agility i hundhagen, guidning i fårhagen, musikunderhållning samt tipspromenad vid Eriksskolan. UMLN kunde glädjande konstatera att sällan har en så stark publikuppslutning skådats här. Det blev en minst sagt värdig avslutning på en vacker sommar. 🟦



Wallingatan 1

RIKTIGT TREVLIIG TANDVÅRD I
LUTHAGEN



WALLINGATAN1.SE
018-444 33 55

VUXENTANDVÅRD
BARNTANDVÅRD
TANDVÅRDSRÄDDA
KOSMETISK TANDVÅRD
SUPERSNÄLL PERSONAL



Tisdagarna med
Peder Strandh

Höstöppet i ateljén
Tisdagar 16-20

Adress:
Skolgatan 7
(inne på gården)

Tel. 0704-79 5913

 @pederstrandh_art



GRINDSTOLPEN

Alla har rätt till ett kärleksfullt avsked

Har du frågor
kring begravning
eller avsked?
Välkommen till oss.

Telefon 018-130326
www.grindstolpen.se
S:t Olofsgatan 46
753 31 Uppsala



Foto: Gustav Dalesjö
Uppsala Marknadsföring.

Hållbar ljufest?

MED HÖSTEN kommer givetvis mörkret. Men det finns definitivt ljusglimtar att se fram emot.

Den 8 – 24 november är det dags för årets upplaga av Allt ljus på Uppsala med temat ”Du är skillnaden”. Besökaren välkomnas då att aktivt delta i arrangörernas gemensamma hållbarhetsarbete. Genom ljusinstallationer och individuella budskap hoppas de att

besökarna ska vilja bidra i dialogen om den pågående omställningen till en mer hållbar framtid.

På sin hemsida skriver arrangören ”(...) Vi vill att ljusfestivalen ska förmedla ett hopp om en framtid där du som enskild individ kan göra skillnad för det vi står inför idag. Det gäller såväl klimatet som social och ekonomisk hållbarhet”. ■

Bekant skrattfest

SKRATTET ÄR EN livsnödvändighet och det är något arrangören bakom Fyris Comedy har tagit fasta på genom att servera Uppsalapubliken ståupp-komedi. Sedan 2018 driver de sin verksamhet med ambitionen att göra Uppsala roligare.

Så, behöver du eller någon du känner muntras upp? Besök då någon av Fyris Comedys månatliga evenemang under hösten. Platsen är den mysiga Reginateatern. Höstens program finner du på fyriscomedy.com/biljetter ■

REGINATEATERN



KONTAKTA OSS

redaktion@luthagsnytt.se
www.umln.se

Postadress

Uppsalamagasinet
Luthagsnytt (UMLN)
c/o Strandh-Klefbeck
Media KB, Skolgatan 7
SE-753 12 Uppsala

Kontaktinfo

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

Annonsering

Se umln.se för storlekar,
annonspriser m.m.

Framsidan

Stabbydagen 2024.
Foto: Maria Klefbeck

Grafisk form

Peter Lundvik, Fasonera

Redaktionellt material

Skickas till:
redaktion@luthagsnytt.se

Ekonomi

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

Utgivningsdagar 2024

22 mars, 7 juni,
20 september och
29 november

Materialgranskning

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

Produktion/tryck

Strandh-Klefbeck Media KB
ÅTTA.45 TRYCKERI, Järfälla
www.umln.se

Tipsa UMLN

redaktion@luthagsnytt.se
eller på sms/mms till:
0704-79 59 13

Går du i köp- eller säljtankar?



Till salu

Adress: Börjegatan 3B
Mäklare: Carolina Sohlberg 070-548 08 04



Till salu

Adress: Fyrsvallsgatan 10A
Mäklare: Matts Lüllmaa 073-647 52 73



Till salu

Adress: Luthagesplanaden 3B
Mäklare: Micaela McClafferty 070-218 10 47

Fast arvode 1,95 %*

*Erbjudandet gäller under begränsad tid och vid uppvisande av tidningsannons.



Till salu

Adress: Torsgatan 8B
Mäklare: Anna Lindholm E 073-063 53 64



Till salu

Adress: Hällbygatan 38A
Mäklare: Ludvig Tidblom 073-925 47 60



Till salu

Adress: Sturegatan 2B
Mäklare: Eva Brevemark 070-545 33 00



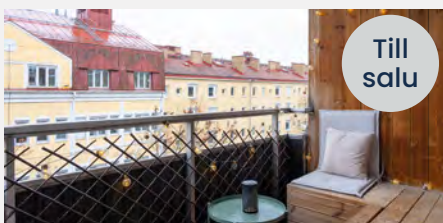
Till salu

Adress: Stabby allé 7B
Mäklare: Micaela McClafferty 070-218 10 47



Till salu

Adress: Skolgatan 12B
Mäklare: Matts Lüllmaa 073-647 52 73



Till salu

Adress: Sturegatan 1
Mäklare: Ludvig Tidblom 073-925 47 60



Såld

Adress: Vasagatan 1A
Mäklare: Carolina Sohlberg 070-548 08 04

Riksmäklaren + Luthagen - en lokal kärleksaffär

Är det några som kan Luthagen så är det vi på Riksmäklaren.
Vårt kontor ligger ju trots allt på Skolgatan och vårt hjärta klappar lite extra för just denna stadsdel.



Scanna mig!

Riksmäklaren



MÄKLAREN GENOM LIVET

Skolgatan 33B 753 11 Uppsala, www.riksmaklaren.se,
Telefon: 018-13 98 50, Mejl: info@riksmaklaren.se

