

norrköping

MAGASINET FÖR DIG I NORRKÖPING

4 YOU

SEPT
2013

EXPERTTIPS

Aldrig mer
semester **sid 18**

SPÄNNANDE RESMÅL

Rhodos **sid 38**

EKONOMI

Ferrari till alla i
Finspång **sid 20**

GUDRUN SCHYMAN, POLITIK

Stormen Gudrun
yr igen **sid 32**



Kåseri
– Grannar
är onda av
naturen
sid 22



Skolfoto
– Mitt i
högsäsongen
sid 12



Experttips
från Sverker
Wadstein
sid 14

auto motor & sport, kombitest²

”Klassens kung!

Rappt chassi och grymt fin styrning.”

FORD MONDEO SPORT EDITION

Imponerande bränslesnål och låga CO₂-utsläpp. Dessutom rymlig, säker och välutrustad.

17" aluminiumfälgar, aut. klimatanläggning, klädsel i läder/textil, radio/CD med 8 högtalare, exteriört stylingpaket, sportfjädring, sportpedaler, eluppvärmad vindruta m.m.

Kampanjpris **204 900:-¹**
Ord. pris 226 000:- inkl. kombitillägg 7 500:-



FORD FOCUS TREND

5 års garanti, radio/CD med 3,5" skärm, läderklädd ratt, luftkonditionering, eluppvärmade ytterbackspeglar, Ford Easy Fuel, centrallås med fjärrstyrning, färd dator m.m.

FRÅN
159 900:-

FORD FIESTA TREND

5 års garanti, elmanövrerade och eluppvärmade ytterbackspeglar med sidoblinkers, elmanövrerade fönsterhissar fram, MyKey, växlingsindikator, backstartshjälp, fjärrstyrt centrallås m.m.

FRÅN
119 900:-



Forema

– vi tänker på dig™

| ford.se |

www.forema.se

Bränsleförbrukning blandad körning: Mondeo 1,6 TDCI ECONetic 4.3 l/100 km, CO₂-utsläpp 112 g/km. 1. Kampanjpriset gäller Mondeo 1,6 TDCI ECONetic 115 hk, 6-yl man. och kan ej kombineras med andra avtal eller rabatter. Gäller ett begränsat antal bilar hos din återförsäljare. 2. Kombitest i auto motor sport 4/2011. 3. 10.000:- gäller vid köp av en ny Mondeo registrerad senast 2013-10-31. Bilarna på bilderna är extrautrustade. Ford Fiesta 3.3 – 5,2 l/100 km, CO₂-utsläpp 87–138 g/km (1,6 TDCI ECONetic 95 hk – 125 l Duratec 85 hk). Ford Focus 3,4 – 7,2 l/100 km, CO₂-utsläpp 88 – 169 g/km (1,6 TDCI ECONetic 105 hk – 2,0 EcoBoost 250 hk).



Innehåll nr 3 - 2013

06

POPKRÖNIKA

Vinylen lever åter på skivtallriken. Skivbolagen har fattat och ger idag åter ut i stort sett allt nytt även på vinyl.

10

FILMSNACK

Läs om filmsnack.

12

SKOLFOTO – MITT I SÄSONGEN

Skolfotograferingen, lika självklar som vilket skolämne som helst?

18

ALDRIG MER SEMESTER

Vår expert Sverker Wadstein skriver om tankarna kring semesterhets och jobbeländet.

20

GRANNAR ÄR ONDA AV NATUREN

Kåsören Markus Qvist ångar på med betraktelser om grannar, bostaden och det sociala livet tillsammans med andra.

28

PODDRADIO

Lokal underhållning och sällskap via poddradio. Hör Oskar, Kicki och Tobbe diskutera och tycka till om både stort och smått.

30

GUDRUN SCHYMAN

– Min syn på politiken är inte att partiet är kyrkan som man svär trohet, funkar det inte så lämnar jag.

44

TUNNELN I SLUTET AV LJUSET

Markus Qvist har hittat ut ur semesterns grepp för att upptäcka att jobbet fanns där och väntade.

MINIKÅSERI SID 05

BOK & FILM SID 06

KNEP OCH KNÅP SID 46

RECEPT4YOU SID 47

**REDAKTÖR
& ANSVARIG UTGIVARE**
Mats Turesson

REDAKTIONEN
tel 011 - 1007 47
info@turon.se

ART DIRECTOR
Daniel Heiniemi

ANNONSAVDELNINGEN
011 - 1007 47
info@turon.se

SÄLJANSVARIG ANNONSER
Marie Svensson
070 - 681 97 60
marie@turon.se

SKRIBENTER
Markus Qvist
Marie Svensson
Matthias Pernhede
Gabriella Jerlström

PRODUKTION
Turon Media

WEBB
Tidningen publiceras i sin helhet
även på www.norrkoping4you.se

WEBBREDAKTÖR
Markus Qvist

TRYCKERI
Mittmediaprint, Sundsvall

DISTRIBUTION
Turon Media

ILLUSTRATION
Michael Lindell

NORRKOPING4YOU
- är politiskt, etiskt och religiöst obunden.
- ansvarar ej för icke beställt material.
- delas ut direkt till hushåll i Norrköping..



Google Chromecast

Vill du streama video från din smartphone till din HDTV?

I sådana fall har Google precis lanserat en lösning. Chromecast är en liten sticka som passar i HDMI-ingången på teven och möjliggör att streama bland annat Netflix och Youtube från en Android eller iPhone. ★



Nexus 7

Googles uppdaterade surfplatta Nexus 7 börjar i september säljas i Sverige. Bland nyheterna finns en väldigt högupplöst skärm. Priserna börjar runt 2500kr. ★

Windows 8.1

Efter kritikerstormen för avsaknad av startknapp i Windows 8 har Microsoft gjort en kovändning och du med startknapps-abstinens kan se fram emot ett kärt återseende. Uppdateringen bör finnas tillgänglig på Windows update under hösten. ★



IPHONE Är Apple mogna för en ny plastigare lågprisstrategi?

Smartphonenyheter

MED HÖSTEN KOMMER en flod av telefonnyheter. Under september kommer Sony och Samsung presentera nya Android-modeller men även sedvanligt tysta Apple förväntas presentera uppföljaren till iPhone 5. Ryktena säger att Sony kommer presentera en stöt- och vattentålig Xperia Z1 med bland annat en 5" 1080p-skärm, 13 megapixel kamera och 4G.

Från Samsung förväntas en uppdaterad Galaxy Note med 5,7" skärm och grym prestanda. Kanske mer intressant är det smarta armbandsuret Galaxy gear som det pratats om ett tag. Med Galaxy gear ska du få tillgång till din Android-telefon direkt på armleden, något som kan vara väldigt användbart när telefonerna börjar bli för stora för jeansfickan.

Från Apples håll är det som vanligt tyst men en hel del sipprar ut från de asiatiska fabrikena. Precis som med iPhone 3 & 4 verkar det som femman uppdateras till 5s. De vanliga uppdateringarna av processor och minne finns med all säkerhet på plats. Frågan är vad Apple gör utöver det för att råda bot på hotet från Android-tillverkarna, flera tecken finns på att Apple kommer bygga in en fingeravtrycksläsare för att öka säkerheten. Det har även dykt upp bilder på en iPhone med skal av färgglad plast och en lägre prislapp. En sådan modell skulle innebära en helt ny strategi för Apple som hittills levt gott på höga marginaler på iPhone. ★



XBOX ONE Ny konsol från Microsoft

Nya spelkonsoller

Nu har alla kombatanter i spelkonsollkriget visat vad de har att komma med. Nintendos Wii U som är ute sen länge verkar redan vara ute ur spelet så hoppet står till de nyligen offentliggjorda Xbox One och Playstation 4. Båda erbjuder bättre grafik, bättre onlinefunktioner och fler mediefunktioner än föregångarna.

Både Microsoft och Sony satsar även på att låta spelaren använda kroppen för att kontrollera spelen. Microsoft skickar med en ny version av sin Kinect som känner av hur spelaren rör sig och Sony fortsätter satsa på Move som kräver att spelaren håller i en speciell dosa för att registrera rörelser. ★

Du är aldrig inne

Familjen har fått nog av en kär gammal vän, på grund av dennes övervikt och oförmåga att anpassa sig till dagens moderna samhälle. Vår tjock-TV.

Teknik håller aldrig. Även om den inte går sönder, så omvandlas den inom loppet av vad som känns som några dagar, till Low Tech. För teknikens bäst-före-datum är knepigt nog alltid satt innan du ens hunnit köpa den. Om du inte stått i en 7-timmarskö utanför Elgiganten på releasedatumet förstås.

Trots detta, ska vi givetvis ändå försöka hänga med. Att gå förlorad under utvecklingen är farligt. Vi vill pillra med den snyggaste telefonen, titta på den plattaste tv:n och klicka hem de nyaste apparna. Vi går i ständigt rädsla för att något bättre snart ska skapas, nu när vi äntligen slagit till på våra smarta apparater.

Men självfallet händer det som inte får hända. Vi suckar djupt när den nyare varianten som bara kostar någon tusenlapp extra uppenbarar sig medan vi zappar mellan reklampauser på vår stora LED-skärm. Vi klandrar oss själva för att vi inte kunde vänta en vecka eller två – man vill ju inte sluta lika icke-uppdaterad som pensionärerna, inte veta vilken knapp som klickar igång datorn. Hemska tanke.

Visst ligger det något i det, att det är ett listigt drag att alltid ligga i teknologins framkant. Frågan är dock hur mycket tid vi faktiskt ägnar åt att lära känna ingenjörsvetenskapen som flyttar in i våra hus, och hur mycket vi istället lägger på att ständigt uppdatera vår samling. Ja, glatt fokuserar vi på att jämföra PHILIPS skärmupplösning med LG:s, googla på pricerunner och undersöka marknaden på MediaMarkt.

Hemma har vi precis gått igenom denna väljarprocedur. Mitt i vardagsrummet står nu en slank och ståtlig 47-tums smart-tv med tillhörande ljudanläggning. Viaplay och en sådär tjugofyra fjärrkontroller bosatte sig också. Något som däremot kvickt fick lov att flytta ut igen var manualen, till botten på pappersätervingen.

Alla är minst sagt belåtna. Framför allt Pappa Johan. Han både nickar och ler högfärdigt då han spatserar förbi vårt senaste familjetillskott. I och med att vi har väntat in smart-tv:ns revolution behöver vi minsann aldrig mer köpa ny tv, menar han. Vänta bara, tänker jag. Näja, vilka är egentligen vi att klaga. Då vi inte vill stjälpa teknikens utveckling är väl att alltid vara ute priset vi får ta. Och att lära oss utnyttja våra makapärers fulla kapacitet är väl ingen som har tid med när all världens underhållning numera väntar två ynka knapptryck bort. Inte jag i alla fall. Men vänta, vilken dosa tillhör vad? Vi kanske borde ta och nosa fram de där anvisningarna trots allt...



Fullspäckad firmafest

Kulturvarietén skapar underhållande projekt för arrangemang, fester och events. Vi tar fram idéer, utarbetar manus, producerar färdiga inslag och framför material på privata tillställningar och företagsevenemang.

Tillsammans ringar vi in ett passande tema och en lämplig form för just ditt arrangemang. Vi bakar hela kakan, från idéstadie och manusarbete till genomförande och presentation.

Planerar du företagsfest, kick off, bröllopsfest eller annat festligt arrangemang? Hör av dig så kikar vi närmare på just ditt event.

www.kulturvarieten.se



kulturvarietén
BILDNING AV SKIFTANDE KVALITÉT



Känslan av död

– av Elly Griffiths

Det börjar med att en museiintendent hittas död på ett museum i Norfolk bredvid en medeltida kista som ska öppnas inför stort pressuppbåd bara en stund senare. Det rättsarkeologen Ruth Galloway som hittar den döda och hon dras därmed in i en historia kring misstänkta dödsfall, hotbrev och knarksmuggling. Från polisens sida är det kommissarie Nelson som får hand om fallet, en person som Ruth har ett inte helt okomplicerat förhållande till.

Elly Griffiths deckare är mycket brittisk. Hon beskriver sina karaktärer och dess relationer på ett tilltalande sätt, allt från poliserna till överklassfamiljen med dess interna stridigheter och hemligheter. Det hela känns mysigt, men makabert.

Det skulle lika gärna kunna utgöra manus till ett avsnitt av Morden i Midsomer, men med en annan kommissarie som löser fallet.



BAKSMÄLLAN III Bilan faller hårt över den tredje filmen i den populära filmserien.

Ingen semester utan film, film och åter film

Hör du inte på långa vägar till skaran som menar att ljuva sommarkvällar mycket väl kan – och rentav bör – fyllas med film, film och åter film? Vänd då blad.

DEN FORTSATTA TEXTEN riktar ljus på att film de facto gör sig bättre desto ljuvligare augustiskymningen ter sig. Med andra ord: film är bäst på sommaren. Och då snackar vi givetvis cinematiska temakvällar med tonvis av godis i soffan, och med balkongdörren vidöppen. Sommarkvällen är den perfekta aftonen för att fylla tillvaron med fantastiskt sköna rullar. Att samla på sig ett gäng väl valda titlar en ljummen semesternatt är ett icke alls så dumt ledighetsförehavande. Här kommer en samling titlar som du antingen bör undvika eller samla på dig inför några bunkrade filmsommartimmar.

FLIGHT

Robert Zemeckis (Tillbaka till framtiden) regisserar sin första spelfilm (animerat bortsållat) sedan Cast away från 2000. Likt nämnda rulle med Tom Hanks och en volleyboll i höjdarrol-

lerna inleds Flight med en hyggligt realistiskt skildrad flygkrasch. Denzel Washington spelar en gravt alkoholiserad flygkapten som lyckas undvika en katastrof genom en osannolik pilotmanöver utan motstycke. Det faktum att han under den aktuella flygningen är påverkad av alkohol och kokain sätter dock käppar i hjulet för det heroiska eftermälet.

Washington övertygar men får inte mycket manuskött att sätta tänderna i i ett segdraget drama längs den onda spiral som alkoholismen, för eller senare, leder ner sin fånge. Och filmens huvudkaraktär når långt ner. Mot slutet gör sig till och med Hunter S. Thompsons depraverade alter ego i Fear and loathing i Las Vegas påmind, då Washingtons pilot når den absoluta botten. Givetvis exekveras den dramatiska själarenande finalen inför en större folkskara på sedvanligt amerikanskt manér. Godkänt, inte mer. **OOOOO**

Tshirt: 149 :- Hood: 249 :-
www.tdstore.se

**ANNON-
SERA I TID-
NINGEN.
KONTAKTA
VÅR AN-
NONSA-
VDELNING.**

MÅNADENS TOPPRULLE

- CLOUD ATLAS

Syskonen Lana och Andy Wachowski har bara skakat ur sig en endaste rulle sedan den imponanta Matrixtrilogin (ok, första filmen dårå) runt millennieskiftet. Speed racer var dock inte mycket att skriva hem till mamma om. Med Clous Atlas är de däremot tillbaka på fullaste allvar. De delar regijobbet med Tom Tykwer (Spring Lola) och ansvarar för tre av filmens sex skildrade historier. Sex historier som berättas parallellt i sex olika tidsepoker.

Tom Hanks, Halle Berry, Hugo Weaving (agent Smith) och flertalet andra skådespelare gestaltar olika karaktärer genom olika tidsepoker i de parallella historierna. Ja, till en början är det svårt att hålla reda på hur karaktärer och tidsåldrar hänger samman, men efterhand släpper hjärnan taget och själen slukar rullen med hull och hår. Unika tre timmar väl värt att vila ögonen på. Ett flertal minnesvärda skådisprestationer. Men bäst är ändå Hugh Grant som kannibalhövding. Rollen han föddes till att spela. ○○○○

DJANGO UNCHAINED

Där IngLOURIOUS BASTERDS lyckades med bedriften att charma och överraska trots excesser i blodsutgjutelse och flygande hjärnsubstanser, misslyckas Tarantino med Django Unchained. Quentins känsla för att fånga in och behålla åskådaren i en sugande närvaro (inledningsscenen i IB) är som bortblåst i den här pastischen på en kombinerad western och amerikansk slavhistoria.

Här känns scenerna oengagerade, Tarantino har hamnat i en manusdalgång och kompenserar med floder och floder av blodvite. Django är rentav tråkig mellan varven, och något jag aldrig trodde skulle stämplas över ett Tarantinokonvolut – förutsägbart. Alla regissörer har sina svackor, låt oss hoppas att detta var just en sådan och inte början till slutet för den annars så pigge QT. Det här var en tråkig historia. ○○○○

HANGOVER DEL III

Att Bradley Cooper kan vara lika inspirerad och övertygande som den bipoläre Pat i Du gör mig ga-

len! som han är trött och till synes fullkomligt ligkiltig inför sin karaktär i Baksmällan 3 är på intet sätt ett mysterium. Pengar måste ha varit det övertygande incitamentet som fått Cooper att medverka i den (förhoppningsvis) avslutande delen i baksmälleserien. Någon annan anledning är omöjlig att finna. Manuset är nämligen i fullständig avsaknad av humor.

Med facit i hand får enbart del ett i serien godkänt. Del två skänkte ett par scener med smak av komik i en i övrigt blaskig humorsoppa, och med del tre når man den absoluta botten. Detta huvudlösa magplask till komedi föder frågan om man med avsikt undviker att väva in lustigheter, att regissör Todd Phillips helt sonika haft intentionen att avsluta med en renodlad actionrulle - i full avsaknad av humor. För rolig, det är filmen inte. Och absolut inte bra. ○○○○

DU GÖR MIG GALEN!

(SILVER LININGS PLAYBOOK)

Jennifer Lawrence vann en Oscar för kvinnliga bästa skådespelerska för rollen som Tiffany i Du gör mig galen! Motspelaren Bradley Cooper gör den bipoläre Pat minst lika bra, om inte bättre. Tillsammans ingjuter de magi i en historia om två tragiska människor. Tiffany har förlorat sin make och tröstat sig med att ha sex med alla på arbetet och därefter fått sparken. Pat har ertappat sin fru i duschen med sin kollega, slagit halft ihjäl honom och hamnat på hispan. Efter åtta månader kommer Pat ut från mentalsjukhuset och vill försörjas med sin hustru. Han bor hemma hos föräldrarna (Robert De Niro glänser som fadern) och snubblar in i Tiffany. En (typ av) relation utvecklas, långtifrån den blaskiga kärlekskomedins standardformulär. Filmens behållning är Bradley Cooper som ger den bipoläre Pats plumpa sociala kvaliteter värme och själ. Och framför allt humor. En skön rulle. ○○○○

★



En man som heter Ove

– av Fredrik Backman

59-årige Ove lever för att göra livet surt för andra. Ja, det kanske inte är den egentliga meningen, men när grannarna inte följer hans regler inom bostadsrättsföreningen om allt från bilförbud mellan radhusen till cykelparkering, blir han arg och visar det tydligt.

Tidigt varje morgon tar han en inspektionsrunda genom området för att se så att det inte har varit något inbrott någonstans, notera registreringsnumret på felparkerade bilar och kontrollera att hans Saab är inlåst som den ska i garaget. När lagar och bestämmelser inte följs, skriver Ove till myndigheterna och påpekar detta. Rätt ska vara rätt.

Fredrik Backmans debutroman om den argsinte rättshaveristen Ove är både rolig och sorgsen. Man får följa Ove i framför allt hans ofrivilliga kontakter med grannarna, men också i glimtar från hans liv från faderns för tidiga död, till hans för omgivningen, obegripliga äktenskap.

Det är en kärleksfull skildring om hur den snäsige Ove, till en början högst motvilligt, tar sig an den stökiga barnfamiljen i grannhuset. Egentligen har han en viktigare sak att uträtta, men gång på gång kommer andra saker emellan

En man som heter Ove är sommarens stora feel good-pocket.

★

SURFA IN PÅ WWW.NORRKOPING4YOU.SE
OCH GÖR DIN RÖST HÖRD.



Någonstans inom oss

– Av Cajsa Ingemansson, författaren till Små citroner gula

En kvinna står ensam på en klippa i Stockholm. Bakom sig har hon äktenskap, framgång och pengar, framför sig ett stup högt nog att krossa den som faller.

Kappan viks ihop fint och läggs bredvid portföljen i baksätet.

Hon korsar gatan, på klappande klackar och går fram till staketet. Det svartglänsande skoparet placerar hon på ett av de låga stenblocken längs staketet. Hon drar upp kjolen på låren och klättrar över staketet. De bara fötterna i tunna nylonstrumpor mot den kalla våta marken, men det verkar inte bekomma henne. Nu har hon bara någon decimeter mark att stå på. Hon har bestämt sig, blundar och drar in luft, sedan låter hon fingrarna släppa taget om räcket. Hon faller...

... och ångrar sig! Hon ser Mikael framför sig och skriker Stopp! Hur hade hon kunnat tvivla på deras kärlek, den var inget påhitt. Hon bad, som aldrig förr. Och blev bönhörd. Fallet stoppades. Mot hård asfalt.

Vi får följa Rebecka i hennes kamp att förstå att hon inte längre lever, hur hon försöker nå fram till Mikael. Hur hon till slut förlikar sig med att han så småningom fortsätter sitt liv utan henne, med hennes syster Sofia, som hon själv hållit på avstånd.

Någonstans inom oss är en roman om liv och död, om försoning med det som varit och om kärlek för den som finner modet att släppa sin älskade fri.



THE BIG LEBOWSKI John Turturro i sin kanske bästa roll.

Filmkrönika4you

Sorgligt bra film

– för första gången sista gången

Vansinnigt prima film växer varken på träd eller faller från skyn. Lika ljuvligt är dock vareviga tillfälle en extraordinär rulle dyker upp och knockar oss ur fätöljen med sitt valfångst-kroksmedryckande tempo, knäskålskrossande stil och svartahålsdjupa plot.

Utan ruggigt underhållande filmföreställningar hade vi fått spendera en livstid i den bittra verkligheten. Hemska tanke.

Film är dock långtifrån ett passivt betraktarmedia. Att se en förbluffande, besvärjande rulle får mig att fullständigt förvinna in i celluloidrensans kosmos. Jag ska ha tyst omkring mig när jag ser film. Frågor i soffan kring filmens handling, sprungna ur ett icke-fokus, kan göra den bästa vän till bitter nemesis. Åtminstone för ett par timmar framöver.

När jag personligen konsumerar film innesluts jag i en imaginär kokong. Bio och DVD upplever jag ensam, oavsett antalet besökare i salongen eller närbesläktade i sittmöbeln. I närmare två timmar upphör mitt världsalitt att existera. Då finns bara filmen och dess universum.

Förstklassig film får mig dock även

att uppleva ett uns av smärtande, mitt i den mest smittande eufori över att ha ringat in ett undanskynt guldkorn. Sorgen bottnar helt sonika i att jag bevittnar filmen för första gången - för sista gången. En smula grämlelse över att nyhetens behag över dessa besvärjande filmrutor blåser bort i takt med att handlingen fortskrider. Detta dock parallellt med att njutningen över att bevittna denna underbara föreställning öser över mig. Det resulterar således i en form av bedrövelseblandad förtjusning. Givetvis tar sedermera njutningen överhanden.

Seven av David Fincher är en sådan produktion. Likväl Christopher Nolans båda mästerverk Inception och The Dark Knight. Filmer jag kan återskapa minnet av att se för första gången. Jag minns njutningen, jag minns smilet i mungipan, jag minns känslan av att återigen få uppleva den smittande



DIGITAL OCH GAMMAL HEDERLIG KOMMUNIKATION

Kreationsbolaget är en hybrid av kultur- och kommunikationsbyrå. Lite av en gottepåse med textproduktion, webbproduktion, kommunikation och event/projekt som smarriga karameller.

Dels hjälper vi dig med marknads-kommunikation, helhetslösningar för webben

och digital marknadsföring. Men vi är också fullständigt sålda på kultur och media. Kulturprojekt, nöjesevent och artiklar för medier, tryckta som digitala, rinner i lika strid ström ur fabriken.

Välkommen! www.kreationsbolaget.se

underhållande känslan i en extraordinär rulle av absolut toppklass, rakt upp min allé.

Quentin Tarantinos Reservoir Dogs, Michael Manns Heat och Bryan Singers De misstänkta är ytterligare rullar som slagit mig mentalt gul och blå genom att fullständigt och våldsamt kastat mig ur divanen. För att inte nämna The Big Lebowski av bröderna Coen eller Vincenzo Natalis Cube. Fastän jag precis gjorde det. Två filmrullar av ren, oblandad njutning.

Inte är vi bortskämda med filmer som får oss att glömma tid och rum, som försätter oss i ett transliktande tillstånd under ett par, korta timmar. Men kanske behöver de inte gästa vår trista verkligheten oftare än de gör. Kanske är rent av frekvensen för födelsen av extraordinärt bra film ekvivalent med att hårda ut den grå verkligheten. Precis lagom kryddat med surrealism från filmens värld.

Ett fåtal regissörer levererar gång efter annan. Vissa är relativt nytilkomna i världshistorien, andra har vandrat

med oss en längre tid och ämnar väl inom kort lämna stafettpinnar till de förnämnda. Till de nya unga hör framförallt Christopher Nolan, Darren Aronofsky och Bryan Singer.

Ytterligare fem topprullar att blanda upp höstmörkret med när verkligheten blir alltför påträngande verklig:

Höstrusklistan

– fler helhyggliga rullar från kompaniet Aronofsky-Nolan-Fincher du borde se om du inte sett dem:

1. The Dark knight rises, Christopher Nolan ()
2. Fight Club, David Fincher ()
3. The Fountain, Darren Aronofsky ()
4. Memento, Christopher Nolan ()
5. The Prestige, Christopher Nolan ()
6. Requiem for a dream, Darren Aronofsky ()
7. The Wrestler, Darren Aronofsky ()
8. Pi, Darren Aronofsky ()
9. Batman begins, Christopher Nolan ()
10. Zodiac, David Fincher ()



Pojken i resväskan

– av Lena Kaaberbøl & Agnete Friis

En väninna till sjuksköterskan Nina ber henne att hämta en väska i en förvaringsbox på järnvägsstationen Köpenhamn. Väskan visar sig innehålla en liten treårig pojke. Nina, som arbetar för Röda korset med att hjälpa flyktingar, bestämmer sig för att på egen hand, utan att blanda in polisen, ta reda på vem pojken är och varifrån han kommer. Detta blir inte lätt då hon kort därefter hittar väninnan mördad i en sommarstuga. Parallellt med berättelsen om Nina får vi följa ett flertal personer på lite olika platser runt om i Europa, och det är till en början svårt att hålla reda på alla namnen.

Skälet till att pojken hamnar i väskan är inte det som man förmodas tro, och när handlingen börjar klarna lite, framträder en ganska spännande berättelse.

Dialogen flyter inte helt och hållet, men man sugts med i beskrivningarna av Nina, som slits mellan sitt engagerande jobb och sin egen familj, och pojkens utsatthet.

Pojken i resväskan är den första boken i en tänkt serie om sjuksköterskan Nina. ★

Tycker du att elräkningen är för hög?

Vi kan hjälpa dig att sänka den!

Badrumsfläkt SIRIUS

Nu går de sista
30 exemplaren!

Endast **899,-**



Passa på nu, produkten kommer ej att finnas till detta fantasiska pris när dessa 30 är slut!



PAX Värmeförflyttare



SISTA 100 I SVERIGE!

FORTFARANDE MED KAMPANJPRISET

995,-

NU SÄLJER VI UT DE SISTA VI FÅTT TAG I
PASSA PÅ INNAN DE TAR SLUT!

Wattvaktarna.se

Vi hjälper Er att spara "watten"

SURFA IN PÅ

WWW.NORRKOPING4YOU.SE

OCH GÖR DIN RÖST HÖRD.

Den bärbara vinylen lever

Vinylen lever åter på skivtallriken och har hjälpt skivindustrin ur dess stålbad. Men nya tider behöver också ett nytänkande. Det krävs ett mervärde idag för att köpa skivor när samma skiva finns ett knaptryck bort, vinylen kan ge det om skivbolagen bjuder till lite. Detta har bolagen förstått överallt, utom i Sverige. Finns här en dold agenda eller är dom bara korkade?

Möjligen hör jag till ett utdöende släkte, men jag köper ju faktiskt fortfarande skivor, ganska mycket skivor dessutom och allra helst fina skinande vinyler. Detta gamla format har faktiskt fått lite av en renässans de senaste åren och vi är trots allt några stycken som tycker detta är toppen, som känner att musiken lever på skivtallriken, som älskar det estetiska och att konsten inte blir reducerad till ettor & nollor.

Skivbolagen har fattat och ger idag åter ut i stort sett allt nytt även på vinyl, samtidigt som CD-erans alster också omvandlas till det nygamla formatet. Naturligtvis ser bolagen att det är ett sätt att tjäna pengar också i dessa digitala tider. Entusiasterna betalar och det krävs inga nya egentliga investeringar, tekniken, infrastrukturen och kunskapen finns där redan sen gammalt hos branschen. Kort sagt det är en win-win situation.

Men det finns ett krus, vinylspelaren har en begränsning den är inte särskilt flyttbar, den fungerar enbart hemma. Vårt musiklyssnade idag skiljer sig från vinylens storhetstid i slutet av 80-talet, vi vill ha portabelt ljud och ha det på en mängd ställen. Då kassetbandet är helt ute i bilden har vi alla våra digitala apparater; datorer, mp3-spelare, telefoner, surfplattor och allt vad det finns. För att inte tala om den amerikanska bilkulturen som är en rejäl maktfaktor för musikbranschen. Vinylen rimmar dåligt ihop med dessa faktorer.

När vinylen återuppstod insåg först de mindre skivbolagen denna problematik och använde den nya tekniken till sin fördel för att lösa den. Man erbjöd helt enkelt vinylköparna en fri nedladdning av samma skiva genom en kod som medföljde, lika enkelt som genialt och inte minst skapade man ett mervärde åt skivköparen. Snart följde de stora bolagen detta exempel och idag är det legio att ett digitalt alternativ medföljer vinylutgåvan. Nja det är en sanning med modifikation, det är legio i utlandet. För den svenska skivmarknaden verkar inte ha fattat eller vill inte fatta detta alls.

Köper du vinylskivor med svenska artister och/eller från svenska bolag finns inget digitalt alternativ med som mervärde och som löser det portabla problemet. Varför? Jag har hört flera förklaringar, olika förklaringar som inkluderar Spotify på flera vis och som att den svenska marknaden är så liten.

Jag köper inte någon av dessa. Det finns svenska undantag men då talar vi om smala nischade bolag som framförallt verkar på en utländsk marknad, dessa måste helt enkelt erbjuda detta alternativ för att det är en självklarhet utomlands.

Storsäljare som t.ex. Håkan Hellström eller Thåström däremot, som båda ligger på stora skivbolag, som inte ska spelas exempelvis i en amerikansk bilstereo utan bara har en inhemsk publik kan skita i sina trogna skivköpare eller kräma ur dem på ytterligare några kronor via Spotify eller köp av nedladdningar. Jag ser det som oerhört provocerande och fruktansvärt korkat.

Det kostar inte bolagen ett smack att erbjuda ett digitalt alternativ, men det skapar för mig som skivköpare ett mervärde. Jag vill vara tydlig med att jag inte tror det är artisterna som är boven i dramat här utan det är förstas de stora stygga skivbolagen.

Det finns mer att säga och flera aspekter att belysa i frågan om format och hur vi lyssnar på vår musik. Vilka krav kan vi ställa? Vem dikterar villkoren? Jag kommer att få tillfälle att återkomma i ärendet. Häromsistens blev jag tvungen att köpa Kaahs nya platta på CD (vilket jag gärna undviker) för att jag ville ha med mig den i lurarna på utlandssemestern, andra skivor har jag faktiskt bojkottat av ren princip på grund av förekomna anledning. 🇸🇪

FAKTA



NAMN Matthias Perna Pernhede

ÅLDER 35 år

DJ-NAMN DJ Burner (efter min gamla moppe)

BOR Centrala Göteborg

FAMILJ Ja i olika former

UTBILDNING kulturhistoria
musikbloggen Hörsägner.

Musikfantast sen barnsben då jag upptäckte min fars singelsamling, min favoritleksak blev därefter skivspelaren. Något som kom att prägla hela min ungdom och jag brydde mig aldrig om att lära mig spela något instrument. Att vara rockkritiker har alltid varit mer tilltalande än rockstjärna.

TRE SKIVOR SOM HAFT STARK PÅVERKAN PÅ MIG

Teenage Fanclub "Thirteen"

Radiohead "Kid A"

"The Sound of Philadelphia"

(samlingskiva)

Aldrig mer semester



JAG MINNS DOM tydligt, gubbarna i lunchrummet på mitt första riktiga sommarjobb. Från en 16-åringss perspektiv så var alla gamla som gatan. Särskilt Gösta, om honom sa man att han hade jobbat här sen kriget. Minns att jag tänkte; -Vilket krig, det första eller andra världskriget? Jag lyssnade och iakttog. Fascinerades över hur Göstas Zingo (han drack alltid Zingo) mer och mer grumlades av smörgåsen han åt. När han drack upp det sista i flaskan var han tvungen att slå på botten för att få ut allt! När folk kom tillbaka från sin semester la jag märke till att dess innehåll avhandlades tämligen snabbt. Efter några korta, nästan pliktskyldiga, redogörelser så var man inne på nästa års semester. Och då tog samtalen fart igen! Speciellt engagerad i samtalet var den som hade sin första arbetsdag!

Nu är det höst och årets semester känns redan som länge sedan. Framför oss ligger ett helt år av arbete och slit innan det åter blir sommar och ledigt igen. Före sommaren kunde vi läsa spaltmeter i tidningar, "så får du en lyckad semester". Och råden är alltid detsamma; tro inte att du hinner med att: slappna av, hälsa på släkten, måla huset, bara vara, åka utomlands, bjuda över grannen på spontanfika. Och ändå så åker vi dit. Vi försöker hinna så mycket

som möjligt. Och kanske vi till och med känner oss trötta när vi kommer tillbaka till arbetet igen.

MEN DET ÄR NU, precis i början av hösten, nu när nästa sommar är som längst ifrån oss, som det är dags att ge råd inför nästa semester. Det är nu

drömma om framtiden. Men det är viktigt att hitta en rytm i vardagen. En rytm som håller. Att tro att jag kan ta igen all förlorad energi på bara några veckor är ungefär som att hamstra sömn. Vi behöver sova varje dygn. Precis på samma sätt är det med andra

»Det är nu det passar bäst att reflektera omkring, sommar, semester och ledighet«

det passar bäst att reflektera omkring, sommar, semester och ledighet.

Och rådet som jag vill ge är följande: Lev ditt liv som om du aldrig kommer att få semester mer!

Om det verkligen var så att semester inte fanns, hur skulle det påverka din vardag? Om du inte kunde räkna med flera veckors ledighet varje år?

Om du jobbade ca 40 timmar i veckan året runt? Om det bara var helgerna som var arbetsbefriade? Om det inte var möjligt att tänka; - Det där tar jag tag i på semestern. Skulle du prioritera annorlunda? Om livet bara var vardag, kanske "var dag" skulle förändras något i ditt liv?

LIVET ÄR HÄR OCH NU, den enda tid vi har är idag. Visst ska vi planera och

saker i livet som ger energi. Vi behöver det regelbundet. Goda samtal med vänner. Vara kreativ och pyssla med huset. Få och ge kramar till våra barn.

Så min fråga till dig är; Hur ska du se till att du får det du behöver och mår bra av i livet nu när det bara är vardag?

- Jamen, vi har ju semester att se fram emot! Ja visst är det härligt för alla oss som har den förmånen. Men just nu, tänk bort den. Lev som den inte fanns. Och när den väl kommer, lura dig själv att bli överraskad. - Oj, jag fick semester i år också!? Se semestern som en bonus, en extra tilldelning av tid, en vinstlott som bara finns där i din hand. 🍀

SKOLFOTO – SNART DAGS IGEN

Sommarlovet är slut och snart börjar höstterminen, både i skolan och på gymnasiet. Med den kommer även skolfotograferingen. Skolfotograferingen är för de flesta elever något lika naturligt som vilket skolämne som helst.

I Sverige och troligen i de flesta andra länder är detta en stor och viktig verksamhet för de fotograferingsföretag som genomför skolfotograferingar. Verksamheten berör i princip alla barn och elever som går i förskolan, grundskolan och gymnasiet. Fotografering sker i de flesta fall varje år, normalt under den inledande delen av höstterminen och det nya skolåret. Det är alltså en enorm mängd fotograferingar som sker i hela landet under väldigt begränsad tid.

– Det är en stor utmaning för företagen i branschen, säger Magnus Bagge, vd på ett av de större skolfotoföretagen i Sverige. Om alla skolor fick bestämma helt fritt så skulle samtliga säkert fotograferas v35-36, det är dock

helt orimligt med tanke på de resurser det då skulle krävas, fortsätter Magnus.

SKOLFOTOGRAFERINGEN KRÄVER ETT stort antal fotografer och fotoutrustningar. Huvudsäsongen pågår från skolstart till mitten på oktober och fortgår i sin helhet november ut. Anledningen till den korta säsongen är att skolorna vill ha sina bilder och skolkataloger så fort som möjligt på det nya skolåret. För den enskilde eleven eller dess föräldrar finns sannolikt inte samma behov av att de ska gå så snabbt. För många är väl skolfotografiet den perfekta julklappen till nära och kära, så leverans i god tid före jul är kanske deadline.



Lite information

- Skolfotografering utförs av ett fotoföretag som har lyckats få fotograferingsavtal med den respektive skolan/enheten.
- Avtalen löper normalt på ett till tre år.
- Skolfotoföretagens motpart i avtalsskrivandet varierar stort mellan kommuner och enheter. Det mest förekommande är dock att det är rektorn eller motsvarande som tecknar avtalet.
- Skolfotoavtalet omfattar normalt ensamrätten att få utföra skolfotografering på den aktuella skolan/enheten. Det reglerar också prisbildningen och vilka produkter som fotoföretaget skall erbjuda.
- Skolfotograferingen sker sedan på "spekulation", det vill säga, fotoföretaget vet inte hur mycket bilder och skolkataloger man kommer att sälja. Det är ju elever och dess målsmän som sedan beslutar om de vill och hur mycket de vill köpa av erbjudna produkter.
- Läsåret 2012/2013 gick 1 381 936 elever i grund- och gymnasieskolan, detta i 10 559 skolor.
- År 2012 var 482309 barn inskrivna i förskolan.
- De flesta skolfotoföretag är anslutna till branschföreningen SER, Sveriges Elevfotografers Riksförbund.

”Vår bransch är väldigt populär vilket innebär att det finns många som är intresserade av att jobba som fotograf och i vår efterbearbetning”



SMILE Fotografutbildning pågår.

ATT PORTRÄTT OCH klassfotografierna är populära råder det ingen tvekan om. Många kanske trodde att den digitala tekniken och kameror i mobiltelefoner m.m. skulle ta bort behovet

håller med i den beskrivningen. Det är en samstämmig bild som delas av hela branschen, det framkallade skolfotografiet har blivit ännu mer populärt idag, framhåller Magnus och Johan.

”För många är just skolporträtten de enda bilder man verkligen köper framkallade på fotopapper”

av de traditionella skolporträtten.

– Tvärt om, våra bilder är minst lika eftertraktade idag, kanske till och med ännu mer efterlängtrade. För många är just skolporträtten de enda bilder man verkligen köper framkallade på fotopapper, berättar Magnus Bagge.

Johan Orrgård, vd och delägare till ett av de lokala fotoföretagen i Örebro,

Även om själva fotograferingssången i huvudsak genomförs under inledande del av höstterminen, så pågår arbetet för fotoföretagen hela året. Det råder stenhård konkurrens med stark prispress i skolfotobranschen. Ny teknik ger också ständigt nya möjligheter att utvecklas.

– För att hänga med i konkurrensen

gäller det att hela tiden försöka förbättra sin verksamhet och lyssna på marknaden, förklarar både Magnus och Johan.

DÅ VERKSAMHETENS OMFATTNING

förändras så oerhört i omfattning under del av året är en av utmaningarna personalförsörjning. Inför varje högsäsong har skolfotoföretagen stora rekryteringsbehov, då främst fotografer och personal för efterbearbetning (t ex katalogproduktion och bildredigering) behöver anställas.

– Vår bransch är väldigt populär vilket innebär att det finns många som är intresserade av att jobba hos oss, berättar Johan.

Det är också viktigt att få rätt personal, personalen är vår viktigaste resurs för vårt resultat, rekryteringsarbete och kompetensutveckling är därför något vi prioriterar högt.

Spara elchocken...



IME AB

INDUSTRI-MEKANIK & ELTEKNIK



...till någon annan.

Med en välplanerad och modern elinstallation kan du känna dig trygg i ditt nya hus. Dessutom kan enkla smarta funktioner bespara framtida problem och oförutsedda utgifter i efterhand.

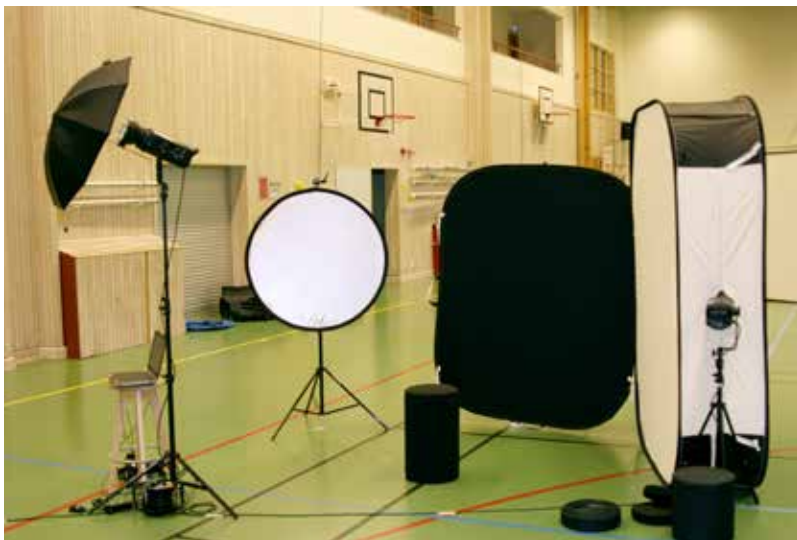
Planerar du att bygga hus? Eller är det dags att se över energikostnader, tveksamma eluttag eller nya elfunktioner i ditt hus? Vi sätter oss gärna ned och pratar möjligheter för en bra ellösning.

IME AB utför service, löpande underhåll och nyinstallation. Det gäller små som stora uppdrag samt ansvar för större el-/industrientreprenader.

Spara detta kort så hjälper vi dig när det blir dags. Eller boka in ett besök med oss på 011-194480. Läs mer om hur vi jobbar på: imeab.se

Vi ser fram emot att höra av dig!

IME AB
INDUSTRI-MEKANIK & ELTEKNIK



PORTABEL PORTRÄTTSTUDIO Skolfotografens arbetsplats.



HÄR SKA DU STÅ Viktigt att få harmoni i gruppbilden..

☛ Den stora delen säsongsanställd personal ställer stora krav på ständig utbildning, att vara skolfotograf är ett tufft och kvalitetskrävande arbete.

– Det en studiofotograf lägger en timma på i sin studio skall skolfotografen klara på någon minut, och det klarar vi. Det är något vi är stolta över, berättar Magnus.

Utöver fotografernas arbete så är det mycket annat som ska göras och som måste fungera. Det är en mycket logistikkrävande verksamhet. Här är stora och avancerade databaser och den fak-

tiska distributionen av framkallade bilder huvudbitarna. Marknadens krav på hur man kan beställa och titta på sina bilder har lett fram till enorm teknisk utveckling hos skolfotoföretagen. Idag ser kunden det som självklart att via datorn kunna logga in på en hemsida, titta på sina bilder och därefter beställa det man önskar.

Det är genom att utveckla sin verksamhet mot kundens förväntningar och behov som man lyckas i konkurrensen, framhåller både Magnus och Johan. ☛

FAKTA



NAMN Magnus Bagge
VD Tema Klasskort AB
Började i skolfotobranchen 1992



NAMN Johan Orrgård
VD Collage Foto AB
Började i bildbranschen 1988
Började i skolfotobranchen 2001



Tills tåget skiljer oss åt...



- ÄLSKLING, JAG SÅG tre igelkottar springa över garageuppfarten! Du säger det i samma veva som du öppnar ytterdörren och kliver in. Det är en vanlig vardag. En vanlig vardagshändelse, fast oväntad. Och självklart delar du denna upplevelse med din partner. Och din partner kontrar med; - Vet du vem jag såg på Marieberg idag? Jag såg Friman, min gamla högstadielärare! Dessa små banala upplevelser som vi delar i förbifarten. De kommer spontant utan att vi reflekterar över dem. Som finns där i stunden och sen försvinner bort. Dessa triviala kommentarer är en viktig grund i en kärleksrelation. I sin all daglighet är de som murbruk som fogar samman och bidrar till att hålla ihop en relation. Visst djupa samtal och utbytande av innersta tankar och känslor är självklart också nödvändigt för att en kärleksrelation ska utvecklas och växa. Men vardag och ytlighet ska inte

underskattas. Många kanske tänker på att bristen på fysisk närhet och sex är det som är svårast. Och visst, saknaden av intimitet och konkret närhet är en ständig prövning. Men min erfarenhet är att det är den vardagliga gemenskapen som är den stora utmaningen för kärlek på distans.

Så för dig som haft lyckan att hitta någon att ge all din kärlek till, men där din käraste befinner sig på många mils avstånd, vill jag ge följande råd med betoning på detta med småprat.

1. PRATA MYCKET

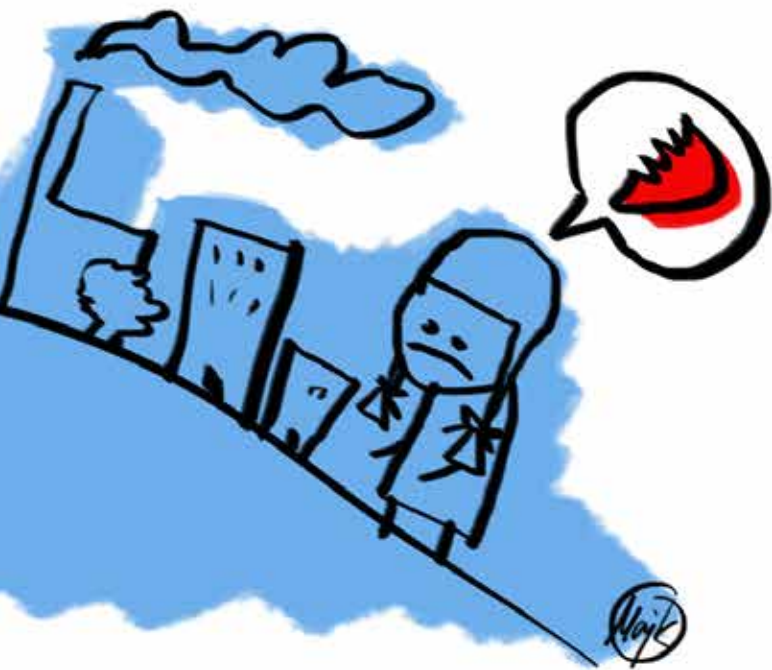
När man inte kan ses eller ta i varandra blir orden och samtalen ännu viktigare. Prata ofta och mycket, hellre flera korta samtal ofta än timslånga samtal långt in på nätterna. Utnyttja sms och berätta om dina "igelkott-upplevelser" i vardagen. Ingen-ting är för litet eller banalt att dela.

2. STRUKTUR

Förutom småpratet om livets vardagligheter är det självklart viktigt att prata djupt och nära. Och för att få till dessa samtal är det bra att regelbundet avsätta bestämda tider. Det är också viktigt att i förväg veta när man kan ses nästa gång, även om det kanske är flera månader tills dess. Ovisshet om när man kan träffas fysiskt nästa gång är tärande.

3. VAR SOCIAL MED ANDRA

Denna punkt hänger ihop med den föregående. Struktur i relationen ger goda förutsättningar att ha ett rikt socialt liv med andra. Att aktivt odla sina fritidsintressen och inte sitta hemma och "passa på varandra" för att få till det där telefonsamtalet eller skype-dejten. Vänskapsrelationer kan bli ännu viktigare när din kärlek är långt borta.



FAKTARUTA

NAMN: Sverker Wadstein

JOBB: Arbetar som Ledarcoach och Familjerådgivare sedan 1999

BAKGRUND: Har en bakgrund som pastor i Missionskyrkan

INTRESSEN: I garaget står en Volvo PV -57 med endast 7000 mil på mätaren!

www.brarelationer.se

www.coachagency.se

4. ÄT MAT TILLSAMMANS

Ta vara på möjligheterna som den nya tekniken ger. Ät middag tillsammans så ofta ni kan via skype.

6. REALISTISKA FÖRVÄNTNINGAR

När man väl ses så vill man naturligtvis att det ska vara så där perfekt som man

»Ta vara på möjligheterna som den nya tekniken ger«

5. SKRIV KÄRLEKSBRIV

Komplettera kommunikationen via telefon/dator med att skriva brev på gammaldags vis. Det blir, på nåt sätt, mer naket och personligare. Här kan ni berätta om drömmar, både högtflygande och realistiska. Dela gärna minnen från barndomen, både vackra minnen och sådana som är smärtsamma.

drömt om. Men det är inte lätt att hinna med allt över en helg, eller kanske ännu kortare tid. För par som lever tillsammans så finns det så mycket mer tid att både hinna missuppfatta varandra, gräla, kela och ha sex. Nu ska allt ske i koncentrat och risken finns att det inte blir så rosaskimrande som man fantiserat om. 🌟

En ny Ferrari till alla i Finspång



Har du ett bostadslån? 111 miljarder kronor. Så mycket tjänade storbankerna förra året på bostadslånen. En ofattbart stor summa.

För 111 miljarder kronor skulle du kunna driva alla skolor och äldreboenden, ja faktiskt hela Norrköpings kommunala verksamhet i 18 år. Eller Försvarsmakten, polisen, domstolsväsendet – hela rättsväsendet – i nästan ett och halvt år. Vi skulle kunna köpa och ge varje medborgare i Motala och Finspång, mer än 50 000 personer, en ny Ferrari.

De fyra storbankerna är de välkända namnen SEB, Handelsbanken, Nordea och Swedbank. En del av pengarna de tjänade på bostadslånen gick till olika kostnader som de hade i samband med lånen, men en stor del gick direkt i aktieutdelning till ägarna. 35 miljarder kronor närmare bestämt. Det är lika mycket som Sveriges hela biståndsbudget till fattiga och svältande människor i år.

Skillnaden mellan bankernas kostnad för att låna ut pengarna till en kund och hur mycket de fick in från den kunden – räntemarginalen – var förra året högre än på över tio år. I slutet av år 2002 var marginalen cirka 1,2 procent för bankerna. Sedan sjönk den under flera år och i slutet av år 2007 var den nere i nästan 0,2 procent. Efter finanskrisen hösten 2008 har den ökat igen.

FINANSINSPEKTIONEN RÄKNAR ut något som de kallar bruttomarginal och nettomarginal på bolån. Bruttomarginalen är vad det kostar banken att låna pengar till ett nytt tremånaders bostadslån med rörlig ränta. Den var efter första kvartalet i år 1,28 procent. I nettomarginalen räknas också bankens övriga kostnader in, som personal, en likviditetsreserv, kostnad

för förväntande kreditförluster, och så vidare. Nettomarginalen var efter första kvartalet i år 0,62 procent.

Kostnaden för banken, sett i ränta, för att låna ut pengar till dig i form av ett bostadslån är alltså 2,14 procent. Ändå fick kunderna i genomsnitt betala 2,76 procent i ränta. Det ger banken en vinstmarginal på nästan 29 procent. Det är orimligt högt och där har vi en del i förklaringen till övervinsterna i storbankerna.

Om bankerna hade en vinstmarginal på 5 procent, en mer rimlig nivå, skulle kunderna betala 2,25 procent i ränta. Varje lån skulle kunna ha en ränta som är 0,5 procentenheter lägre och ändå skulle bankerna göra en fullt rimlig vinst.

Är det fel att bankerna tjänar pengar? Nej, att göra vinst är grunden i varje företag, utan vinst kommer det

inte finnas några företag kvar och därmed inga jobbtilfällen som ger skatteintäkter, så vi kan betala för skola och äldreomsorg. Men när företag gör övervinster så tyder det på dålig konkurrens. De fyra storbankerna är ett begrepp som till och med Finansinspektionen använder. Egentligen finns det många fler banker i Sverige, men konsumenterna går troget till någon av de fyra stora. Därför kan de ta ut dyra räntoroch tjäna dessa otroliga summor pengar.

VAD KAN DU som kund göra? Vad måste alla bankkunder göra? Börja förhandla om räntan. Om banken erbjuder dig en ränta kring 2,7 procent, så vet du att du kan sänka den med i alla fall 0,5 procentenheter, ner till 2,2-2,3 procent.

Till hjälp kan du ta Svenska Dagbladets Räntekartan. Där kan du se vad andra personer fick betala i ränta för sina lån. Tusentals personer har gått in och angett vilken ränta de betalar

på sina lån och du kan exempelvis se räntor för olika lånebelopp eller utifrån geografiskt område. Du kan också ange räntan på ditt lån för att hjälpa andra.

Där ser man hur mycket det varierar på lånen. Samma bank, samma summa, samma stad, med en månads tidsskillnad, varierar från 3,9 procent till 2,6 procent.

På webbsidorna Pricerunner och Prisjakt går det att ange vilket belopp du vill låna och sedan jämföra vilka räntor bankerna erbjuder. Där finns fler banker än de fyra storbankerna med.

SVENSKARNA BÖR OCKSÅ se över sitt sparande. Det har ökat på senare tid och totalt har vi 1253 miljarder kronor på banken. Men om kunderna placerade pengarna på konton med högre inläningsränta istället för att låta dem ligga på konton med låg ränta skulle de tjäna mycket pengar. En kund som låter hela lönen stå kvar på ett trans-

FAKTA

RÄNTENETTO – skillnaden mellan ränteintäkter och ränkekostnader. 2012 års räntenetto för de fyra storbankerna var 111 miljarder kronor.

JÄMFÖR RÄNTOR – www.pricerunner.com, www.prisjakt.nu

SVD RÄNTEKARTAN – <http://www.svd.se/naringsliv/sag-din-ranta/>

aktionskonto utan ränta, istället för att spara 1 000 kronor varje månad på ett inläningskonto med ränta, går under en tioårs period miste om cirka 4 400 kronor, enligt Finansinspektionen.

Det finns mycket pengar att både spara och tjäna på att vara en aktiv bankkund. ✪

Köp hem
den svenska
klassikern
prova vår ljusa
lager

Ölen
beställer du på
Systembolaget
10,70 kr/st+pant
Artnr 89448
5,2%

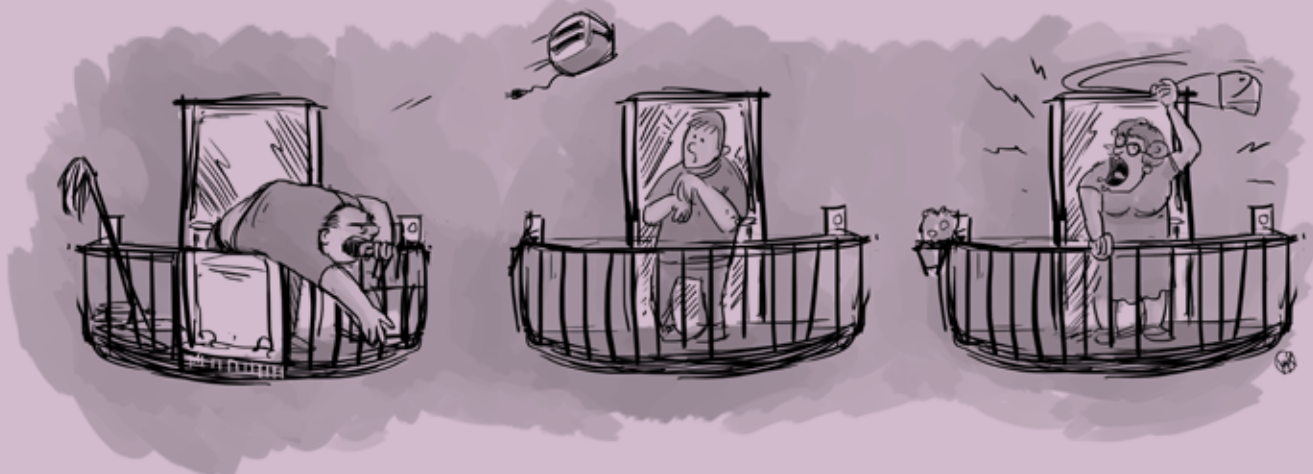


ÖLEN
- med namnet du
aldrig glömmer

— *N Stor Stark*
rätt upp och ner!

Hälften av alla som dör i drunkningsolyckor har alkohol i blodet

Grannar är av naturen onda



Goda grannar är inte enbart ett ohyggligt säl-
lan självupplevt fenomen i mitt personliga
och ack så digra flytt- och boenderegister.
Det är också en bortglömd, lite torr och
småträkelig, TV-serie från 80-talet. En TV-se-
rie som gav liv åt min till denna dag beständiga dröm om
normala grannar.

Minns ni den smätrevliga svenska teveserien *Goda grannar*, med paret Runåker i fokus, från slutet av det glada 80-talet? Iris drev det lokala caféet i husbyggnaden och Helge hängde i sin snickarboja bak på gården. Kryddat med lite hyresgäster och stammisar som utfyllnadsmaterial. Serien fyllde ut kostymen 'smätrevlig' likt ingenting annat.

Undrar just hur många i femtonårsåldern som, likt mig själv, bänkade sig mekaniskt vecka efter vecka för att bevittna de luggslitna och närapå lastgamla hyresgästerna på en undanskymd Stockholmsbakgata munhuggas, gulligulla och spela på hästar ihop. Förmodligen försvinnande få.

Handlingen minns jag inte mer än att Peter Dalle med bravur gestaltade en halvbufflig hyresvärd med Casanova-stänk, som ihärdigt och mestadels utan framgång försökte få damerna i bingen genom en initial sängfösare. Och Sten

- kufen i keps - som fördrev tiden med att betta på pällar. Och så stackars Meg Westerberg som hade halvt ihop det med Dalles hyresvärd, fastän gift – om än olyckligt – med den vissnade militären Claes, med sin hängiga rabatt nere på gården. Upphetsande så det förslår.

Hursomhelst, det var inte seriens handling som hoppade upp och bet mig i ändalykten, utan mer den gyllene känslan av att de flesta i hyreshuset hursomhelst till syvende och sist ändå var just goda grannar. Någonstans i botten kunde de efter en oral skottlossning förr eller senare återförenas i en vänskaplig skrattsalva.

Seriens handling distanserade sig givetvis så långt från verkligheten vi över huvud taget kan sikta. Av ren erfarenhet vet jag att de flesta grannar av naturen är onda. Fastän många av dem tinar upp av lite solsken (mig), faller de snart tillbaka in i sin naturliga istid med mörker, pina och illvilja som främsta drivkrafter i livet.

Jag har alltid drömt om att bo i ett område med goda grannar. Grannar man kan ha kul och umgås med. Grannar man kan kivas lite skojfriskt med. Grannar som hjälper och ställer upp för varandra. Grannar som känner – och känner FÖR - varandra. Aldrig har jag dock upplevt den positivt laddade grannsamverkan jag sedan barnsben gått och



FAKTARUTA

NAMN: Markus Qvist

ÅLDER: 36 år

FAMILJ: Fru Camilla, dotter Lova samt katterna Leia & Logan.

YRKE: Copywriter, webbkreatör, kulturdirektör & ordjoglör.

FRITIDINTRESSEN: Musik & Film.

BRA BOK: New York-trilogin av Paul Auster, en klassiker

BRA MUSIK JUST NU: Audrey Hornes "Youngblood"

funderat över om den över huvud taget existerar.

Nu flyttar jag. Igen. I en lång rad av rullande flyttlass i mitt historiska post-adressregister har det åter blivit dags att ambulera. Och hoppet står på nytt till att styra kosan till ett grannskap med grannar som hämtade direkt ur Truman show. Åtminstone när det kommer till trevlighetsaspekten.

Men kanske är det perfekta grannskapet en utopi. Måhända finns det enbart i mitt snedvridna hjärnmembran. Förmodligen är det så. Ändå har jag inte gett upp hoppet om att en dag älska mina grannar.

Hur onda de än må vara. ☹

TURON DESIGN
MKPG - SWEDEN

TAURUS BY TURON

www.tdstore.se

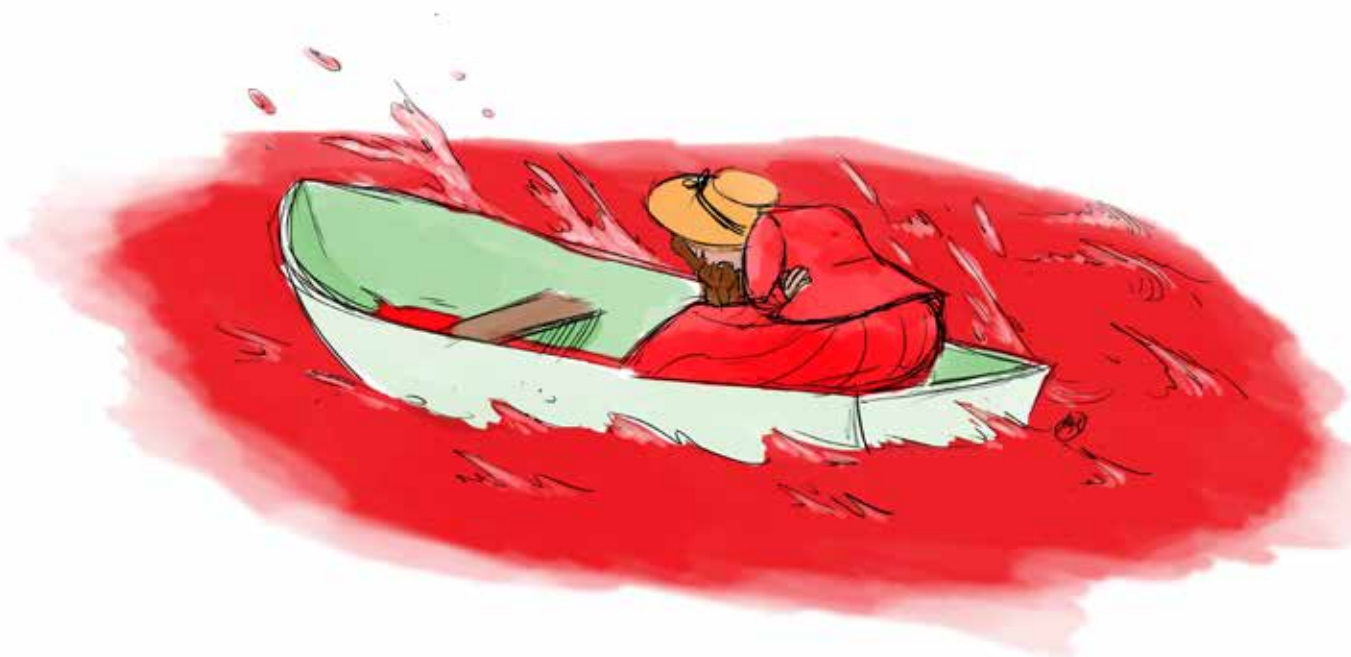
oneday[®]
photography

Stillbilder och filmproduktioner
för företag.

Fotograf Johan Ardefors
070-520 52 89
www.oneday.se

Stockholms

- Kvinnors blodbad -



Det finns många olika smeknamn till kvinnans jobbiga vecka – Tant röd, Lingonvecka, Period, Tjejevecka, mm. Men jag skulle vilja kalla det just det, kvinnans jobbiga vecka. Men det är väldigt sällan mensen håller i sju dagar, oftast är det bara fyra eller fem. Och det skulle jag vilja säga är väldigt skönt.

»Tant röd, Lingonvecka, Period, Tjejevecka«

Mensen är inget annat än irriterande och besvärlig. Man måste antingen använda en binda som tar upp plats i trosorna eller en OB som gärna sätter sig fel och är obekväma.

Värst av allt är nog dock humöret, man blir lätt irriterad, känner sig uttråkad och smutsig. Ena sekunden kan man sitta och känna sig avslappnad och nästa sekund är man på krigsstigen redo att smälla till nästa person som öppnar käftan.

Jag skulle vilja säga att män har det väldigt lyxigt, visst de behöver stå ut med vårt humör, men de slipper

det ständiga blodflödet och irritationen. Så ni män som tycker ni har det jobbigt när er fru, flickvän, sambo eller till och med syster eller mamma har mens så tycker jag ni ska tänka om. Tänk er hur

jobbigt det är för er och multiplicera den känslan med tio, då kanske ni får en aning om vad vi kvinnor går igenom.

Det finns flera tusen nackdelar med mens som jag inte ens tänker försöka räkna upp. Men finns det några fördelar med den? Ja några finns det nog. Om man inte vill bli gravid till exempel så är mensen en gåva skickad från ovan, om mannen i sitt liv är ”in the mood” när man själv inte är det kan man använda mensen som en ursäkt.

DET ÄR FAKTISKT väldigt få män som har sexuell kontakt med sin kvinnliga partner när hon blöder, det är ju självklart förstäligt. Men det är även jobbigt ibland. Under sin period blir man väldigt lätt... sugen, och då är det påfrestande när mannen säger nej, vad

man än gör och säger.

Nej nu har jag ljugit för er, humöret är inte det värsta. Det är faktiskt mensvärken som kommer några veckor innan, den du, den ska ni män vara glada över att ni slipper. Tro mig, ni har aldrig känt något så fruktansvärt. Vissa kvinnor får så ont att de inte kommer ur sängen på morgon.

DET SÄGS JU ATT kvinnor har högre smärtgräns än män, jag skulle faktiskt vilja säga att det finns en gnutta sanning i det. Jag tror inte en man skulle kunna hålla tårarna inne om han var tvungen att stå ut med mensvärk i flera timmar. Eller vad säger ni tjejer?

Jag minns när jag gick i grundskolan, som inte är så länge sedan, tre år. Då pojkarna slängde ut sig sin dumma kommentar när de såg en irriterad flicka. "Har du mens eller?", jag tyckte det var så frustrerande att höra, speciellt när man faktiskt hade mens.

Så ni män som gärna slänger ur er dumma kommentarer om kvinnans mens, tänk efter och se om det inte finns något bättre att prata om, något som kanske får henne på bättre humör. Och tjejer, vi har ingenting att be om ursäkt över. Är det vår vecka så är det, det är männen som får vakta sin tunga!



HÅRDA FAKTA

Menstruationens syfte är att slöta ut livmoderslemhinnan i de fall kvinnan inte är gravid. Menstruationsblodet som stöts ut består av vanligt blod och vävnader. Blodförlusten under processen är energikrävande och menstruationen innebär stora hormonförändringar, vilket kan ge premenstruellt syndrom i olika svårighetsgrad. I händelse av graviditet behåller kvinnan sin livmoderslemhinna och menstruationen uteblir. Menstruationen påbörjar den ungefär 28 dagar långa menstruationscykeln som fertila kvinnor har så länge som de inte är gravida. Blödningens mängd och tid varierar mycket från en cykel och en kvinna till en annan, men varar i ungefär 3-7 dagar en gång i månaden.

Mensvärken uppkommer vid menstruationen och består av en tryckande smärta i magens nedre delar samt emellanåt strålande smärtor mot korsryggen och ut i ljumskarna. Smärtan är hos de flesta överkomlig, medan vissa får så kraftiga smärtor att smärtstillande medel kan behövas. Värken kommer från muskelsammandragningar, varför rörelse kan dämpa smärtan.

Utöver mensvärken kan även förhöjd aptit, irritationer och känslsvängningar, trötthet, huvudvärk, ryggsmärtor och bröstsmärtor uppträda.

Gilla Hjalmar
en trådlös revy

Premiär 27 september
Nya Parkteatern i Örebro

Biljetterna går åt som smör!

Hjalmar är hetare än någonsin

Legenden från Viiiby är tillbaka. "Gilla Hjalmar – en trådlös revy" har premiär den 27 september på Nya Parkteatern i Örebro.

Datum och tider för hösten/vintern hittar du på ticnet.se. Men vänta inte för länge, biljetterna går åt i rasande fart!

PETER FLÄCK **MARIE KÜHLER** **PETER KJELLSTRÖM**

MONICA FORSBERG **JACOB CYDENSKOG** **ANNICA EDSTAM** **PER-MAGNUS "PM" ANDERSSON** **AMANDA FLÄCK** **STEPHAN BERG** **SARA SANDGREN**

Boka biljetter idag – på www.ticnet.se eller **019-33 60 60**

Webbskola för äldre medborgare

Får du krupp av att höra om Twitter och Instagram? Väger du Facebook, hatar du internet och skulle aldrig för ditt liv komma på tanken att dela med dig av ditt vardagsliv genom bloggaktivitet? Då lider du av webbfobi. Och du är långtifrån ensam. Här får du lite tips om hur du kommer över webbskräcken.

Ungdomarnas fingrar flyger över tangenterna och diverse inlägg haglar i otal antal sociala medier till höger och vänster, i vått och torrt. Har man vuxit upp i den digitala åldern faller det sig naturligt att webben är den primära kanalen för kommunikation. Men för äldre generationer är det inte en självklarhet på samma nivå.

Sociala medier, digital kommunikation och att värda sitt varumärke på webben är att självklarheter för ungtuppar. För en annan kan enkom begreppet 'sociala medier' ge stora självan när det kommer till att uppdatera sin status och sprida information om sitt privata liv genom digitala konton på det internationella nätet.

Här får du, som gammal stubbe, några knep för att skaka loss rötterna och få liv i årsringarna i den digitala åldern.

1. BÖRJA BLOGGA

Folk är mätta på blondinbloggar och bitterbuttra flöden signerade frånskilda menlösa. Dags för pensionärsbloggen att göra entré! Eller åtminstone medelålderspublicisten. Det är här erfarenheten finns, det är du som i själva verket

har något att dela med dig av.

Och lugn, du behöver inte punga ut en endaste krona för att sätta fart. På (webbadressen) wordpress.com upprättar du en gratisblogg på två röda sekunder. Döp den till något finurligt, såsom pensionärsbloggen, och börja blogga.

2. SKAFFA EN HEMSIDA

Skulle det inte vara fasligt kittlande att ge ut sin egen tidskrift med anekdoter, fakta, kuriosa och foton kring ett ämne valt helt valt på egen hand. En tidskrift där du väljer innehåll och utformning. Kruxet är att det är dyrt att trycka och distribuera en egen tidskrift. På webben betalar du enbart för domännamnet, och that't it!

Givetvis finns här gratissidor att hämta. På (webbadressen) wordpress.org får du hjälp att upprätta din egen hemsida, återigen på två röda sekunder. Det svåra är att välja rätt domännamn. Men i det här fallet ter det sig tämligen naturligt: www.pensionarsbloggen.se.

3. SKAFFA ETT PAR SOCIALA KONTON

Associerar du fortfarande sociala medier till ett forum för att tillkännage att kaffet är kokat, maten uppäten och att regnet porlar? Visst, det finns de som fortfarande inte har bättre fantasi än att dela med sig av vardagens mest perifiska trivialiteter. Men du kan ha betydligt roligare med, och framför allt, större nytta av sociala medier än så.

Du behöver inte tänka på vad som ska publiceras i sociala medier över huvud taget. Vad sägs om att istället använda dina nyöppnade konton för att sprida innehållet på din nyfödda blogg eller hemsida? Och ingenting mer. Det här blir bara bättre och bättre, inte sant?

4. VÄLJ INNEHÅLL MED FINESS

Vad ska du då fylla din hemsida eller blogg med? Eller om du enbart väljer att starta verksamhet på Twitter eller Facebook? Vänd på frågeställningen – har du något att berätta? Inte? Låt då bli att publicera något. Allra minst att kaffet är serverat, även om det är fasligt gott eller ens om det serveras med dopp.

De flesta av oss har ändå något att berätta, så till vida 35-årsblecket är

TUDOR DESIGN
NKPG · SWEDEN

www.tdstore.se

passerat. Om inte annat kan du beskriva din erfarna syn på den naiva ungdomen. I själva verket räcker det med ett uns substans för att överskugga meningslösheten i befintligt tonårsfönniga utbud.

5. SLUTA VÄGRA FACEBOOK

Sluta upp med dumheterna. Du vet förmodligen redan med dig att Facebook inte är så mördande farligt för en vuxen individ som du i tal och handling försöker göra gällande. Du avgör givetvis själv på vilken nivå du vill lägga din aktivitet på detta sociala media.

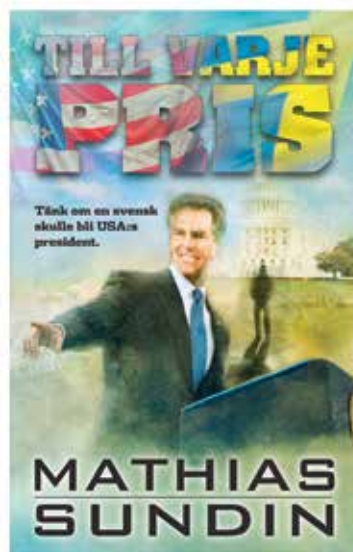
Den gyllene konfidentiella regeln är lika enkel som talande: Det du delar sprids. Det du inte delar förblir höljt i dunkel. Med andra ord kommer dina benrangel förbli döda i garderoben så länge ingen öppnar dörren irl (eng. in real life = i verkliga livet).

Så skapa nu ditt konto, bli kompis med alla dina kompisar och börja socialisera allena framför datorn.

Sådär ja. Följ nu bara dessa enkla råd och utvecklas till en fullfjädrad webbtupp inom timmar.

Lycka till! ✪

Politik är krig utan blod, sägs det!
Politisk thriller med ett slut
du aldrig kan ana...



Kan beställas på:
Adlibris 125 kr, Bokus 106 kr inkl frakt,
eller som ebok på iBooks, Adlibris, Dito och Bokon 29 kr

Mer om författaren på www.amerikanskpolitik.se

Multipla utropstecken från avgrunden och andra skiljeteckensyndrom

Det tycks av någon outgrundlig anledning vara oerhört komplicerat för det äldre gardet på det digitala slagfältet att avsluta en mening, fråga eller ett påstående med endast ett – och uteslutande ett – skiljetecken. För inte kan det väl vara så att de känner precis den frustration, det kontrollbehov eller den avgrundsdjupa förundran som kommer till uttryck i text?

Här presenteras de vanligast förekommande fenomenen bland äldre webbmedborgare, när det kommer till överdrivet konsumerande av skiljetecken i skrift. Dessutom lite råd till dig som vill ha hjälp med att komma ur ett djupt rotat skiljeteckenberoende.

SYNDROM: MULTIPLA UTROPSTECKEN - !!!!!

Ett oerhört vanligt förekommande fenomen när den äldre skolan webbmedborgare yttrar sig via tangenter är att avsluta meningar, oavsett karaktär, med ett onaturligt antal utropstecken som suffix. Något som kan reta upp den yngre skaran så till den milda grad att livslånga kontroverser uppstår baserade på rena missuppfattningar. Det här är betydligt allvarigare än äldre generationer närmelsevis kan – eller vill – förstå.

Direkt överfört till vanligt tal skulle ett

uttryck som *Oj, vad det regnar!!!!* kopplas samman med en adrenalinstinn, manisk punkare utan volymkontroll med uppenbara problem att läsa av sociala koder. Mottagaren ser framför sig en skrikande människa. Anledningen till den höjda rösten är okänd då beröringsämnet sällan kräver den volym som mängden utropstecken målar upp. Ett uttryck i text såsom *Idag blir det köttbullar och lingon!!!!!!* ter sig ”in real life” mer som en provokation än en upplysning. En naturlig respons och känsla blir mer *Vad fan säger du?* än *Åh, vad gott.*

Hjälp, jag känner att jag lider av fenomenet multipla utropstecken – vad göra?

Sikta in dig på punkt och komma. Det räcker långt. Skrika kan du göra när ni träffas rent fysiskt.

SYNDROM: DEN FRUSTERANDE PENSIONÄREN – !?

Inte sällan ställer man sig frågande till verkligheten och det som utspelar sig i densamma. Och inte sällan blir generationer av ädlare dignitet alldeles från vetet när ledningarna inte kopplar korrekt bakom pannbenet. Ätminstone ter det sig med distinkt tydlighet så i skrift.

Teckenkombinationen *!?!* beskriver en oerhörd frustration, på gränsen till total anarki. Man kan riktigt se svetten laka pannan. Formuleringar som *När kommer du hem!?!* och *När börjar kala-*

set!?! tycks spegla livsavgörande frågor som, om de inte besvaras omgående, kan få drastiska konsekvenser i fortlöpanget av mänsklighetens vara eller icke vara. Ett svar krävs (och förväntas) ögonblickligen. Om detta svar inte levereras kommer åtgärder att vidtas. Omgående.

Kombon kan tyckas obetydlig, men är kanske rentav den av samtliga pensionärstecknen som bringar mest skada i motståndarlägret. Håri finns grogrund för schism som genom ingen annan digital uttrycksform. Ett *!?!* för mycket kan få den frommaste tonåring att revoltera likt den mest fanatiska rebelledare.

Hjälp, jag känner att jag lider av fenomenet den frustrerade pensionären – vad göra?

Skriv inget alls. Fundera en stund över möjliga svarsalternativ på din livsavgörande fråga, innan du ringer upp den personen med svaret i hand.

SYNDROM: TOTAL FRÅNVARO AV SKILJETECKEN

Ett skiljeteckensyndrom som måhända inte retar upp som det tröttar ut. Att läsa en längre text utan inblandning av ett endaste skiljetecken kan söva den bäste. Här förekommer heller inget skifte mellan versaler och kapitäl, vilket än mer försvårar tolkningen för mottagaren. Och därmed när det tänkta meddelandet aldrig sin adressat.



Åtminstone inte i vaket tillstånd.
Ett typexempel:
"hej hur är det när kommer du farbror moppe är död men han var gammal kan du köpa med mjölk hälsa din rara flickvän hunden bajsar normalt igen puss mamma"

Sanningen är att en viss form av skiljetecken ändå brukar förekomma i dessa meddelanden. I form av glada gubbar, så kallade smilisar. Åtminstone tolkar avsändaren dem som skiljetecken. I själva verket bidrar de enbart till förvirringen vid dechifreringen av meddelandet. Särskilt som det sväm-mar över av dem.

Samma meddelande med smilisar:
"hej hur är det när kommer du farbror moppe är död :(:(men han var gammal kan du köpa med mjölk hälsa din rara flickvän hunden bajsar normalt igen :) :) puss mamma"

Hjälp, jag känner att jag lider av fenomenet total frånvaro av skiljetecken - vad göra?
Börja med att sätta punkt och komma lite varstans, vart som helst. Bara du skiljer av någonstans. Det gäller att i första hand stoppa flödet, innan vi reparerar skadan.

SYNDROM: MARDRÖMSKOM-BON "INGEN HEJD":

Inte sällan förekommer samtliga skiljeteckensyndrom i ett och samma meddelande. En mardröm för mottagaren, och en sorglig syn för språkvetare.
Ett typexempel:
"vad roligt att se er här på internet ni är så söta vilka fina bilder !!!!!!!!! jag försökte gilla pappa hälsar :) :) ska vi komma i helgen?????? försökte hitta Kerstin men hon finns inte!?! ps :(:(farbror moppe är död !!!!!!"

Hjälp, jag känner att jag lider av fenomenet mardrömskombon - vad göra?
Skriv brev för hand och skicka med posten. Du är analogt lagd och lär så förbli. Hoppet är förlorat, inse fakta och logga ut. ✪

Tshirt: 149 :- Hood: 249 :-
www.tdstore.se

smiles

Poddradio

- lokal underhållning för tusentals lyssnare/följare



ÖREBROPODDEN Tobbe, Kicki och Oskar i full färd med att spela in Örebropodden.

För några tusental är Örebropodden och dess veckovisa podd-sändningar ett välkänt underhållningstillfälle. Vår utsände är med på inspelningen av vecka 35:s avsnitt. Platsen för inspelningen är en svulstig vardagsrumssoffa hemma i Tobbe Holms lägenhet.

DET FÖRSTA INTRYCKET jag får inför den stundande inspelningen är att det är väldigt rörigt och lite stimmigt. De tre huvudpersonerna småpratar, fixar lite med två bärbara datorer som står på soffbordet framför dem. Det diskuteras hur kopplingarna skall vara, främst hur mikrofonen skall kopplas in och hur ljudet skall ställas in. Just inställningarna för ljudupptagningen och mikrofonen verkar

vara lite svårare än övriga förberedelser. Orsaken till podd-makarnas tekniska osäkerhet kanske är helt naturlig med tanke på att de alla tre har andra sysselsättningar i vardagen, och bara använder utrustningen en gång per vecka. Teknikförberedelserna löser sig dock så snart de startat den lilla instruktionsfilmen de själva spelat in om hur ljudet/mikrofonen skall ställas in.

När inspelningen startar visar det sig att detta är allt annat än oförberett och spontant pladder, podd-makarna är väl förberedda inför avsnittets innehåll samtidigt som de förhåller sig naturligt och spontant till de frågeställningar och ämnen som pratats igenom. De ger under inspelningen ett proffsig intryck.

»Man undrar lite när Norrköpingspodden kan tänkas komma...«

Hela inspelningen är mycket underhållande. Trots att mycket av det som dryftas kanske relaterar till saker och händelser som vänder sig till en yngre målgrupp än jag själv (50 år), så fastnar jag för det som behandlas. Det är riktigt roligt att lyssna på historier om händelser, skeenden, och tyckanden med stark lokal prägel. Det är igenkännande, det ger en känsla av närhet och det är

rakt igenom ärligt och öppet.

Helt enkelt ett underhållande ”radioprogram” som även berikar och ger information om vad som skett och skall ske i Örebro med omnejd. Om du aldrig lyssnat på Örebro-podden – gör det! Man undrar lite när Norrköpingspodden kan tänkas komma...👉

OSKAR GUSTAFSSON,
Initiativtagare till Örebropodden,
till vardags marknadsansvarig på
IT-företag

KICKI NILSSON
Medverkande, till vardags fotograf/
delägare på Icon Photography

TOBBE HOLM
Medverkande, till vardags journalist i
egna verksamheten Rekat & Klart.se

Bakgrund poddradio

Poddsändning eller poddradio (engelska: podcast eller pod-casting) är en metod att publicera (och för lyssnaren att prenumerera på) ljudfiler eller film via internet. Ordet »podcasting« är en sammanslagning av »pod« (ordagrant »kapsel« men syftande på media-spelaren Ipod) och engelskans »bro(ad)cast« (sändning). Ännu finns ingen helt adekvat svensk term för företeelsen; »poddsändning« är ett av de förslag som lagts fram, men »poddradio«, som bland annat används av Sveriges Radio, används i mycket högre grad. Ordet »podd-tv« har fått visst genomslag för podd-sändning av videomaterial.

Fördelar med poddsändningar

Den stora fördelen med poddsändningar jämfört med andra

ljudmedier är det man kallar för time shifting på engelska, vilket i princip innebär att man kan lyssna var och när man vill. Man är alltså inte längre beroende av att lyssna vid ett visst klockslag för att ta del av ett program. Inte heller är man beroende av att vara på en viss plats (till exempel vid en radio), utan kan med hjälp av till exempel en bärbar mp3-spelare ta med sig ljudet överallt.

Ur ett producentperspektiv är en av de stora fördelarna att det i stort sett är gratis att producera poddsändningar. Det som krävs är en dator med internetuppkoppling, ett inspelningsprogram och en mikrofon. Även serverhost-lösningar är idag väldigt kostnadseffektiva och bandbredd är inte längre ett problem. Vilken nivå man därefter väljer att lägga sig på är helt beroende på

vilken ambitionsnivå man har (och vilken ekonomi). Olikt andra medier, skapar sig poddaren på kort tid en nära relation med sin publik. Detta är en relation som inte existerar i andra mediasammanhang, och något som både är mycket roligt och väldigt viktigt för en poddarens utveckling. Tack vare denna relation kan poddaren ofta få material till kommande program och uppslag till nya segment. Vissa poddsändningar är helt avhängiga relationen poddare/publik. I ett längre perspektiv kan även denna relation ligga till grund för att dra till sig sponsorer och annonsörer om poddaren väljer att gå den vägen.

Källa: wikipedia

Stormen Gudrun yr igen



GUDRUN SCHYMAN Fi:s nya partiledare, igen.

Den 2 september 1996 berättade Gudrun Schyman inför hela svenska folket i TV att hon hade alkoholproblem. Då visste hon inte själv att hon var alkoholist. Eller att hennes egna barn genomlevt samma helvete som hon själv växt upp med. I år fyller hon 65 år, 25 av dessa har hon spenderat i politiken. Det firar hon med att åter ge sig in i hetluften som talesperson för Feministiskt initiativ.

GUDRUN BÖRJADE ARBETA redan som femtonåring, efter nio år i skolan. Både hon och brodern behövde dra sitt strå till stacken för att hjälpa till med försörjningen. Fadern hade utvecklat en grav alkoholism, mamman jobbade och familjen hade det svårt att få hushållet att gå ihop. Så småningom läste hon in gymnasiebetyget och började studera till socionom, parallellt med jobbet.

– Det kom sig mycket av att min bakgrund. Att jag hade sett vad det betydde att få fram sociala skyddsnet, vad det

betydde för min mamma att få hjälp med räkningarna. Men jag hade också fått en idé om att man kunde göra allt det där med större värdighet. Jag hade något slags Florence Nightingale-syndrom, berättar Gudrun.

I slutet av 60-talet arbetade hon och studerade till socialarbetare parallellt. Detta under en tid präglad av politisk debatt. Mycket i samhället ifrågasattes och sattes under lupp. På Socialhögskolan började Gudrun allteftersom ta del av debatter och med sin bräckliga bakgrund och erfarenhet se



i riksdagen 1988, totalt arton år inom den kommunala socialtjänsten. Ett arbete med dels biståndsbedömningar som huvudgöromål men som också kom att fokusera på familjfrågor, med barn som far illa, vårdnadstvister och incestfall.

Partiet är inte kyrkan

Gudrun kom in på den politiska arenan med ett liv av erfarenheter. Det fanns inga nostalgiska skäl till valet av parti och hon hade ingen bakgrund i något ungdomsförbund. Hon såg helt enkelt partipolitiken som ett verktyg för att kunna förändra. Gudrun slängde sig in i hetluften utan någon som helst politisk grundkurs, med ett nytt synsätt.

– Min syn på politiken är inte att partiet är kyrkan och att man svär partiet evig trohet, funkar det inte så lämnar jag. Jag tycker det är svårt med den här professionaliseringen av politiken. Man börjar i unga år med politik inom ett parti, varpå man håller man sig till partiet hela livet. Jag tror inte det är nyttigt. Risken med att ha politiker som inte provar på annat än att vara just politiker är att politik blir en profession, och då blir det svårt med demokratin. Engagemanget byts ut mot pengar som drivkraft, säger Gudrun.

Behöver mer hjärta i politiken

Hon har alltid varit öppen och privat i media. När det gällt såväl politik som när hela svenska folket bjöds in till den personliga genomklappningen i direktsänd morgon-TV, den där septembermorgonen för sju ton år sedan. Politikern Gudrun och människan Gudrun är och har alltid varit en och samma person. Och hon är noga med att det ska vara så. Att spela olika roller skulle innebära att energin förbrukas på fel håll. Glappet mellan talarstolen och köksborden är provocerande, skrev hon själv för femton år sedan. Och inte mycket har förändrats.

– Något som förändrats är att fler politiker syns i matlagings- och un-

derhållningsprogram. Men det är ju inte fler politiker i lekprogram vi behöver, vi behöver ha mer hjärta i politiken. Det finns ett avstånd mellan folk och folkvalda idag, och alltför många känner sig mindre representerade av de traditionella politiska partierna. Visar man engagemang och att man har engagemanget som drivkraft så blir man förstörd. Samhället idag håller på att gå itu, och många människor går itu med det, menar Gudrun.

FAKTA



NAMN Gudrun Schyman

ÅLDER 65 år

ÅR I POLITIKEN 25 år

FAMILJ Sambon Jacques Öhlund, vuxna barnen Dan och Anna

BOR Simrishamn

TROR PÅ Kärleken

ARBETE Talesperson för Fi, jobbar professionellt som utbildare och föreläsare inom jämställdhetsområdet, ledarskap och retorik.

sig själv i ett större sammanhang. Hon insåg att hon inte enbart var ett offer, och såg möjligheten att kunna använda sig utav sina erfarenheter i ett samhälls-politiskt arbete. En process som gjorde henne till 'medborgare'.

– **JAG INSÅG ATT** mina erfarenheter rentav var en tillgång. Detta vidgade mina vyer och jag såg mig själv i samhället i ett större sammanhang. Då fick jag också en väldig lust att delta. Successivt började jag mer och mer se på mig själv som en politisk varelse, säger Gudrun.

Arbetet som socialarbetare pågick parallellt ända fram tills hon blev invald

Den reservationslösa kärleken

Mer hjärta i politiken, och mer kärlek i samhället. För Gudrun innebär kärleken livet. Utan kärleken dör vi. Kärleken har tagit sig många olika uttryck i hennes liv. Den absolut främsta upplevde hon genom föräldraskapet; den reservationslösa kärleken, med fokus på att ge utan att få någonting i gengäld.

– Kärleken till ett nyfött barn handlar bara om att ge, en reservationslös kärlek som är otrolig att uppleva. Samma kärlek kan givetvis även finnas i andra typer av relationer. Jag lever med en man idag där jag har den typen av relation, med en reservationslös och fri kärlek.

**GUDRUN SCHYMAN** Pratar om kärleken, politik och att behöva be om hjälp.

Men den här kärleken finns också i det stora hela, på en samhälls nivå, detta att vara en social varelse och kunna ge kärlek utan att förvänta sig någonting tillbaka i gengäld, säger Gudrun.

Men det blir mindre och mindre kärlek i samhället, menar hon. Istället råder superindividualismen, och den skördar offer. Ändå tror hon på människan, och på mötet människor emellan. Att det finns en kraft i kärleken i mötet mellan individer. Men någon Gud vill hon inte blanda in i resonemanget.

» - Det är väl ingen som kan hjälpa mig, det är ingen som vet hur jag har det, och jag är ju så smart.«

- Jag har inget behov av att blanda in någon mer - som Gud - i mötet mellan två människor. Det finns mycket i våra liv och våra relationer som inte går att förklara. Men andlighet handlar mer om det lugnande i en lång skogs promenad, det är som att gå in ett andligt rum för mig. Det är en andlig upplevelse och en absolut avkoppling för mig, förklarar Gudrun.

Med intuition kommer man långt
Magkänslan är viktig för Gudrun. Hon menar att vi är för lite uppmärksamma på vår intuition, hur vi känner och reagerar intuitivt inför val i tillvaron.

Intuitionen är en väldigt avgörande del i vårt beslutsfattande och när vi orienterar oss fram i livet. Gudrun menar att vi ska använda oss mer av och förstärka vår magkänsla.

- Intuitionen är en undervärderad förmåga och tillgång. Den är inte rationell, det kan inte effektiviseras och kan inte mätas på något sätt. Alla sådana där saker är ju undanskuffade när vi lever i ett samhälle som ska vara så ordnat, rationellt, mätbart och effektivt som möjligt, menar Gudrun.

Blottad själ inför hela svenska folket

I början av september 1996 kontaktades Gudrun av två journalister som satt på komprometterande bildmaterial som skulle påvisa Gudrun i ett berusat tillstånd, vid ett flertal olämpliga tillfällen. Gudrun visste att, även om en del av materialet säkerligen var rent påhitt, så låg däri även en viss sanning. Efter en lång natts överläggning med nära vänner beslutade hon sig för att förekomma media och att i direktsänd morgon-TV berätta för hela svenska folket att hon led av alkoholproblem.

- Det var ett första steg mot att erkänna att det över huvud taget fanns ett problem. Det gjorde mig mottaglig för att tänka i termer av att jag borde börja göra någonting åt det och söka hjälp, berättar Gudrun.

Efter en närmare två veckor lång paus från politiken återvände hon. Hon fick ett återfall, skrev in sig på behandlingshem och insåg för första gången att hon var sjuk, att hon led av alkoholism. Samma sjukdom som tog livet av hennes far. Hon kom till insikt om att hon nu själv hade planterat samma tankar i sina barn som hennes far i henne.

- Jag var dock fortfarande övertygad om att jag inte kunde få någon hjälp. Det är väl ingen som kan hjälpa mig, det är ingen som vet hur jag har det, och jag är ju så smart. Dessutom med den bakgrunden och utbildad socialarbetare, vem ska kunna det här bättre än jag? Jag resonerade som så många andra i den situationen. Man går igenom olika faser innan man slutligen kapitulerar och erkänner att 'jag klarar inte det här'. Och jag hade många steg kvar då, berättar Gudrun.

Alkoholism en folksjukdom

Idag föreläser Gudrun om alkoholproblem i samhället, med sina egna erfarenheter som grund.

Hennes egna alkoholproblem känner

Collage Foto - din skolfotoleverantör



Fotoföretaget med stort hjärta och engagemang!

- Valfrihet** - Se alla bilder på ditt barn direkt på webben.
- Enkelhet** - Beställ enkelt och snabbt via vår webbshop.
- Flexibilitet** - Blanda syskon, bilder och storlekar på samma bildark.
- Miljövänligt** - Enbart valda bilder trycks upp och skickas hem.



COLLAGE
F O T O

Adolfsbergsvägen 14 B, 702 27 Örebro

Telefon: 019-611 10 30, E-post: info@collagefoto.se

www.collagefoto.se

BYT TAKPANNOR

Vi tror att du vill behålla och helst öka värdet på din fastighet.



Melander Bygg har nöjet att erbjuda dig och dina grannar byte av takpannor med vårt uppskattade helhetskoncept. Vi tar hand om allt från vårt kostnadsfria hembesök till offert och färdigt tak. Vi ger dig även riktigt bra rabatt på takprodukterna genom våra samarbetspartners Beijer och Benders. Endast det bästa är gott nog.

22%
rabatt på
takpannor



BOKA ETT KOSTNADSFRI TT HEMBESÖK
0200-12 50 35 eller melanderbygg.se

melander

BYGG AB



GUDRUN SCHYMAN Närstudie av inredningen.

många till efter hennes öppenhjärtiga hållning gentemot media. Istället föreläser hon på ett samhälleligt plan om vikten av en större debatt om alkoholpolitiken, av den enkla anledningen att vi går mot ett alkoholiserat samhälle.

– Man pratar inte om det, man skriver inte om det. Frånvaro från jobbet, sjukskrivningar, psykvård, sjukvård, allt alkoholrelaterat som man inte nämner. Det finns undersökningar på både lokal och regional och internationell nivå som visar att om inkomsten på alkohol för staten är en krona, är utgiften 10 kronor. Pengar som går till konsekvenserna av en för hög alkoholkonsumtion, säger Gudrun.

I dagens samhälle är det nästan lika provocerande att vara nykterist som att vara alkoholist. Människor måste argumentera för varför de inte dricker sprit, men behöver inte argumentera för varför man dricker, menar Gudrun. Något som gör det än mer komplicerat,

både för individen men också för de anhöriga.

– Alkoholism är en folksjukdom som man borde prata mycket mer om. För att lätta på skulden och skammen som ligger på den enskilda individen borde man lyfta frågan och se vilket problem sjukdomen är för samhället, och framför allt vad den kostar oss. Och varför ska vi ha så mycket sprit hela tiden, jämnt och ständigt dygnet runt? I boten handlar det ju faktiskt om att våga vara människa. Att leva utan de där skyddsnetten, eller det där rastret som man lägger för verkligheten, menar Gudrun.

Det är svårt att komma åt sjukdomen, även för anhöriga, då alkoholisten själv inte inser att denne är sjuk. Gudruns far fick aldrig någon räddning, han kom aldrig dit, vågade inte ta steget. Hon fick istället se honom tyna bort.

– Han vågade väl heller aldrig erkän-

na för sig själv att han hade problem. Ändå hade han också flera syskon som dog för tidigt i alkoholrelaterade sjukdomar. Min pappa blev bara 55 år, det är ju ingenting, säger Gudrun.

Tillbaka i ramplyuset

I april återvände hon som talesperson för Feministiskt initiativ. Den främsta anledningen är att klyftorna mellan könen ökar. Mest skrämmande är dock den ökande rasismen och antifeminismen. Enligt Gudrun ämnen i ett vacuum, som ingen pratar om.

– Det är verkligen skarpt läge i dagens samhällsklimat och jag känner att det är dags att lägga på ett extra kol. Nu ska jag köra järnet fram till valet. Och jag har stor arbetskapacitet, så det kommer bli mycket jobb, avslutar Gudrun. ✪

RHODOS, Historia och härligt hav



LINDOS Den vita byn.

Rhodos har under en lång tid varit ett populärt resmål för oss svenskar och övriga skandinaver. Idag är Rhodos kanske inte lika framträdande bland den enorma mängd resmål som finns tillgängliga.

TAXICHAUFFÖREN SOM KÖR oss mellan flygplatsen och vårt hotell berättar, på mycket bra engelska, att det var annorlunda på 80- och 90-talet. Han har kört taxi på Rhodos (med utgångspunkt i Rhodos stad) i mer än 30 år. Då var turister från Skandinavien, England,

Västtyskland och Frankrike de mest dominerande. Idag är det mer fragmenterat och människor från det tidiga Östeuropa har ökat markant.

Den totala turismen har dock minskat under 2000-talet, dels på grund av att människor idag har möjlighet att åka

längre, samt att det finns ett större utbud av resmål. Sannolikt har den ekonomiska krisen i Grekland påverkat oss de senare åren, berättar taxichauffören vidare.

Nu är vi dock på Rhodos, för första gången i våra liv. Den omedelbara känslan som dyker upp när vi landat och kommit ut från flygplatsen är – att det här blir en härlig vecka. Den blå himlen, den sköna värmen, den behag-



liga brisen och det vackra, men ganska karga landskapet, är nog det som skapar denna känsla.

VI HAR VALT att inte åka med den ordinarie busstransfern till hotellet, istället tar vi en taxi från flygplatsen. Det var ett bra beslut som sparade oss en hel del pengar, det bidrog till en bra start på semesterveckan.

Vårt hotell ligger i Ixia, en by någon mil söder om Rhodos stad, på öns nordvästra sida. Det vi inte visste innan, men snabbt fick uppleva, är att det hela tiden

blåser mer eller mindre starka vindar i området. Den första blicken ut över havet ger extra tyngd åt den känslan, vyn över havet är fylld av vindsur-fingsegel och kitingskärmar.

Efter en första rundvandring och en lunch i den behagliga poolbaren konstaterar vi att detta blir en perfekt vecka för avkoppling, sol, bad, god mat och små rundturer för att utforska Rhodos lite mer.

HUVUDELEN AV VÅR semestervecka tillbringas i poolområdet eller på stranden. Vårt hotell ligger vid havet och vi har även förmånen att ha lägenhet med väldigt stor balkong och utsikt över havet. Balkongen blir den perfekta

» Den omedelbara känslan som dyker upp när vi landat och kommit ut från flygplatsen är – att det här blir en härlig vecka «

platsen för alla våra frukostar och några av våra luncher. Det finns gott om butiker för att handla mat till självhushåll, det känns för oss som en bra mix till alla restaurangmiddagar.

Restaurang- och butiksutbudet är stort i Ixia, och allt finns inom behagligt promenadavstånd. Möjligtvis är matutbudet lite enahanda, det känns som att alla erbjuder exakt samma mat, dessutom visad genom de klassiska fotografierna på varje maträtt.

Stämningen i Ixia är mycket behaglig, lugn, städad och trevligt. Känslan är att huvuddelen av turisterna utgörs av barnfamiljer. Personalen i butiker, på hotell och restauranger är glada och avspända. En extra eloge till alla butiks-säljare som absolut inte är sådär jobbigt påträngande som man kan uppleva på flera andra resmål. Att gå runt i butiker eller bland marknadsstånd är nästan som att göra detsamma i Sverige, fast varorna höll lägre priser.

Det finns mycket att se på Rhodos, ➡



Fakta Rhodos:

STÖRSTA STAD: Rhodos (80 000)
ANTAL INVÅNARE: 117 000 (2001)
RELIGION: Grekisk-Ortodox, Katoliker
TIDSKILLNAD: Samma tid som i Sverige
SPRÅK: Grekiska
VALUTA: Euro
PRISER: Ligger lite under Sverige på det mesta.
KLIMAT: Varmt. Sommarvärme redan i april. Svalka i november.

Bäst med resan:

- Sol, värme, bad och den allmänna atmosfären i vårt område.
- Bilturen till Östkusten med sol och bad i Lindos bay och Anthony Quinn bay.
- Att promenera runt i Rhodos gamla stad.
- Enkelhet och snabbhet för transport mellan flygplatsen och vårt resmål.

Sämst med resan:

- Frustrerande: Det ständiga markerandet med handdukar på solsängarna runt poolen, tidigare och tidigare för varje dag. Utan markering före kl 07.30 fick man ingen plats. Det var dock ingen som låg på sängarna före kl 09.00.
- Än mer frustrerande: Att det efter fyra dagar utan någon som helst indikation från hotellpersonalen, helt plötsligt skedde borttagning av alla handdukar eller andra markörer kl 08.00, vilket skapade total irritation och missnöjsamhet mellan hotellgästerna. Tydligt fanns det en regel om att ingen fick tinga solsängar utan att direkt lägga sig där, före kl 09.00. Inga gäster hade dock fått den informationen. Ett ilandsproblem – men ändå så irriterande och konfliktskapande.

SPÄNNANDE RESMÅL: RHODOS

TEXT & FOTO MATS TURESSON



RHODOS STAD Middag med utsikt.

särskilt om man är intresserad av natur och historia. Vi hade redan innan resan bestämt oss för två saker, dels att göra ett besök i Rhodos stad och dels att åka en rundtur på ön. Besöket i Rhodos stad bjöd på fascinerande byggnadshistoria, precis som vi förväntat oss. Till min besvikelse var dock avsaknaden av kolossen på Rhodos. Här kom väl okunnigheten till ytan men uppfattningen om att den stora statyn av krigargestalten som gränslar hamninloppet visade sig vara helt fel. Kolossen finns inte, dessutom om den nu verkligen har funnits, så stod den inte i det som idag är Rhodos stad. Kanske lite pinsamt att man inte kände till detta, som ganska välutbildad och upplyst 50-åring, jag måste dock bjuda på det. Förhoppningsvis blir det ingen jättesnackis.

Jag måste dock understryka, att den gamla Rhodos stad är mycket sevärt och intressant, även utan koloss.

RUNDTUREN RUNT ÖN gjorde vi i en hyrd cabriolet. Personalen på hyrbilsfirman var mycket bra på att ge förslag och tips på vart man skulle åka

beroende på våra egna önskemål. Vårt val föll på östkusten med ett första mål i den vita staden på bergets sluttning – Lindos. Landskapet runt och själva byn var helt magnifik att beskåda när vi närmade oss. Runt Lindos är havet och havsvikarna verkligen inbjudande. Det var enkelt att köra ner med bilen ända till Lindos bay, där vi hade bestämt att stanna. Från stranden har man en perfekt vy över byn Lindos, berget och det stora klostret på toppen. Stranden och vattnet nedanför Lindos var helt underbart. Till skillnad från öns nordvästra sida var det här nästan vindstilla och vägfrött. Att man även kunde äta gott på strandrestaurangen och både se den vita staden och den bedärande havsutsikten satte verkligen pricken över i.

EFTER EN NÅGRA SKÖNA timmars avkoppling fortsatte vi sedan turen norrut längs Rhodos östkust. Vägen slingrade sig genom vacker natur med bergslandskap och återkommande vackra vyer över stränder, vikar och hav. Nästa stopp blev vid Anthony Quinn bay, en vik döpt efter den grekiske skådespelaren

som bland annat är känd från filmen Kanonerna på Navarone. Anthony Quinn bay var en härlig upplevelse av klippor, häftig strandremsa och kristallklart vatten. Om vi bott på ett hotell i närheten av den viken hade vi troligen legat där hela tiden för sol och bad.

Vår rundtur avslutades med en färd längs strandvägen runt Rhodos stad, bara för att få uppleva lite av atmosfären en gång till. Bilen återlämnades på kvällen, precis i lagom tid för oss som återigen kunde ta en promenad till en av restaurangerna i Ixia. 🌟

Res dit igen?

– Ja, absolut, men då till öns östkust där vinden är mindre och havet lugnare. Jag vindsurfar nämligen inte.

När vattnet går...





...så vill vi hjälpa dig att vara förberedd!

Ibland går vattnet sin egen väg. Det kanske går igenom ett rör lite sakta. Eller droppandes ur en packning. Vi hjälper gärna till om det skulle hända dig, men vi hjälper dig även i förväg så att du sparar tid och pengar på framtida oförutsedda överraskningar.

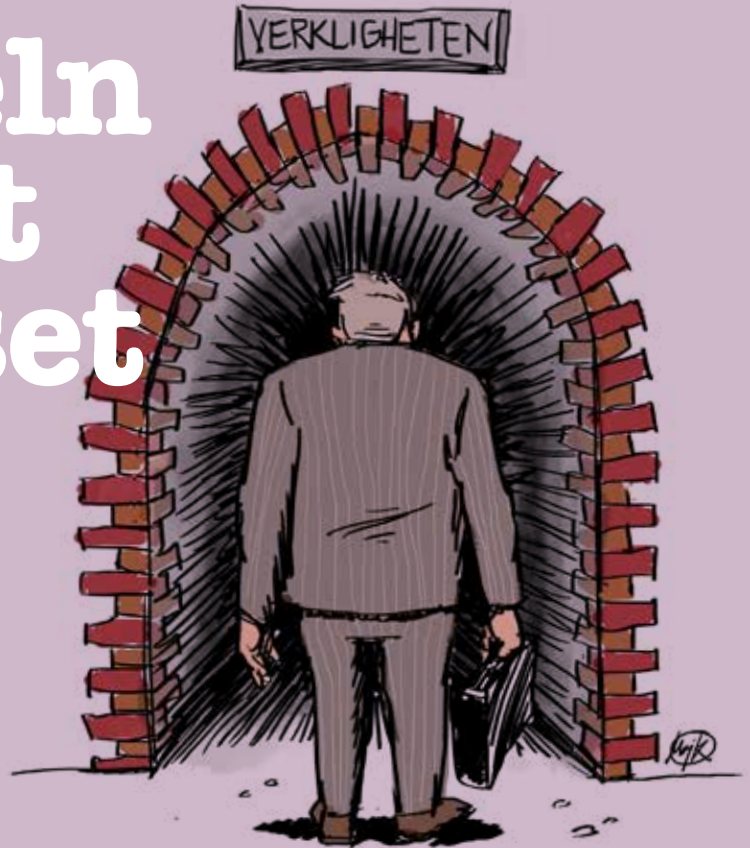
Vad händer i ditt hus? Är det dags att se över badrum, golvvärme, radiatorer mm?

Haga VVS utför service, löpande underhåll och nybyggnation. Det gäller små som stora uppdrag samt ansvar för totalentreprenad.

Spara detta kort så hjälper vi dig när det blir dags. Eller boka in ett hembesök med oss på 011-190980. Läs mer om hur vi jobbar på: hagavvsentreprenad.se

Vi ser fram emot att höra av dig!

Tunneln i slutet av ljuset



Semestern är över. Den chimär av is som uppenbarades i arbetslivets öken i början av sommaren börjar nu smälta bort och vi ser åter tunneln i slutet av ljuset.

Den ter sig så oöverskådligt mäktig under fredagen samma dag jobbet lämnas därhän och lättjans tid tar vid. Semestern. Njutningen är fullständig den ljuva eftermiddag vi lämnar arbetsbördornas portar bakom oss och vandrar ut i friheten.

Det är väl då den känns som starkast, den där fredagen. Det är då friheten är som mest svalkande och uppfriskande, den där fredagen precis innan semestern. När vi har allt det gottiga framför oss. Ingenting är förbrukat, förpackningen är obruten. Inget är nallat på, allt är orört. All denna oförstörda tid. Alla dessa oplöjda veckor semester.

Och vips, är de förbi.

Så ett år av arbete framöver. Samma gamla slit som förra året, och året innan dess. Samma gamla slavarkneg. Samma gamla chef från Hades. Samma gamla kollegor från Stockholm. Är det värt det? Är det värt pressen, stressen, svettningarna, andnöden, hjärtklappningen, blackouterna, outrage-utbrotten? Är det verkligen värt det om 10, 20, 30 år när du står med gubbmössan i näven och dramaten i hasorna?

Är det värt det när du ligger med näsan i vädret?

Nej, det är inte värt det. Men kan du lyckas bryta dig loss? Fan vet. Antalet arbetslösa är stort i det här landet. Men borde du försöka bryta dig loss? Utan tvekan! Dra ut riktlinjer, börja spåna, skissa, planera, drömma – dröm galet – och sätt upp mål. Små mål och stora mål.

Fundera över hur planerna ska sättas i verket, och börja därpå agera. Vill du bli astronaut - bygg en raket. Vill du bli skådis - bli släkt med Stellan Skarsgård. Vill du bli Ernst Kirchsteiger – lycka till.

Ställ dig frågan – ung som gammal – vad vill jag göra? Och ställ dig frågan – ung som gammal - varför gör jag inte det? Gör det i den mörkaste av tunnlar. Ljuset uppenbarar sig i takt med att ritbordet för ditt nya liv dammas av. Och gör det nu - fasen, vem vet, tänk om vi bara lever en gång (Gud förbjud)!?!

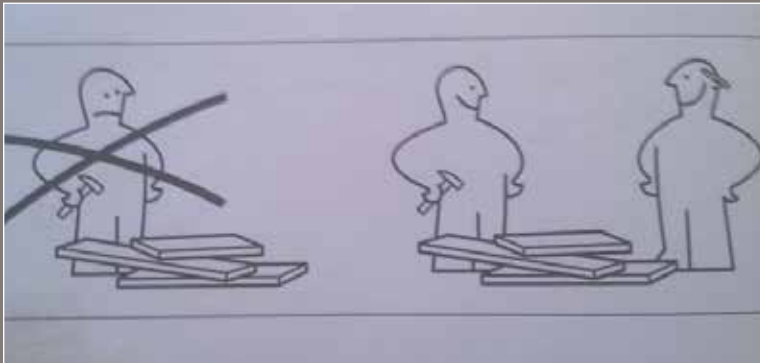
Fast...så går ännu ett år. Semester! Aah, den där fredagen, samma dag som semestern tar vid. Underbar frihet, oöverskådlig mängd ledighet, så mycket oförstörd tid. Äntligen.

Och vips, ser vi tunneln i slutet av ljuset igen.

Ridå. ✪

HUMOR, SVERIGE, SE

Heta nyheter från en helgalen front - Sverige skildrat som ett enda stort skämt



Kort stubin bort på Ikea

Världen idag. Ikea tillåter inte längre att sura, bittra och individer med kort stubin monterar varor på egen hand i hemmet. Nu är kravet att man bör vara minst två. Och inte nog med att man ska vara fler, man ska vara glad också.

Tidigare har det inte varit några problem för lättirriterade och bittra typer att bege sig hem från shoppinggrunda på Ikea för att sätta samman nyinköpta varor. Nu är det dock stopp för svordomar, flygande verktyg och självförvållade kroppsskador. Totalförbud har utfärdats mot att som grinolle på egen hand sätta samman möbelartiklar från varuhuset.

Innan monteringen nu kan ta fart måste du först ringa en muntergök. För din monteringspartner behöver tvunget vara glad. Annars får det vara. En bonus är även att han har en penna bakom örat, eller en frisyr som minner om detsamma.



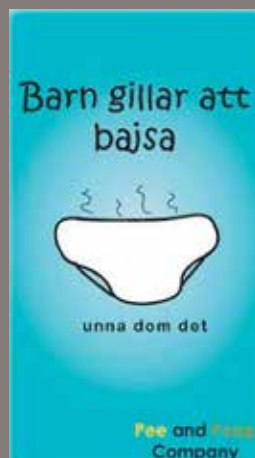
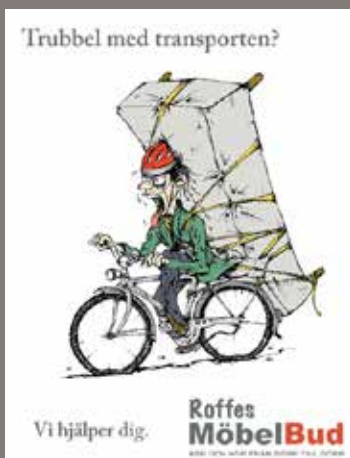
Rejåla rökare på känd svensk djurpark

EN AV Sveriges mest berömda djurparker har lanserat en rökkampanj på det egna området. Övertydlig skyltponering ska få besökarna att blossa ohämmat. 🚭

Trött på svensk politik?



Ute efter missnöjesparti inför valet?
Välj Katastrofpartiet
- bli garanterat missnöjd!



EXTRA – EXTRA – EXTRA – EXTRA – EXTRA

10 tecken på att du är slut som konsult

Det är inte lätt att vara konsult. Sötebrödsdagarna är över för överklassentreprenören. Numer är det jaga timmar som gäller. Checka av listan och ta reda på om det är dags att skaffa vanligt kneg.

1. Din huvudsakliga uppdragsgivare plockar in gratisarbetande praktikanter för att göra ditt jobb.
2. Konsultkollegorna fnysar åt din timpeng.
3. Kunderna frågar dig om någon som kan göra jobbet.
4. Kunderna gör hellre jobbet själva.
5. Kunderna gör jobbet bättre.
6. Kunderna ringer fel till dig.
7. Kunderna minns dig inte vid leverans.
8. Kunderna startar konkurrerande företag tillsammans.
9. Du anlitar ett konkurrerande företag för konsulttjänster.
10. Du söker jobb som gratisarbetande praktikant hos din huvudsakliga uppdragsgivare. ☆

**KATASTROFPARTIET – PARTIET MED KRUT
I MASKINERIET OCH SKIT I KÄFTEN
(VANLIGAST ÄR JU ANNARS TVÄRTOM).**

L E S T E R L E D A R E N

Äntligen tillbaka

Så har vi åter kommit igång med jobbet efter den alltid så långrandiga semestern. Återigen umgås vi på reguljär basis med vår gamle vän stressen. Och hans bror pressen. Och hans fyrmänning ångesten. Och hans pysseljäväl vägen.

Svetten lackar, hjärnan briserar och hjärtat går på reservtank. Chefen hackar dig i huvet likt en

gam, kollegorna bränner dig på bål och familjen skriker i kör. Men så, när allt tycks kapitalt becksvalt, dyker allas vårt hopp upp..

..SÄSONGSSTART FÖR FRÅGA
DOKTORN!!

Grattis alla människor.

Lester Hjerdt, Humorsveriges
informationschef

Fotnot: Fråga doktorn sänds i SVT1 på måndagar kl 18.15.

facebook

Gilla oss på
facebook
Nya uppdateringar varje
vecka.

5 TILL 1

	5 poäng	4 poäng	3 poäng	2 poäng	1 poäng
SPORT – En svensk idrottsstjärna	Född 1984 i Kristianstad, men bor numera i Stockholm. Ågnade sig tidigare åt fälttävlan.	Har tagit både OS- och VM-medaljer i en extremt tuff idrottsgren	Tränar både löpning, simning och cykling	Missade OS-guldet i London med bara en hårsman efter en spurtstrid.	Tävlar i triathlon. Blev både Jerringpristagare och fick Svd:s bragdguld 2012
LITTERATUR – En författare	Arbetade i sin ungdom på Apotek där hon lärde sig det mesta om gifter	Använde sig av pseudonymen Mary Westmacott när hon skrev romaner	”Den hemlighetsfulle motståndaren”, ”Mannen i brunt” och ”De fyra stora” är några titlar på hennes verk.	Henne pjas ”Rättfällan” har världsrekord i att ha spelats längst. Den sattes upp i London 1952.	Hennes karaktärer är främst Miss Marple och Hercule Poirot.
UNDERHÅLLNING – Svensk tv-serie	Sändes åren 1987-1989 i 48 avsnitt. I några av rollerna fanns Gaby Stenberg och Jan-Olof Strandberg.	Paret överste Claes och hans hustru Charlotte Rylander var två av karaktärerna	Peter Dalle spelade en något lömsk och skrupelfri hyresvärd	Husets invånare träffades oftast antingen i tobaksaffären eller i Iris café.	Handlingen kretsade kring grannarna i ett hyreshus i Stockholm
MUSIK – En artist	Upptäcktes av danske Ib Glindemanns orkester som turnerade i Värmland	Vinner den svenska melodifestivalen med ”En gång i Stockholm”. Kommer på trettonde plats i den internationella tävlingen	På sjuttioalet medverkade hon i ”Söderkåkar” och filmerna ”Utvandrarna” och ”Nybyggarna”	”Sakta vi går genom stan” är en av hennes stora succéer	Omkom i en brand 2006. Nu åter aktuell i en film om hennes liv, där hon spelas av Edda Magnason.
GEOGRAFI – En ö	Där ligger den lilla staden Taormina på en bergssluttning	På 700-talet grundades Syrakusa, helgonet Lucias hemstad	Här finns en av världens mäktigaste vulkaner, Etna.	Den största staden på ön är Palermo	Ön är mycket beryktad för att vara ursprunget för första italienska maffiaorganisationen
HISTORIA – En regent	Dotter till storhertig Fredrik I av Baden och Louise av Preussen.	Lät bygga kungafamiljens sommarresidens Solliden.	Som gift blev hon först kronprinsessa och hertigina av Värmland och senare drottning av Sverige.	Gift med Gustaf V och mamma till blivande Gustav XI Adolf	Hade smeknamnet Vicky
NUTIDSHISTORIA – Ett årtal	I maj detta år sluts vapenvila i Tjejenien	Göran Kropp blir den förste svensken att bestiga Mount Everest och den första att göra det utan syrgas.	Ingvar Carlsson avgår som svensk statsminister och efterträds av Göran Persson	Storbritannien beslutar att nödslakta fyra miljoner kor efter upptäckten av galna ko-sjukan	Vinter-OS avgörs i Nagano i USA
VÄXTRIKET – En blomma	Har små och runda blad som sitter motsatta. Blommor i juni-juli, i fjälltrakterna i augusti.	Carl von Linnés favoritblomma som ingick i hans adelsvapen.	Växer ofta i mossig granskog och vanligen ser man revorna på liggande stammar eller stubbar	Smålands landskapsblomma	Ganska vanligt kvinnonamn med namnsdag 13 maj

KRYSSET

Pålo

Inte piggs>

	1	6	15	12	19	9	16	16	9
	13	19	1	20		8	14	1	1
	8		10	8	8		8	3	7
	6	12	8	9	2		8	13	21
	12		10				9	1	9
Stadsdel i Göteborg>	11	4	12	15	6	5	1	9	15
	14	21	15	4	7	9		21	9
	12	6			3	11	9		1
	D ⁵	R ¹	Ä ¹⁰	N ¹²	G ¹⁵		11	3	6

Skicka krysslet med din lösning till
 Turon Media
 Turon AB
 Box 42
 601 02 Norrköping

Glöm inte att skriva namn, adress och telefonnummer och deltag i utlottningen av fina vinster.

KÄNN DITT NORRKÖPING



Var är detta?
 Maila ditt svar till:
 info@turon.se

Glöm inte att skriva namn, adress och telefonnummer.
 Bland de rätta svaren drar vi en vinnare.

norrköping
 4YOU

SKÖRDEFEST!



ÄPPELKAKA Mumsigt värre.

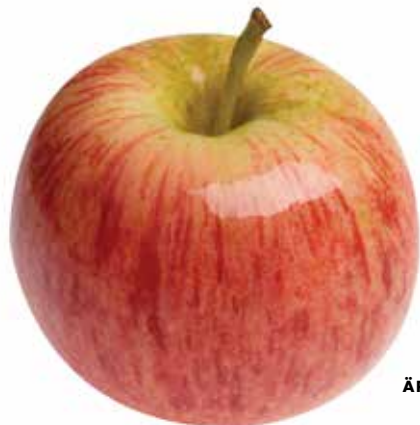
BAGARENS ÄPPELKAKA

2-3 syrliga äpplen
socker och kanel
3 ägg
2 dl socker
knappt 3 dl mjöl
1 tsk bakpulver
1 tsk vaniljsocker
50 g smält smör
1 dl mjölk

Gör så här:

Skala, kärna ur och skär äppelna i tunna klyftor
Vänd äppelna i socker och kanelblandning

Smöra och bröa en springform
Vispa ägg och socker poröst
Blanda mjöl, bakpulver och vaniljsocker och vispa ner i äggsmeten (för hand eller med lägsta effekt på elvispen)
Blanda i smör och mjölk
Häll 1/3 av smeten i formen, lägg ett lager av äppelklyftor
Häll på resten av smeten och lägg ett lager med äpplen ovanpå
Grädda i nederdelen av ugnen på 175 grader i ca 30 minuter



ÄPPEL Gott.



ÄPPELKOMPOTT Mumma på gröten.

ÄNTLIGEN ÄR HÖSTEN här med skördetiden. Svampplockning och frukter färdiga att ätas direkt eller tillagas. Ingen tid på året är natruens skafferi så välfyllt. I detta nummer bjuder vi på två äppelrecept. Låt det smaka!

ÄPPELKOMPOTT

5 Äpplen
½ dl vatten
2 dl socker
2 bitar stjärnanis
1 kanelstång
½ vaniljstång
½ krm malda nejlikor alt. Ca 5 hela kryddnejlikor

Gör så här:

Skala kärna ur och tärna äppelna
Häll alla ingredienser i en kastrull
Låt koka upp och sedan sjuda under omrörning ca 5-10 minuter.
Kompotten är klar när den bör-

jar tjockna och få konsistens som äppelmos
Fiska upp kryddorna och häll upp kompotten i väl rengjord glasburk, så håller den sig i några veckor i kylskåp.

Passar lika bra som efterrätt till vaniljglass som den gör som tillbehör till skinkstek eller annat fläskkött. Vill man göra kompotten ännu mer anpassad till kött så kan man utsluta vaniljstången och istället ha i kryddpepparkorn och lagerblad.

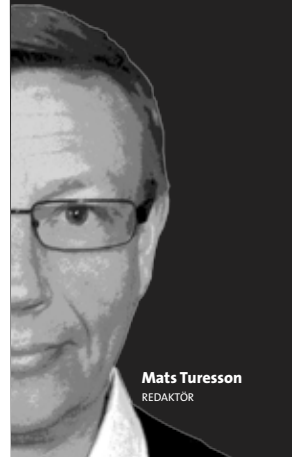
Vi börjar om för att vi älskar det

Du håller i din hand det första numret av nygamla norrkoping4you. Några av er kommer ihåg oss från 2008, nu är vi tillbaka.

EFTER NÅGRA ÅR MED verksamhet på andra orter, gör vi nu en omstart i Norrköping. Vi är taggade och tror stenhårt på det vi gör. Finns det marknad för en till "gratistidning" i Norrköping? Det finns sannolikt olika uppfattningar om det, vi känner absolut att det finns massor med plats för norrkoping4you. De allra flesta människor gillar att och mår bra av att

läsa, det tar vi till oss. Det känns mycket bra att ge ut tidning i sin hemstad igen. Samtidigt är det spännande att vänta på responsen. En tidning är ju ingen riktig tidning om det inte finns människor som vill läsa den. Just känslan av att få arbeta med något som andra förhoppningsvis vill ta del av och kommer att gilla, är själva drivkraften för oss.. 🌟

Vad vill du läsa om?
Hör av dig om du har några intressanta tips.
epost:
info@turon.se



Mats Turesson
REDAKTÖR

VÅGA BÖRJA PRATA
- om barn till missbrukare

Vi söker nu nya (gärna äldre) säljkonsulter

Ditt jobb kommer att vara att med telefonens hjälp se till att vår organisation får fler medlemmar. Du bearbetar endast företag dagtid 8:00-16:30.

Tidigare erfarenhet av försäljning är inte ett krav. Vi erbjuder:

- en fantastisk arbetsmiljö med eget kontor.
- möjlighet att påverka din lön.
- grundlön 17 800kr/månaden plus provision.
- möjlighet att påverka din arbetstid.
- fantastiska kollegor.

mejla till jobb@vagaborjaprata.se