

Snabel- Posten



Nummer 3 2006

Pris 10 kronor

Stort sommarnummer

**Massor av
Sommartips
Folktrons väsen
Million Dollar Quartet
Tranan
Schäfern**



Hej igen!

Ett späckat sommarnummer med extra sidor.

Det är vad vi bjuder på.

Fullt av sommartips och annan läsning.

Ha en bra sommar!

Innehåll

- **Detta kan du göra i sommar sidan 3**
- **Folktrons naturväsen sidan 4**
- **The Million Dollar Quartet..... sidan 7**
- **Jonas granskar årets festivaler..... sidan 8**
- **Tranan..... sidan 12**
- **Fler sommartips sidan 13**
- **Schäferhunden sidan 14**
- **Fler tips från Jonas sidan 16**

<http://medlem.spray.se/snabelauppsala>

**Alla som arbetar inom Daglig Verksamhet är
välkomna att lämna bidrag till tidningen.**

Redaktion:	Snabel-a Samaritergränd 3 A 753 19 Uppsala 727 40 03 snabel-a@uppsala.se
Ansvarig utgivare:	Mari Hålén Åmynningens DV



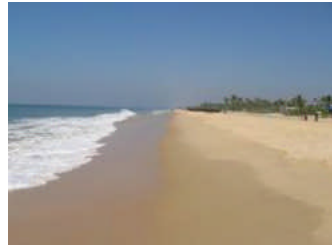


Detta kan du göra i sommar

Av Jonas Bennemark



- Träffa dina kompisar och gå och sitt och ta en glass vid kiosken vid vattnet och njut av solen och sommaren



- Spela Golf gå ut och slå 18 hål och njut av sommar solen

- Gå ut och Bada på Fyrishovs äventyrsbad och ta ett dopp i den underbara sommarsolen



- Gå ut och utmana dina kompisar på minigolf på Fyrishov eller Studenternas



- Gå ut och spela Kubb med dina kompisar på gräsmattan

- Gå ut och grilla med polarna



- Åk till Sommarstugan eller Landet

- Åk ut och res på semester till Spanien, Grekland, Italien eller vad du nu ska åka till

- Gå ut och spela fotboll med polarna
- Sitt ute i solen och lyssna på din MP3-spelare

- Sitt ute och läs en bra bok

- Gå ut och shoppa lite på stan

- Spela Kort eller Familjespel med Polarna



- Spela brännboll med polarna

- Spela fotboll med polarna

- Gå ut och träna

Folktrons naturväsen

av Mattias Persson

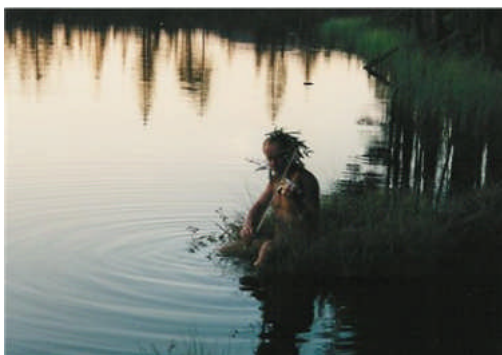
I det gamla bondesamhället berättades det många sagor, skrönor och historier under de mörka kvällarna.

Dessa historier handlade ofta om olika väsen som man trodde fanns i naturen. Vilka väsen som fanns, varierade beroende på varifrån i landet historierna kom.

Ett vanligt väsen i skogsbygder var skogsrået, som liknade en vacker kvinna om man såg henne framifrån, men hon hade bark på ryggen, eller så var ryggen urgröpt. Ibland hade hon en svans.

Det sades att skogsrået lurade män, som gjorde kol eller högg ner träd i skogen, så att de gick vilse.

Hennes vilja var ofta att få ha sex med männen. Men ibland kunde hon också hjälpa till, bland annat genom att ge jaktlycka. Hon kallas i Norrland för huldra.



Näcken, som oftast förknippas med bäckar eller små sjöar, är ibland nästan motsatsen till skogsrået. Han försöker lura unga kvinnor eller barn till sig, och dränker dem i sin sjö. Mycket ofta betraktas dock Näcken som en mästerspelman, som man kunde få lära sig att spela fiol av,

om man gav honom en gåva, till exempel en svart katt.

I Skåne talas det om Bäckhästen, som där ersätter Näcken i historierna nästan helt.



Trollen är i folktron inte de dumma, klumpiga varelser, som man ser i senare tiders sagoböcker (det har författaren och konstnären John Bauer hittat på), utan de liknade oss människor till stora delar, de odlar säd, har kor, firar bröllop och så vidare. Det som oftast skiljer dem från människorna är att de har

en svans, som de ofta försöker gömma, eftersom den ju avslöjar dem.

En speciell sak med troll är att de inte tål solens strålar, därför antas att trollen mest är vakna på natten. Om ett troll träffas av en solstråle, förvandlas det till sten.



Älvorna var inte heller så som vi numera tänker oss dem, dansande i sommar-nattens dimstråk (vilket kommer från senroman-tiken), utan de liknade mera mygg eller andra små bitande insekter. De ansågs kunna göra människor sjuka.

På Gotland berättas det om "Di Sma undar Jordi" (de små under jorden), små ofta gråklädda figurer, som bor i hålor under träd eller stenar.

I Norrland talas det om vittror, som ofta påminner om Di Sma undar Jordi, men de har också drag av troll och skogsrå.

Rumpnissarna i Astrid Lindgrens bok "Ronja Rövardotter" är en sorts vittror, medan vildvitrorna mer påminner om harpyor, som är ett slags folktroväsen från Grekland.

I kusttrakter berättas det om sjörået, som påminner om skogsrået, men som oftast har en mer varnande roll. Hon kan varna de sjömän, som möter henne, för kommande stormar, så att de hinner hem, om de tror på hennes ord.

Ofta handlar historierna om två olika båtar, som båda möter sjörået, men bara på den ena båten tror sjömännen på henne. Denna båt hinner hem och klarar sig, medan den andra båten sjunker i stormen.



Också om jättar finns det många historier. De var stora, ibland som hela berg. Det speciella med dem, är att de nästan alltid ansågs vara utdöda, det vill säga att det inte fanns några levande kvar.

THE MILLON DOLLAR QUARTET

inledningsord : dom här lirarna jag nu tänkte skriva om har ju en lång historia bakom sej, ja så lång att jag inte kan nämna den här utan den kommer senare var så säker.

Rockhistoriens grundare Elvis Presley bildade med Jerry Lee Lewis ,Jonny Cash Carl Perkins The Millon Dollar Quartet och om dom kan man ju använda termen rock´ n rollfolk.

Jag har äran att äga ett exemplar av detta genomhärliga rock´ n rollgäng. Med sin musik sprider dom en otörstig och outsläcklig rytm, som man omöjligen kan vara stilla till, rocken´ roll forever.

Rockmusikens störste sångare kan man med all rätt kalla honom för, denne herr rock´ n roll. Som jag nämnde här ovanför har de eller snarare äger de en rytm som är smittande minst sagt. För man kan då onekligen och omöjligen



stå still särskilt länge, då man hör dom rytmerna. Om man har som jag drabbats av

rytmernas klang och välgång är det inget annat än att vara lätt på foten, för hur mycket man än försöker kan man ej få ut



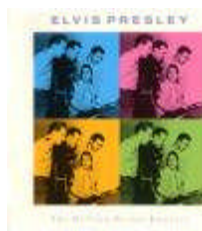
rytmiken (rytmerna) ur kroppen. Du har då fått rytmik

musikaliskt en lindrig sjukdom, men man lider av rytmernas övertag så länge man lever. Jag beundrar verkligen deras

spelsätt, deras förmåga att komma överens om hur dom skulle bära



se åt för att det skulle fungera. Asså dom lirade för att de lirade/spelade för att de tyckte



det var kul, och tyvärr gör inte alla det. Jag ska inte säga att det är många rockartister som

inte spelar för att de tycker det låter bra och är kul (lirar på skoj med sina vänner). Men

självkärlt spelade dom för att få i hop pengar till brödfödan visst är det så.

Men jag tror ioförsej att det är ungefär lika många av det ena och det

andra slaget, alltså att det är i stort sett lika många som spelar för att de tycker det är kul och kanske framförallt tycker det är



fascinerande och intressant.



Brödfödan är ju en viktig sak, men att det låter bra är en ren och

skär nödvändighet.

Av Magnus Hedman

Jonas Granskar årets festivaler och sommar

6 Juni Sveriges Nationaldag på Golfängarna i Synbyberg **Tid:** 12:00-21:00

Artister: Amy Diamond, Sebastian, Lars Vegas Trio, Torgny Meléns med flera

Inträde: Gratis

Bra: +++

6 Juni Nationaldagsfesten Stockholm Stadion

Tid: 16:30



Artister: Eva Dahlgren, Håkan Hellström, Peter Jöback, Andreas Johnson, Robert Wells, Louise Hoffsten, Petter och Veronica Maggio

Inträde: Uthämtning av biljetter 20:-

Mycket bra: ++++

9 Juni Studentfirande





10 juni
 Rolling
 Stones
 Nya
 Ullevi
 Göteborg

Insläpp: 17:30
Biljettpris: 540:-1140:- Återgång
 på Biljetter: Slutsålt
Mycket bra +++++

8-11 juni

Uppsala
 Gatufest
Inträde:



Kvällsentré
 Fre, Lö 100:-

Artister: Linda Bengtzing,
 Barbados, The Refreshments
 med mera

Undvik: +

8 Juni Rix FM Festival

Inträde: Gratis
Undvik: +



14-17 juni Västerås Vattendrag

Inträde: Gratis
Mycket bra
 +++++



15-17 Juni



Hultsfredsfestivalen
Biljettpris: 1360:- Återgång på
 Biljetter: Biljetter finns
Mästerlig: +++++

10/6/16-6/20 Juli VM Festen 06 i
 Stockholm Globen

Biljettpris: 75:- Återgång på
 biljetter: Biljetter finns
Bra: +++



16 Juni

Fett me'
 kärlek
 Fyrishov



Biljettpris: - 40:-

Artister: The Haunted, Ayesha,
 Trendcase m.fl Banden spelar Ban-
 den spelar 17:30-00:30

Tid: 16:00-01:00

Bra: +++

29 Juni-2 Juli Roskilde Danmark

Biljettpris: - 1650:-

Artister: Bob

Dylan, Guns
'n Roses,

Franz Ferdi-
nand, Morris-

sey, The

Strokes, Tool, med mera

Återgång på Biljetter: Biljetter
finns

Mästerlig: +++++



1-2 Juli Robbie Williams Ullevi
Göteborg

Förband: The Ordinary Boys,

Basement Jaxx

Biljettpris: 650-395:- Återgång på
biljetter: Slutsålt

Tid: 19:00

Mästerlig: +++++



7-8 Juli Peace & Love Borlänge

Biljettpris: En dagars biljett
Fredag & Lördag 465:- Två

dagars 750:- Återgång på

Biljetter: Biljetter finns

Mycket bra: +++++

20 juli Tomas Ledin, Jill &

Andreas Skansen, Stockholm

Biljettpris: 350:- Återgång på

Biljetter: Biljetter finns

Mycket bra: +++++



3 Augusti Ulf Lundell Stockholm,
Skansen

Biljettpris: 325:- Återgång på

Biljetter: Biljetter finns

Mycket bra: +++++



4 Augusti Christer
Sjögren The Heart
break Tour Fyrishov

Gästartister: Nanne Grönvall,
Björn Kjellman, Tommy Nilsson

& Charlotte Perrelli Special

Guest: Jimmy Jansson

Biljettpris: 275-470

Återgång på Biljetter: Biljetter
finns

Dålig: +

10-12 Augusti Uppsala Reggae Festival

Biljettpris: 650:-

Insläpp: 12:00



Artister: Israel Vibration, Don Carlos, Groundation, Culture, Seed, Desmond Dekker & The Aces, Burro Banton, Svenska Akademien, Iraton Steppas, Livelihood med flera. Återgång på
Biljetter: Biljetter finns
Bra: +++

12 Augusti Lars Winnerbäck & Hovet Zinkensdamms IP, Stockholm

Biljettpris: 315:- Återgång på

Biljetter: Biljetter finns

Mycket bra: ++++



Vad ska man säga om Uppsalas festivaler egentligen? Det verkar som Uppsala verkligen inte har tid att ha några bra artister i år. Om jag nämner några som Uppsala Gatu Fest med Rix FM Festival och Fett 'me kärlek låter som en dålig kombination. I år så är det fotbolls VM på TV och samtidigt så pågår det Festivaler runt om i världen och jag tvekar inte en sekund. Förra året i Uppsala så var det ju Lars Winnerbäck och Uggla klart det bästa och Fyrisfestivalen med Rix FM Festivalen klart det sämsta. Men jag stannar inte i Uppsala och ser på sådan festival. Usshnäää jag åker först till Göteborg och ser på Rolling Stones sen till Hultsfredsfestivalen och sen till Enköping och spelar fotbolls turnering och sen på Enköping och Hamnfestivalen och sen till Borlänge och Peace & Love och sen till Göteborg och Robbie Williams. Hur jag fick biljetter till Rolling Stones och Robbie Williams var ju inte så speciellt svårt. Det var ju många som ville köpa dom biljetterna och nu ska man verkligen njuta av ännu en festivalsommar.

FÅGEL T EXTERNA



TRANA



TRANA

UTBREDNING : TRANAN HÄCKAR PÅ MOSSAR OCH ANDRA MYRMARKER I BARRSKOG ÖVER I PRINCIP HELA LANDET SAKNAS PÅ ÖLAND BLEKLINGE OCH BOHUSLÄN GANSKA SÄLLSYNT UPP TILL DALÄLVEN NORR DÄROM I TÄTARE FREDVENS OCH LOKALT GANSKA ALLMÄNT .

LÄTEN : TRANANS STARKA TRUMPETANDE ELLER ROP KRUI - KRÄ HÖRS MYCKET LÅNGT OFTA ROPAR PARET I DUETT UNDER LÅNGT TID .

FRÅN FLYTTANDE TRANOR HÖRS TRUMPETANDET I OLIKA SKORRANDE VARIANTER I PRINCIP HELA TIDEN VANLIGTVIS DOCK MER LÅGMÅLT .

HÄCKNING : DET PLATTFORMSLIKANDE BOET BYGGS VANLIGTVIS PÅ EN TORR FLÄCK MITT UTE I VÅTMARKEN .

FLYTTNING : SKER I SLUTETAV AUGUSTI ELLER ISEPTEMBER TILLFRÄMST NORDAFRIKA .

TRANAN ÅTERKOMMER HUVUD SAKLIGEN UNDER APRIL OCH I VÄNTAN PÅ SNÖ-SMÄLTNINGEN I NORR BRUKAR STORA SKARVOR RASTA PÅ VISSA PLATSER I VÅRA SLÄTTBYGDER .

FÖDAN : ÄR MYCKET OMVÄXLANDE OCH BESTÅR BLAND ANNAT AV VÄXTRÖTTER IN - POTATIS SPRILLSÄD INSEKTER GRODOR OCH SMÅGNAGARE .



TRANA



TRANA



TRANA



TRANA

Några tips på vad man kan göra under sommaren

Jag kommer nu att tipsa om roliga saker som man kan göra under sommaren, saker som jag själv tycker är roliga. Du som läsare kanske också tycker att något av följande tips är roliga, bedöm själv.



För några år sedan åkte jag och skolan

till Skansen i Stockholm och tittade på djur. Vi gick också runt i området och njöt av frisk luft, djur och natur. Så det är ett tips jag har.

När man ändå är i Stockholm kanske det också skulle vara roligt med Gröna Lund som inte ligger långt från Skansen. Eller varför inte åka till Aquaria Vattenmuseum där man kan se fiskar och andra saker som finns i vatten.

Aquaria har jag varit på vid ett tillfälle och det är intressant tycker jag i alla fall.

Ett annat tips är att åka till Liseberg. Förra året var jag på skolresa till Göteborg där vi dels spelade fotboll och dels sprang Göteborgsvarvet. Men vi var också på Liseberg och det var riktigt roligt.

Jag och min klasskompis åkte bland annat berg- och dalbanan Balder som är byggd i trä. Vi åkte också



Vikingaskeppet, radiobilarna och några saker till. Så Liseberg är också ett bra tips.

Denna artikel är skriven av Christopher Lundgren, praktikant.



SCHÄFERHUNDEN

Av Emma Yngvesson

Min mamma har en Schäfer som heter Nova. Hon är åtta och ett halvt år gammal. Hon är jättepigg för sin ålder. Nova går på promenader för att rastas och få motion. Men hon går oftast bakom för att hon vill gå hem på gården och busa med pinnar, snöbollar m m. Hon tycker mest om att vara ut på gården och gå och strosa runt. Nova kommer själv när hon känner att hon vill ha sällskap av oss.

Hundar behöver gå ut fyra

gånger om dagen för att må bra och bli motionerade. Hon sover när min mamma åker och jobbar. En hund ska högst vara själv fyra, max upptill sex timmar.

Nova får torrfoder två gånger per dag. Vår hund får speciellt torrfoder (Anka och ris) för att hon har allergi mot gris. Så min syster som jobbar på djur sjukhuset i Uppsala (Ultuna) köper anka blandat med ris för hon får rabatt 30% per hundmatsäck.



Nova

I princip finns inte något arbetsområde som är främmande för en schäfer. Inte minst dess insatser på tjänstehundsidan har rönt stor uppmärksamhet.

I de flesta länder världen över toppar Schäferhunden år efter år tabellerna som mest köpta hund.

Det finns knappast någon uppgift inom hundsporten eller i samhällets tjänst, som inte en Schäfer klarar av.

Schäferhunden är världens och Sveriges populäraste ras och den måste få jobba med både benen och hjärnan för att bli lycklig.

En schäfer som inte får jobba är ingen lycklig schäfer.

Rasen passar bra i en barnfamilj om hunden och barnen med föräldrarnas hjälp får lära sig visa respekt och ta hänsyn till varandra. Inte minst måste det finnas regler som måste följas från båda håll.

Man kan säga att den skall utstråla styrka vighet och

självsäkerhet samt inge respekt. En normal schäfer finner sig tillrätta i de flesta situationer och miljöer. Många människor har stor respekt för schäferhundar. Det beror säkert på att den liknar vargen.

En schäfer skiljer sig inte från andra raser när gäller vardagslivet. Inte heller motionsbehovet skiljer sig från andra brukshundar som bör bestå av dagliga promenader, kombinerat med annan regelbunden motion. Det ungefärliga motionsbehovet är två till tre timmar om dagen, plus en stunds mental aktivering i form av till exempel lydsträning.

En schäfer som fått sitt behov av fysisk och mental aktivering tillgodosett kan som vuxen vara ensam hemma några timmar, även om detta inte är så lyckat. Schäfern är ett utpräglat flockdjur och vill helst umgås med folk, det vill säga sin familj så mycket som möjligt.

Fler tips från Jonas

Saker du bör undvika i sommar

- Skit i Datorn du kan prata med dina kompisar i telefon och sen bestämma vad du eller hon ska hitta på i sommar



- Bränn inte köttet för då blir det ingen lyckad grillfest
- Gå inte barfota gå bara barfota utomlands och kliv inte på vassa saker
- Skit i bio och Teven sitt ute i solen istället
- Kom inte försent till din träff

Det här kan du göra om det blir regnigt väder

- Sitt vid tv:n och kolla på någon bra film
- Läs en bra bok



- Spela kort med kompisarna



- Spela något bra sällskapsspel med kompisarna
- Ta in korven och grilla inne i ugnen istället
- Spela TV-Spel eller Data-spel med kompisarna
- Eller lyssna på bra musik