**id 0**

Wikipedia:Tillbakarullning På Wikipedia finns tre alternativ för att återställa artiklar till tidigare versioner; gör ogjort, rulla tillbaka eller genom historiken plocka fram en äldre sidversion. Tillbakarullning (engelska: Rollback) är en funktion som både administratörer och tillbakarullare har. Funktionen innebär att man med ett enda musklick "rullar tillbaka" samtliga redigeringar gjorda av den som senast redigerade sidan genom att klicka på [rulla tillbaka]. Funktionen är främst avsedd att snabbt återställa efter klotter och vandalism. En del tillbakarullare använder den även för att korrigera sina egna misstag eller städa upp efter sin robot. Tillbakarullningsfunktionen kan också användas om en användare eller bot har gjort ett stort antal felaktiga redigeringar eftersom det sparar tid. Det är dock mycket viktigt att dessförinnan ta upp saken till diskussion så att man vet att man verkligen har stöd för tillbakarullningarna eftersom orsaken inte kommer att synas i artikelns historik. Återställningar av egna (felaktiga) massredigeringar är OK även utan diskussion med andra. Helst ska funktionen [göra ogjord] användas, bland annat därför att man får möjlighet att motivera sin åtgärd. Tillbakarullning ska aldrig användas för att återställa en källbelagd ändring eller en ändring som det råder diskussioner om. Klicka istället på [gör ogjord], skriv en kommentar i sammanfattningsfältet och kommentera på artikelns diskussionssida. Om det råder tveksamheter om det är klotter eller redigering i gott uppsåt ska tillbakarullning inte användas. Klicka istället på (gör ogjord) och skriv en kommentar i sammanfattningsfältet. Tillbakarullning används till största delen inom artikelhistoriken. När en administratör eller tillbakarullare ser klotter eller vandalism, kan de gå till artikelns historik och klicka på länken [rulla tillbaka] och genom ett klick eliminera en användares samtliga redigeringar som ligger efter varandra. Det är på sin plats att då kontrollera att man återställer till en oklottrad version, tillbakarullningsverktyget sköter inte detta automatiskt om någon annan redigerat artikeln efter att klottret började eller flera användare eller IP-adresser deltagit i klottret. Exempel[redigera | redigera wikitext] - (skillnad | historik) . . Wikipedia; 16.57 . . (-6) . . 84.208.133.175 (Diskussion) (Märke: Möjligt klotter) - Tillbakarullning - (skillnad | historik) . . m Wikipedia; 16.57 . . (+6) . . Lixer (Diskussion | Bidrag) (Rullade tillbaka redigeringar av 84.208.133.175 (diskussion) till senaste version av Abbedabb) Hur man får behörighet att rulla tillbaka[redigera | redigera wikitext] Vilken administratör som helst kan dela ut behörigheten efter eget omdöme, via Special:Rättigheter. Den som vill ha behörigheten kan anmäla detta på Wikipedia:Begäran om åtgärder. Tilldelning av funktionen kan vara lämpligt om användaren är aktiv, redigerat åtminstone någon månad på Wikipedia och inte har varit blockerad på senare tid, vilket tillsammans kan göra att administratören som tilldelar funktionen inte ser några troliga tecken på missbruk av denna praktiska funktion. Om man tilldelar någon befogenheter efter förfrågan någon annanstans än på Wikipedia:Begäran om åtgärder är det lämpligt att lämna en notis där. Det finns en användarruta för användare med tillbakarullarbehörighet som är {{Tillbakarullare}} . Om en användare är inaktiv längre än ett år är det praxis att behörigheten tas bort. |Denna sida är en riktlinje på svenskspråkiga Wikipedia.Riktlinjedokument beskriver arbetssätt som de flesta användare rekommenderar – om så inte är fallet ska sidan uppdateras. Större förändringar bör dock kommenteras på diskussionssidan.

**id 1**

välkommen till Här serveras lättare lunch och fika med utsikt över vackra Vättern Toppad med stenbitsrom citron och dill. Liten silltallrik 60 sek Tre sorters sill. Serveras med liten tomat- och mozarellasallad. Kall inkokt laxfilé 150 sek Serveras med romsås och kokt potatis. Serveras med potatisgratäng och bearnaisesås. Serveras med potatisgratäng och rödvinssås. Med grädde och färsk frukt. Toppad med chokladsås. Vaniljglass 50 sek Serveras med varm hjortronsylt. Xanté päroncognac 3cl 50 kr Dooley´s 5cl 50 kr Sallader En riktig sallad med gott om räkor och dressing, serveras med bröd. Laxsallad 120 sek En riktig sallad med kallrökt lax och hovmästarsås serveras med bröd. En riktig sallad med tärnad smakrikost och rökt skinka. Serveras med bröd & dressing. Toppad med lite räkor. Vi skalar räkorna – ni äter dem. serveras på vårt specialbröd. Så svenskt och så gott. Köttbullar, rödbetssallad och på specialbröd. Dubbel källarfranska med ost. Dubbel källarfranska med ost och skinka. Levainbröd, tomat, ost, skinka. Serveras med liten sallad. Levainbröd, soltorkad tomat, mozzarella, pesto, ruccola samt sallad. Välj mellan skinka eller kalkon. Vår egengjorda smet med jordgubb- eller hjortronsylt och vispad grädde. En våffla med kallrökt lax, stenbitsrom, röd lök, dill och vår egen pepparrotssås En våffla med våra räkor, stenbitsrom, röd lök, dill och creme fraiche En våffla med kallrökt lax, räkor, stenbitsrom, röd lök, dill och creme fraiche Serveras med vaniljsås. 3 st. Serveras med sylt och grädde. Smaker varierar. Alltid minst åtta goda smaker att välja mellan! Kaffe 30 sek Zoegas. Svart & starkt. Påtår ingår givetvis. Te 25 sek Egna teblandningar att välja mellan. Mineralvatten 30 sek Saft 15 sek Jordgubbssaft eller flädersaft. Lättöl 27 sek 3,5 % 33 cl Fläder, äpple, jordgubb, smultron, äpplemust och enbärsdricka. Alla våra smörgåsar kan serveras på glutenfritt bröd. Vår grädde, vår mjölk och vårt smör är laktosfritt.

**id 2**

Skolavslutning och studentfest, födelsedagskalas och sommafest... Det finns många tillfällen då gästerna blir många och maten kräver lite extra planering. Med en bra buffé kan du förbereda i god tid och ändå vara säker på att alla får någonting gott att äta. Goda sallader, pajer, inläggningar och kallskuret går fint att kombinera till en egen mix som passar just dig och dina gäster. Vi ger dig tipsen om vad som passar ihop och hur mycket det går år för att mätta festgästerna. Festen är ett faktum! Enkelt, klassiskt och gott. Går att servera både på en varm och kall buffé. Tänk på att ta fram fatet i tid om du förberett så att rätten inte är kall - då smakar den mindre. Läs receptet ... Färsk sparris är gott tillsammans med rökt bacon. Enkelt att förbereda och servera tillsammans med varm eller kall mat. Läs receptet ... Sparris serverad med parmesan och färskost. I all enkelhet och helt perfekt på buffén. Läs receptet ... En lätt potatissallad med rena smaker. God till kallskuret och de flesta grönsaker. Helt rätt på buffén! Läs receptet ... Stora, mjuka och smakrika bönor i en god marinad är ett gott inslag på buffébordet. Läckert och vackert vegeratiskt som passar ihop med det mesta. Läs receptet ... Klassiskt krämig potatissallad. Här smaksatt med äpple och purjolök. God till såväl varmt som kallt. Läs receptet ... En god och krämig potatissallad. Gjord på matlagningsyoghurt och gräddfil och därför lite lättare än sallad med majonäs. God till både kött och grönt! Läs receptet ... En frisk potatissallad som matchar de flesta kalla bufféer. Gott till kallskuret, marinerade bönor eller grillad ost. Läs receptet ... Röror och såser är utmärkta tillbehör på buffén. Laga en enkel men annorlunda tzatziki på morot! Läs receptet ... Italienskt bröd som skärs i rutor och är gott till det mesta. Läs receptet ... Rostade, blandade frön är ett trevligt tillbehör på buffén som exempelvis är gott att strö över en sallad. Läs receptet ... Snabbt och lätt rör du ihop en sås som gärna får stå till sig för bättre smak. Läs receptet ... Annorlunda röra med härligt nötig, rostad smak. Servera till brödet eller kanske grillat? Läs receptet ... Paj är bra buffémat som kan serveras såväl varm som kall. Läs receptet ... Skivade gul- och vitbetor är vackra och ger en matig sallad. Läs receptet ... Skäm bort dina gäster med färskost till brödet! Läs receptet ... Smart bjudmat som går hem hos de flesta. Mycket fyllning är ett måste! Läs receptet ... Gör gärna en stor sats, det finns risk att allt går åt! Läs receptet ... Ett enkelt bröd som bakas utan degblandare och hushållsvåg - och utan tung knådning. Bröd fyller ut bra på buffén, ha gärna ett ljust och ett mörkt. Läs receptet ... Inkokt lax är klassisk buffémat. Löjligt lättlagad och otroligt god! Här är ett gott grundrecept. Välj dill eller inte efter smak! Läs receptet ... Servera laxen ljummen eller varm i en god och kryddig sås med rödlök, fänkål och koriander. Fläskfilé serverad i kryddig sås och med mozzarella på toppen. Lätt att förbereda och en riktigt god bufférätt! Lättlagad vegetarisk festmat som får riktigt fin smak. Ett gott alternativ till kött eller fisk som passar till många sorters mat. En sallad som passar lika bra till kyckling som till fisk eller fläskkött. God ihop med marinerade bönor, grönsaker och grönsallader. Perfekt med grillad aubergine! Görs med fördel en dag i förväg. Trevlig sallad med milda smaker som gör att den passar till många rätter. Läs receptet ... Kallskuret har en självklar plats på buffén. Här är ett lätt och gott recept på cidermarinerad fläskfilé som görs en dag i förväg. Läs receptet ... Krutonger, stekta eller rostade brödtärningar passar som tillbehör till soppor, sallader och grytor. Men också som snacks på

**id 3**

Just nu befinner jag mig i min mammas kök i en by utanför Örnsköldsvik, och doften av en lax med krämigt täcke börjar precis sprida sig i köket. Har du svårt för att äta fisk så kan det vara ett bra knep att lägga lite extra krut just på fiskmiddagen. Gräddiga såser är gott men… Läs mer

**id 4**

Du anmäler dig till SFI genom att besöka skolans studievägledare. Under februari-april fokuserar vi vårt arbete på Komvux på att planera kommande läsår och kommer därför inte att hantera ansökningar till kurser under pågående termin. Läs mer Under kommande period är det nya drop in tider hos Studie och yrkesvägledaren på Komvux Läs mer Komvux i Mönsterås Komvux i Mönsterås är en flexibel skolform med många olika utbildningar. Behörig till kommunal vuxenutbildning är du från och med hösten det år du fyller 20 år eller har slutfört en utbildning i gymnasieskolan. När du börjar studera på komvux gör du tillsammans med studie och yrkesvägledare en individuell studieplan som du följer under hela din utbildningstid. Skolan erbjuder en rad olika utbildningar som vi kort presenterar här nedan, vill du läsa mer klickar du på fliken utbildning där du hittar mer information om våra olika kurser.Grundläggande vuxenutbildningPå grundskolenivå kan du läsa in grundskolans ämnen på alla nivåerGymnasial vuxenutbildningPå gymnasienivå kan du studera en rad olika kurser från gymnasieskolans nationella program. Vi erbjuder även en del distanskurser och kvällskurser.Svenska för invandrare SFIVi erbjuder svenskundervisning för invandrare på olika nivåer.Särskild utbildning för vuxnaVi erbjuder kurser för vuxna med särskilda behov. Sök

**id 5**

Rena rama skräpet! Lady Gaga är bara känd för att(liksom Britney Spears och Paris Hilton) vara så himlans lättklädd. Själva musiken är fruktansvärt dålig! allting låter samma; bara en massa industriell dunka dunka.Hoppas alla ungdomarna inser detta för eller senare. Gaga kommer att bli lika bortglömd som The Hansons är idag om ett par år!!Så detta tramset behöver man inte bry sig om, en del gillar en del absolut inte. Och det är lugnt så, men förstår ändå inte hur detta kan ha blivit så överskattat när det inte är i närheten av något genialiskt. Som exempelvis i det modernaså är Kings Of Leon kungarna i musikbranschen!! Och detta är inget klagomål enbart en bedömning som alla har rätt till och göra, jag hoppas hon kommeratt Crash and burn om ett par år. Då kommer jag fira och njuta att musikbranschengått ett litet steg åt rätt håll igen!! Madonna är tio gånger bättre och inte ens hennesmusik är min stil alls, men tycker åtminstone hon är förbannat skickligare, eftersomhon inte bara är mode på scen utan även verkligen har en bra röst. Men skitsammadet är som det är, man kan åtminstone strunta i och lyssna och jag är glad överatt jag inte har Mtv längre också. Så jag slipper mainstream musiken där som kan lockas avatt man är intresserad trots allt, men ångrar att jag lyssnade igenom denna skiva på spotify och såg videos, inte bra alls. Gav henne en chans men nu funkar det inte, har blivit för mycket av henne i världen!! Haha varken decenniest eller århundradets BÄSTA album! Struntprat! Lady gaga är en TOTAL copycat! - Ni borde inse det..Inget nytt att se här inte. Hitta en artist som skapat sin egna stilinte kopierar andra rakt av.. Om ni fans inte insett att gaga är en copycat, är det på tiden! Hor borde blivit stämd utav madonna för länge,länge sedan. Och ni kan inte klaga på detta ,för detta är sanningen! Har bara hört tre låtar i detta album och dom är fantastiska! :) Nja.. är besviken. Bloody Mary och Heavy Metal Lover är bra låtar. Judas är okej, men den låten känns som den kommer bli en sån där sommarplåga som 8-10-åriga tjejer står och mimar till :-/ Att säga att det är årtiondets album är ganska överreklamerat. Detta kommer utan tvekan att bli det bästa albumet som har släppts på åratal!! De 2 första singlarna är otroligt grymma och det kommer finnas en sjuk variation av musikstilar på skivan. Detta missar man inte :) Kommer att vara G-R-Y-M-T bra!De 2 första singlarna är skitbra, och rockballaden "You And I" är grym! Och Gaga har själv sagt att dessa 3 släppta låtar inte är de allra största på skivan, så kan det bli mer än bättre? 5 stjärnor om du är ett riktigt Gaga-fan! <3 Ersättning för skador som uppstått genom en plötslig och oförutsedd yttre händelse t ex tappskada, krosskada, fukt/vatten, blixtnedslag/åska/överspänning.

**id 6**

Test Test Jag fick bara 80% http://web-cars.com/corvette/trivia.php - Inlägg: 2090 - Ort: Skellefteå - Kontakt:Kontakta Ingo 100% Det var sista kromkofångaren jag fick grubbla 20 sekunder på.....,78,an var jag inte heller riktigt säker på men körde det mest logiska,för flera saker gick ju att utesluta. http://www.youtube.com/watch?v=QaOD7mD2 ... re=related http://www.youtube.com/watch?v=uG0Ba-wef6M http://www.ingostoys.se/ http://s148.photobucket.com/albums/s12/ ... 731067.pbw -10 C6 GrandSport -12 Volvo V70 T6 Tidigare: -03 C5 Convertible. HD Sportster 883R -02. C5 Coupé -02. -69 Convertible 427/400. Två 73:or med 454. Pontiac Trans AM 1970. Renault Gordini 1967. Honda CBX 1000. GoldWing 1976, mm, mm. - Corvetteälskare - Inlägg: 637 - Blev medlem: tor sep 08, 2005 11:52 - Ort: Grödinge - Kontakt:Kontakta MickeW mvh MickeW \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ http://www.corvetten.com - Kontakt:Kontakta Nice car - Ort: C2/C3-Garaget i Brottby, Stockholm - Sverige Vilken tur man hade, chansade på sista.. http://www.c3-restorer.se - Kontakt:Kontakta Jonta http://www.silkywinds.se/Corvette.htm Simply the best Det är jag nöjd med http://www.garaget.org/wiik\_c5 CCS 2406 - Ort: Särö - Kontakt:Kontakta frisk - Corvetteälskare - Inlägg: 668 - Kontakt:Kontakta Målarn59 http://s61.photobucket.com/albums/h64/m ... corvetten/ Rolig test det här...!! fick 90% changsade rätt på en fråga jag inte kunde, dvs den med 1:an och alla 0000:orna men missade på The Corvette chief engineer for the ZR-1 project was: Dave McLellan.. det hade jag ingen aaaning om men så har jag också från början bara en "Base 350" i min -72:a... Mvh Jocke Tidigare Corvetter: 1968 Corvette Conv, 1966 Corvette Conv, 2000 Corvette Coupé, 2002 Corvette Z06 www.racefactory.se - Blev medlem: tor okt 14, 2004 13:12 - Ort: Segeltorp - Kontakt:Kontakta gbak Du får väl va nöjd me' att va götets störste "tjötare".Du får väl va nöjd me' att va götets störste "tjötare".frisk skrev:mm ni har märkt kanske att jag inte har skrivit vad jag fick Man kan int va bäst på allt. Trick Flow heads, 750 CFM Holley HP, Performer RPM CS XR280 Solid Roller 242/248 @ 0.050 .570 in /.576 ex Eagle ESP crank, Manley rods 6.0" Probe SRS pistons 11.3 CR http://www.youtube.com/watch?v=oPeSXs-UDIw ET 12.57/188km/h Vore kul med ett test i månaden.

**id 7**

- CASINO-X Online-kasino #1! Jackpot 1 miljoona euroa! Pelata - JOYCASINO Valtava määrä pelejä! Välitön voitto! Pelata Chamber of Free Spins Chanzilla – ilmaiskierroksia, rahaa ja Stingin keikkalippuja Perjantaina 8.9. rävähtää Chanz casinolla käyntiin kolme viikkoa kestävä Chamber of Free Spins- eli Ilmaiskierrosten kammio -kampanja. Tarjolla on valtava määrä palkintoja ja muuta mukavaa. Chanz Kampanjan aikana pelaajat keräävät itselleen palkintoja suorittamalla tehtäviä ja saavuttamalla rajapyykkejä. Aina, kun pelaaja on saavuttanut tavoitteen, hänet palkitaan joko ilmaiskierroksilla tai käteispalkinnoilla. Lisäksi jokaisesta saavutuksesta saa yhden lipun kampanjan pääarvontaan, joka pidetään perjantaina 29.9. Tuossa arvonnassa on tarjolla pääpalkinnoiksi 1000 euroa ja 100 ilmaiskierrosta. Viikkotasolla Chanz casino jakaa pelaajille vapaalippuja Stingin keikalle. Chanzin Chamber of Free Spins -kampanja on käynnissä 8.-28.9. ja pääarvonta suoritetaan heti päättymistä seuraavana päivänä 29.9. Innovatiivisista kampanjoistaan ylpeä Chanz tykkää maustaa kampanjoitaan hauskoilla ja mukaansatempaavilla peleillä. Tällä kertaa tämä Ilmaiskierrosten kammio toimii niin, että pelaajat astuvat sisään synkkään ja mysteeriseen kammioon, jossa he pääsevät nauttimaan kultaisesta sateesta – nimittäin kultakolikoita alkaa sataa pelaajien päälle kammiossa. Mitä useamman kultakolikon pelaaja ehtii poimimaan, sitä suuremmalla määrällä ilmaiskierroksia hänet palkitaan. Chanz casinon tervetuliaisbonus Jos et ole vielä ehtinyt kirjata itsellesi pelitiliä Chanzille, niin nyt – ennen kultaista sadetta pimeässä kammiossa – kannattaa. Saat nimittäin jopa 1000 euroa tervetuliaisbonusta sekä 135 ilmaiskierrosta kaupan päälle. Tarjolla on myös niitä paljon himoittuja No deposit -ilmaiskierroksia eli ilmaiskierroksia ilman talletusta. Voit siis saada melko läjän ilmaiskierroksia, jos avaat pelitilin ja osallistut sosiaalisen Chanz casinon tuoreimpaan kampanjaan! Chanz Allmän information - CASINO-X Online-kasino #1! Jackpot 1 miljoona euroa! Pelata - JOYCASINO Valtava määrä pelejä! Välitön voitto! Pelata Bonusinformation Chanz är, i vår mening, det första casinot som utnyttjar möjligheterna till mer sociala spel i större utsträckning bland alla de casino online du ser idag. Hos Chanz Casino kan alla spelare nämligen lägga till vänner och ta del av varandras nyheter i ett flöde, utmana andra om riktiga pengar på slots, skapa klubbar och mycket mer. Notera gärna att detta casino har en svensk spellicens. Om du vistas i Sverige så rekommenderar vi alltid att du spelar i ett av de licenserade svenska casinon som finns, för det finns mer än en fördel att spela på just dess. Bland annat de skattefria vinsterna som erbjuds till alla svenska spelare. spel från ett mindre antal spelutvecklare. Det handlar då framför allt om NetEnt, Microgaming, Pragmatic Games och Thunderkick. Någon egentlig nackdel är detta inte, då de utvalda utvecklarna är kända för att skapa fantasifulla slots av högsta kvalitet, men det är bra att känna till att bredden inte är så stor. Utbudet i sig är inte särskilt stort heller. Nästan alla spel finns att spela även i mobilcasinot som är en riktig höjdare. Chanz drivs av Dreambox Games OÜ. Det är en aktör med säte i och licens från Estland. Vi har samlat ihop en bra guide för dig nedan i vår Chanz recension att ta del av, så att du som spelare alltid ska känna dig trygg inför registreringar hos ett nätscasino som Chanz casino. Chanz Bonus Första insättningen hos Chanz casino ger dig en bonus på 100% upp till 1000 kr i bonuspengar. Maxar du denna deal får du alltså snurra för 2000 svenska kronor totalt. Det krävs att du sätter in minst 100 kr för att ta del av erbjudandet. Chanz adderar i tillägg 50 freespins på 7 Monkeys till ditt konto. Det är kanske en något blygsam extragåva, men ett extra knipe snurr skadar ju aldrig. Se till att du fyller i bonuskoden ”CHANZ1” för att hämta ut

**id 8**

Detta är en av de små medeltidsstäder, som du inte ska besöka för nattlivets eller shoppingmöjligheternas skull. Här finns nämligen endast en liten köpman, samt restaurangen Locanda Solomeo. Det är därför märkligt att italienare och amerikaner känner till landsorten, och kommer hit i stora tal. Det är också förbluffande, att staden med bara lite över 400 invånare är så ovanligt välhållen. Anledningen: mitt i Solomeo finns en berömd tillverkare av kashmirprodukter. Klicka på kartan här nedan för att få en överblick över våra semesterbostäder i och runt staden, samt en översikt över de närmaste flygplatserna, och avstånd till städer i norra Europa. Solomeo, som etablerades på 1100-talet, har en lång och händelserik historia. Men ska man beskriva staden idag, är det inte utan att nämna stadsbarnet Brunello Cucinelli - mannen bakom en framgångsrik firma, som producerar kashmirtröjor och andra kläder. Under löpet av tre årtionden, förvandlade han ett enskild firma till ett bolag med flera hundra anställda, och med butiker över hela världen, som årligen omsätter miljoner. En del av överskottet har miljardären Cucinelli använt på att renovera Solomeo, där han själv bor en del av tiden, och där många av hans anställda bor. En borg har till exempel har till exempel inrättats i kashmirproduktionen, liksom en vacker renässans-villa i närheten som är inredd som kantin för personalen. Det är dock inte endast de anställda, utan hela staden, som har fått ta del av den glada fabrikantens givmildhet. Gator och torg har restaurerats och staden har bland annat fått en ny teater, Teatro Cucinelli, och ett litet bibliotek med verk av berömda filosofer, som Cucinelli är inspirerad av. Hos In-Italia har du tillgång till fler än 1500 semesterlägenheter i Italien, däribland ett brett urval handplockade hotell, villor och semesterlägenheter i Umbrien. Planerar du att resa tillsammans med en grupp vänner, eller med hela tjocka släkten, kan vi rekommendera er att hyra en vill i Solomeo. Det är en chans att få pool och trädgård helt för er själva under semestern, och ni slipper därför ta hänsyn till andra gäster. Har du frågor, eller behöver hjälp med att hitta precis rätt bostad i Umbrien för dig, så är du alltid välkommen att kontakta oss. Det är endast 24 km till Perugia flygplats (Aeroporto Internazionale dell"Umbria - Perugia "San Francesco d"Assisi"), så du behöver inte köra de cirka 2000 km (från mellersta Sverige) för att komma hit. Längre bort, men fortfarande inom rimligt avstånd, ligger dessutom flygplatserna vid Ancona, Florens Rom och Rimini. Hit flyger ett brett utbud av flygbolag, som t.ex. Ryanair, easyJet, SAS och Vueling - så du har mycket att välja på när du ska hitta en passande flygresa. Det kör buss från Perugia till Solomeo. Även om det är en relativt snabb tur med offentlig transport, föredrar många av våra gäster att hyra en bil på flygplatsen. En hyrbil gör det inte bra lättare att komma fram till semesterbostaden, utan ger också flera möjligheter för att åka iväg på spontana utflykter i området, utan att behöva anpassa sig till tidtabeller. Det finns endast en restaurang i staden, La Bottega Delizie & Capricci, men du behöver endast köra några få kilometer för att hitta fler alternativ i grannstäderna. Hos stadens lilla köpman, hittar du det mesta till de dagliga behoven, men om du vill lag dina egna måltider under semestern, får du nog åka till de större supermarknaderna eller matmarknaderna i en av grannstäderna. Det är en kort körtur till den vackra medeltida staden Perugia, där du hittar ett stort utval av restauranger, caféer och trevliga gator med spännande butiker och vackra torg. Kör du mot nordväst, till Trasimenosjön, är till exempel Castiglione del Lago mitt på den västra sidan absolut värt ett besök. Ett perfekt utflyktsmål är Florens i Toscana, som ligger inom 2 timmars bilfärd. Det kan rekommenderas att åka tidigt på dagen, då du kan behöva spendera en hel dag på att fördjupa dig i den vackra renässansstaden. Önskar du att utforska

**id 9**

Storleken har betydelse! HAR STORLEKEN BETYDELSE? Jag läste för ett litet tag sedan att Nordnet gjorde reklam för sin Nordnet Superfond Sverige. Det är en fond som har som mål att följa sitt jämförelseindex. Samtiditg skriver man att man har målet att ha en hög riskexponering för att få bra avkastning. Med hög risk riskerar du att målet att följa indexet inte uppfylls. I sitt material redovisar man en årligt resultat i snitt under fyra år med 14,5%. Det är inte dåligt alls men jag är övertygad om att du kan få ett bättre resultat genom att placera i rätt aktier i stället. Denna fond är helt utan avgifter säger man... Har du hört talas om att en bank gör något helt gratis? Nej, jag tänkte väl det! Det finns inte en enda anledning att du skulle få investera i en fond som gör reklam för sig och hanterar dina pengar utan att du på något sätt får betala för det. Detta anser jag är bluff och båg, att säga att det inte kostar dig något. Det är klart att det finns dolda avgifter som du inte ser och som inte kommer redovisas heller. Utan något skyddsnät tänker jag här presentera för er en vän som gjort en liten analys av ett vanligt exempel med kostnader för att investera i fonder. Urban Modig är en person med stor musikalisk talang och dessutom har det visat sig att jag och Urban har ofta likartade åsikter om vad som är bra investeringstrategier och vad du som investerare bör tänka på. Jag hoppas att vi kan få läsa mer av Urban och ta del av hans stora kunskper i både bloggen och i nyhetsbrevet som vi kallar Aktiebrevet. Kära vänner här kommer Urban Modig! Storleken har betydelse ! Fondbolagen uppmanar oss att vara långsiktiga och spara regelbundet i deras fonder. Men vad händer om vi följer deras råd ? Låt oss ta ett exempel som visar att avgiften är viktig. Viktigare än de flesta har klart för sig och viktigare än vad fondbolagen vill låtsas om. Lisa, som är 20 år, sparar 500 kronor i månaden i en fond, det blir 6000 kr per år, och hon har en avkastning på sitt sparande på 6 procent. Avgiften som fonden tar ut är 1,5 procent på det sparade kapitalet. Vad händer efter 25 år och efter 40 år ? Efter 25 år, har Lisa fått ihop 276 000 kronor, men hade hon inte behövt betala en avgift på 1,5 procent av kapitalet varje år, så hade hon haft 349 000 kronor. En skillnad på 73 000 kronor vilket är ungefär 20 % . Anledning till detta är att avgiften tas ut på hela kapitalet. Det betyder att efter 25 år är avgiften över 4000 kronor och om Lisa fortsätter att spara samma summa i 40 år kommer avgiften att vara högre än de 6000 kronor hon sparar på ett år ! Efter 40 år, har Lisa sparat ihop 656 000 kronor, men om hon sluppit avgifter hade hon fått ihop 984 000 kronor. En skillnad på 328 000, vilket är ungefär 33 %. Vem sparar då i 40 år ? Jo, pensionsparandet är ju upplagt på detta vis och exemplen visar att det blir absurt att ta ut avgifter som börjar närma sig hela årets sparande. Så, avgiften har betydelse, i längden. (Liksom reavinstskatten och inflationen.) Slutsats: Man kanske inte kan begära att fondbolagen skall göra sitt jobb gratis, men avgifterna är på tok för höga idag! Vidare köper vi fondandelar utan att få veta aktuell dagskurs i förväg! Vilka andra produkter köper vi i vårt samhälle, utan att få reda på priset? Nej, Bästa Förvaltare, Om man utnyttjar annans trångmål eller oförstånd för att skaffa sig en oskälig vinst, så kallas det per definition för ocker! Tack för Uppmärksamheten och Lev Väl Urban Modigh Ja, storleken har ibland stor betydelse! Den kunskapen tar vi gärna till oss Urban och om fonden i ditt exempel tjänar så mycket pengar till fondbolaget eller banken så kan man ju undra hur mycket de tjänar på att lura våra medmänniskor med att marknadsföra fonder som är ”GRATIS” ? Det sägs ju att det inte finns några gratisluncher. Det gäller i högsta grad också alla kontakter med banken. Vill du fortsätta att läsa mina texter, analyser och duktiga gästbloggare som Urban så rekommenderar jag dig att börja prenumerera på Ak

**id 10**

Integritets Policy – GDPR GDPR – General Data Protection Regulation Denna information delges till alla personer som har kontakt med personalkooperativet Granviks förskola Ekonomiska förening enligt dataskyddslagen gällande from 2018-05-25. Inledning Vi värnar om ditt barns, dig som vårdnadshavare samt vår personals integritet och arbetar för att säkerställa att dessa personuppgifter skyddas. Ni skall kunna känna er trygga när ni anförtror er och lämnar era personuppgifter till oss. Nedan följer vår policy avseende integritet (integritetspolicy) som fastställer hur Granviks förskola använder, bearbetar, skyddar och arkiverar/gallrar era personuppgifter. Den utgår från gällande dataskyddslagstiftning och förtydligar hur vi arbetar för att ta tillvara era rättigheter och er integritet. Denna policy är förankrad hos alla våra medarbetare på Granviks förskola. Syfte Syftet med denna policy är att säkerställa att Granviks förskola hanterar personuppgifter i enlighet med Eus dataskyddsförordning GDPR. Policyn omfattar alla behandlingar där personuppgifter hanteras och omfattar såväl strukturerad som ostrukturerad data. Ni skall få veta hur vi behandlar dina personuppgifter, vad vi använder dem till, vilka som får ta del av dem och under vilka förutsättningar samt hur du kan ta tillvara dina rättigheter. - Barnens och vårdnadshavarnas personuppgifter är deras egna – vi lånar dem bara. - Vi ska enbart använda de personuppgifter som vi verkligen behöver för det aktuella syftet. - Vi ska i så liten utsträckning som möjligt hantera (samla in, lagra och sprida) känsliga personuppgifter. - Vi ska i möjligaste mån eftersträva att vår hantering av personuppgifter vilar på annan rättslig grund än samtycke. Behandling av personuppgifter Vi på Granviks förskola behandlar era personuppgifter främst för att fullfölja våra förpliktelser mot er. Vår utgångspunkt är att inte behandla fler personuppgifter än vad som behövs för ändamål, och vi strävar alltid efter att använda de minst integritetskänsliga uppgifterna. Om dataskyddsförordningen - Lagens sex grundprinciper Dataskyddsförordningen har sex grundprinciper. De är 1) laglighet, 2) ändamålsbegränsning, 3) uppgiftsminimering, 4) korrekthet, 5) lagringsminimering samt 6) integritet och konfidentialitet. De sex grundprinciperna innebär att personuppgifter: - Ska behandlas på ett lagligt, korrekt och öppet sätt (laglighet). - Bara får samlas in för särskilda, uttryckligen angivna och berättigade ändamål. De får inte behandlas för något ändamål som inte är förenligt med dessa ändamål (ändamålsbegränsning). - Ska vara adekvata, relevanta och man ska inte samla in fler personuppgifter än vad som är nödvändigt för det angivna ändamålet (uppgiftsminimering). - Ska vara riktiga och (om nödvändigt) uppdaterade (korrekthet). - Inte får behandlas under längre tid än vad som är nödvändigt med hänsyn till ändamålen (lagringsminimering). - Bara får behandlas om de kan skyddas på ett lämpligt sätt (integritet och konfidentialitet) Behandlas dina personuppgifter på ett betryggande sätt? - Vi utarbetar rutiner och arbetssätt för att personuppgifter ska hanteras på ett säkert sätt. Utgångspunkten är att endast arbetstagare och andra personer inom förskolan som behöver personuppgifterna för att utföra sina arbetsuppgifter ska ha tillgång till dem. - I fråga om känsliga personuppgifter har vi inrättat särskilda behörighetskontroller, vilket innebär ett högre skydd för dina personuppgifter. - Våra säkerhetssystem är utvecklade med din integritet i fokus och skyddar i mycket hög grad mot intrång, förstöring samt andra förändringar som kan innebära en risk för din integritet. - Vi har flera policyer för IT-säkerhet för att säkerställa att dina personuppgifter behandlas säkert. - Vi överför inte personuppgifter i andra fall än de som uttryckligen anges i denna policy. Granviks förskola är personuppgiftsansvarig, vilket innebär att vi är ansvariga för hur dina personuppgifter behandlas och att dina rättigheter tas tillvara. 236 32 Höllviken Tel. 040-45 76 50 E-post: info@granviksforskola.se Vi får tillgång till dina personuppgifter på följande sätt: - Uppgifter som ni tillhanda håller oss direkt: - Vid ansökan om plats (kö anmälan) - Vid avtal om barnets plats - Uppgifter som registreras när ni besöker vår hemsida - Uppgifter som ni lämnar till våra anställda - Uppgifter som vi får när ni anmäl

**id 11**

Digitala utpressare plågar företagen Digital utpressning mot företag blir allt vanligare. Det säger både it-experter och polisen till Dagens Industri. Drabbas man kan det kosta uppemot 100.000 kronor att bli fri utpressarna. – Antalet överbelastningsattacker ökar. Våra skyddssystem hanterar dock de allra flesta utan att kunderna märker särskilt mycket av det, säger Claes Warren på Swedbanks pressavdelning till tidningen. Swedbanks facit de senaste åren är en serie haverier. En sammanställning Aftonbladet gjorde våren 2014 visade att banken fram till dess hade minst 10 svåra haverier på två år. Även Nordea, Handelsbanken och Skandiabanken har fått se sina internetbanker gå ner vid flera tillfällen. Datasäkerhetsföretaget Symantec och polisen delar båda Swedbanks bila av att angreppen blir allt vanligare. Enligt Symantecs säkerhetsexpert Ola Rehnberg går många angrepp ut på att angriparen placerar en så kallad utpressningstrojan i det aktuella företagets datasystem. Den skadliga koden låser eller krypterar filer och kräver en lösensumma för att låsa upp dem. – Det är i särklass det vanligaste vi ser nu, säger han till Di och poängterar samtidigt att det inte alltid är pengar angriparna är ute efter. Det kan även handla om att man vill att företag ska lämna ett visst affärsområde. I de fall det handlar om pengar brukar lösensuman ligga på mellan 10.000 till 100.000 kronor för att bli kvitt den skadliga koden, enligt Ola Rehnberg. Men samtidigt som att attackerna blir allt vanligare görs det, åtminstone från bankernas sida, lite för att stå emot angreppen. Som DN kunde berätta i höstas är tekniken bakom bankernas betalsystem uråldrig, vilket öppnar för nätangrepp. Ansvaret att fixa bristerna ligger hos bankerna själva, men investeringarna kostar miljarder. – Då står bankledningarna där och frågar sig: Ska vi ha något som fungerar till 95 procent – eller ska vi bygga nytt, sade It-säkerhetsexperten David Jacoby till DN då. Någon statistik över hur vanliga attackerna är kan polisen inte uppge för Di. När DN har skrivit om frågan tidigare har Finansinspektionen, som ska ha bäst koll på bankernas haverier, inte heller kunnat presentera någon fullständig statistik med hänvisning till sekretess. Punkten efter Dagens Nyheter har funnits med allt sedan det första numret 23 december 1864. Grundaren Rudolf

**id 12**

Vi har lång erfarenhet när det gäller slipning och slipmaskiner. Som återförsäljare av Schneebergers maskinprogram kan vi erbjuda er de maskiner ni behöver för att täcka era behov av slipmaskiner för slipning av hyvelverktyg. Vi renoverar och uppgraderar även äldre begagnade slipmaskiner och säljer dessa i toppskick. Detta kan vi göra på kunders befintliga maskiner för att få dem moderna. Kontakta oss om ni vi vill ha mer information gällande detta. Vi säljer även tvättmaskiner med eller utan ultraljudsaggregat för optimal rengöring. Dessa tvättar finns i olika storlekar för att passa just er.

**id 13**

För en stund sedan ringde en kompis till mig. Han bor i Södra Stationsområdet och har börjat tröttna på det. Sen en tid har allt allvarligare brott begåtts i hans hemmakvarter kring Magnus Ladulåsgatan. Kvarteren har med sina ungkarlhotell och sociala försöksboenden i och för sig alltid varit ganska ruffiga, men nu är det värre än någonsin. Förra veckan smällde en bomb i grannhuset hos en Expressen-journalist, som klarade sig med blotta förskräckelsen och sedan gick under jord. Grova misshandelsfall, våldtäkter, rån, fylla och droghandel hör till vardagen. För en tid sedan var min vän kallad på förhör för att ge sin version efter att ha bevittnat en ytterst grov (med baseballträ utförd) rånmisshandel. Den hade skett ett stenkast från hans portingång. Mycket av brottsligheten som sker på Söder har koppling till det här området, och nu, för två timmar sedan var det dags igen: en kvinna försökte skjuta ner två män som hade attackerat henne med golfklubbor. Hon skottskadades själv efter att pistolen brunnit av och skottet hade träffade henne i benet. Nu är hon misstänkt för mordförsök. Gisses, vart är gamla Söder på väg?

**id 14**

… så gick läkarbesöket bra. Hjärta och lungor verkar OK – vilket känns bra att få veta – just hjärtat var jag lite orolig för … Blodtrycket var lite högt, men inte jättehögt. Blodprover för flera olika undersökningar är tagna och det doktorn hade funderingar över var ev. rubbning i sköldkörteln – vilket kommer att visa sig i provsvaren. Jag är fortfarande trött och andfådd – men i alla fall känns det bättre, bara det att ha fått en ordentlig undersökning. Så – nu vet ni lika mycket som jag själv … och än en gång tack för att ni bryr er ♥ Nu lyser dikesrenarna gula av dessa underbara vårsolar! Då blev det en tid snabbt, skönt att veta att allt är okej med hjärtat! =) Då får du nog hjälp med andfåddheten så fort provsvaren kommer. Njut av torsdagen – den ser ut till att bli fin, jag ska åka mot din stad och jobba. Kram Tack … ha en bra dag på jobbet! Vad skönt att höra att det verkar vara bra med dig och att du fått veta lite mer nu. Hoppas du får en fin dag och att solen lyser uppifrån också. Men de små solarna i dikesrenen är inte fel heller, jättesöta. Sköt om dig. Jag har bara högt blodtryck på vårdcentralen, hemma med min egen mätare är det normalt. Detta utan medicin. Jag kollade upp det för 4 år sedan då jag slutade röka, och kröka. Tur är det, för jag tål inte blodtrycksmedicinerna, som finns. Skönt att höra! Hoppas proverna ger dig svar på vad som felas. Tussilagon ger sannerligen hopp om varmare tider! Det var skönt att höra! Hoppas du får bra svar på dina prover. Tussilago ser jag nästan aldrig, inte blåsippor heller. Det är jättetråkigt, för de är ju så fina och våriga, båda två. Ha en fin dag nu! Hoppas förstås på att de inte hittar något fel, men då fortsätter oron över andfåddheten för den måste ju ha sin orsak … Så tråkigt att du inte har blåsippor och tussilago hos dig … Ha en fin fortsättning på dagen! 🙂 Ja, det förstår jag, hoppas de kan förklara varför! Känns bra att jag fick en tid och nu hoppas jag förstås att inte blodproverna hittar något heller 🙂 Så bra det är under utredning! Lycka till med det och ha en så fin vår du kan. Hestehoven lyser för dig 🙂 Bra för varje sak man kan utreda, samtidigt så klart du vill veta orsaken till varför du blir andfådd. Visst blir man glad över alla små vårtecken vi börjar hitta i allt större mängd. Oron är det värsta, nu kan du börja släppa på den när du har fått en början på hjälp. Att hjärta och lungor låter som dom ska är a och o, sen är det mycket annat som kan spöka och orsaka märkliga symptom. Nu då dom tömt dig på blod hoppas jag att de får fatt i den skyldiga, så åtgärder kan sättas in. Tittade efter tussisar igår men snön ligger envist kvar över dikeskanterna. Lika illa var det på mitt blåsippsställe. Men, jag blir lika glad om jag så får vänta några veckor till. Ha en fin torsdag, jag ska smälta mitt besök på Sandgrund igår, det var en upplevelse! Kramen Ååhh … har du varit i Sandgrund! Dit vill jag så gärna, men än har det inte blivit av … kanske kan det bli i sommar 🙂 Underbara Tussilago dessa små solar gör en så glad. Hoppas det är lite vårtrötthet. Jag har haft problem med min sköldkörtel i 30 år och det tär på både humör och kropp. Kram hoppas du blir piggare snart. Tack … jag har ingen aning om vad sköldkörtelproblem kan orsaka, men det är ju bra att de kollar upp hur den fungerar. Det finns medicin men den är svår att ställa in lagom dos. Sköldkörteln påverkar hela kroppen. Tack … efter att ha läst om vilka problem en dåligt fungerande sköldkörtel kan orsaka, så hoppas jag att det inte är den som krånglar … Så skönt att du fick svar så snabbt, och att det var ett glädjande besked som säkerligen lugn

**id 15**

”S-i-m-o-n j-a-g ä-l-s-k-a-r d-i-g” avMary Mårtensson Nu kan ALS-sjuka Maria Eggers bara kommunicera genom datorn Hennes största rädsla var att inte längre kunna tala. För åtta månader sedan förlorade Maria Eggers, 43, talförmågan. Hon kommunicerar nu via en ögonstyrd dator. Maria har den dödliga sjukdomen ALS. Hon måste hela tiden kämpa för hjälpmedel och stöd. – Jag känner mig maktlös, säger hon. Hon sitter i sin permobil med den ögonstyrda datorskärmen uppspänd framför sig. Där finns alfabetet och olika fraser. Hon bokstaverar varje ord med blicken. Sedan läser en datorröst upp det hon skrivit. Skådespelerskan Maria Eggers har den obarmhärtiga sjukdomen ALS. Det är en kronisk och fortskridande neurologisk sjukdom där nervcellerna och nervtrådarna som styr våra viljemässiga rörelser bryts ned och dör. Musklerna förtvinar och man blir förlamad. Sjukdomsförloppet är rasande. Kroppsfunktionerna avtar successivt samtidigt som hjärnan är kristallklar. Någon bot finns inte. Hälften dör inom tre år. Maria Eggers har varit sjuk i snart fyra år. Var tionde överlever i tio år och hon hoppas bli en av dem. Vi träffades första gången i juni 2011. Då kunde hon tala, äta, dricka, sitta själv, stödja sig på benen och gå korta sträckor med stöd. I dag har hon förlorat rörligheten i stora delar av kroppen. Armarna och händerna ligger stilla i knät. Hon kan röra benen och huvudet lite. Assistans dygnet runt Maria har två assistenter hos sig dygnet runt. Dagarna tillbringar hon i sin permobil, eftersom hon behöver nackstöd för att hålla huvudet upprätt. Men ideligen faller huvudet framåt och blir hängande som en blomsterklocka. Då måste hon ha hjälp att resa upp det. Även mimiken är påverkad. Men glöden i Marias blå ögon är omisskännlig och hennes fina leende uttrycksfullt. Vi har med oss Budapestbakelser, men Maria kan inte längre äta. Tuggmotoriken och sväljfunktionen har försämrats. Hon får all näring via en sond i magen. Jag undrar om hon saknar smakerna. ”Ja”, svarar hon via datorn. I trean i Bromma i Stockholm ligger Simon i soffan, absorberad av mammas Iphone. På dörren till hans rum sitter Aftonbladets bild. Den där Simon klappar sin mammas kind. Det är en bild full av ömhet. – Simon är Marias ljusglimt. Det är mammarollen som är det viktiga nu för Maria, att de har det bra hela tiden, säger Marias mamma, Catrin Eggers, 69. Hon kan inte kramas Då 2011 bodde Simon mestadels hos sin mamma. Numera bor han hos både sin mamma och pappa. Tidigare kunde Maria läsa böcker för Simon och busa på golvet. Nu kan hon spela dataspel, ha honom i knät, men inte hålla om honom. Varje dag kommer personal från ASIH (Avancerad sjukvård i hemmet) och ger medicin mot illamående, muskelavslappnande, slemlösande och ibland smärtstillande. Maria måste sugas ofta i munhålan eftersom hon inte kan hosta ut slemmet. Sex gånger har ambulansen kommit för att hon varit nära att kvävas. Andningen fungerar ännu bra. Det ger Maria hopp. När hon fick ALS-beskedet i mars 2010 blev hon skräckslagen för att hon snart skulle dö ifrån sin son. Hon har skrikit ut sin dödsångest så att polisen kommit. ”Inte rätt hjälp” Men stödet är inte vad hon hade hoppats på. – Jag blir väldigt upprörd över att hon får så lite hjälp. Hon får inte det hon behöver. Det är aldrig någon från ASIH som har tid att ta reda på vilka behov Maria har. Hennes behov ändras ju hela tiden, säger Catrin. Hela kroppen smärtar. Maria skulle behöva massage och sjukgymnastik. – Men ASIH vill bara ge mig medicin och lugnande. Maria har sagt bestämt nej. Hon ville inte bli ett ”morfinpaket”. Hennes mamma kämpar nu för att hon ska få en specialmadrass som är skonsammare mot hennes plågade kropp samt en specialfåtölj med nackstöd. – Jag vill ha ett

**id 16**

Nyårskläderbild från 2008. Nyårsrisbild från 2010. Mer nyårsafton än så blir det nog inte i dag. På dagens schema: hämta paket på Postens utlämningsställe köpa Pommac möjligen göra en liten rom- och räkröra för att markera lite högtidligare lördag än vanligt En del av mig längtar efter planerad middag, duscha och fixa frisyr och måla naglarna och prova kläder med omsorg. Åka iväg med påse i handen och nymålade läppar, lite extra tjusig och få ringa på dörren hos vän och glida mellan olika samtal med ett glas i handen och musik hela tiden. En större del av mig vill inget hellre än att bara ligga i soffan och mysa med familjen. Lyssna på barnet som frågar och berättar och leker. Och känna på bäbisen som trycker min mage gul och blå inifrån (jag börjar bli öm). Gott nytt år, allra bästa ni! Hans första jul var han drygt fyra månader. Förra julen gick det att kommunicera med honom helt okej. Men i år – vilken upplevelse det var! Hans ögon registrerade allt, han sprang och hoppade av glädje över att så många han tycker om var samlade på samma ställe. Mormor morfar farmor OCH farfar. Plus kusiner och fastrar. I eftermiddags låg det några pralinerformer i en kartong som jag fick i julklapp. Han frågade vems det var och lyckan i hans röst när fadern förklarade att det var en av mammas julklappar. "MAMMA DU HAR FÅTT EN JULKLAPP! AV FARMOR! MAMMA!" Jul med egna barn blir verkligen en annan sak. Jag undrar hur den blir med flera barn. Julen och mellandagarna är det bästa sättet att avsluta året på. Total försegning, att få sig iväg på enkelt ärende tar halva dan, alla sover länge och äter oregelbundet och massvis med socker och fett. Vi förslappar oss så totalt att en uppryckning lagom till nyårsafton är inte bara nödvändig, utan högst välkommen. Duscha av sig sockret lite, ta på sig tjusiga kläder, inte bara tjocksockar och mysklänning. Och så lite glitter och vänner och bubbel på det. I november längtar jag intensivt efter julen, efter värmen och filtarna och filmerna i soffan. Och just den där förslappningen. Efter nyår finns det inget skönare än att packa undan den. Öppna en dörr från mörka murriga december och stiga in i ljusa krispiga tulpanjanuari. Börja på nytt. Karins smärtsuccé! En utdragen tand gav inspiration till 2011 års snyggaste halssmycke och nu utlyser hon tävling om första exemplaret. Jag tänker att om jag skriver hur snygg Karin är så ökar jag chanserna att vinna. Och att hon är så himla smart och rolig och påhittig. Även om det är utlottning… Sa jag snygg? När jag växte upp firade vi alltid julafton bara vi i familjen. Mina syskon och mina föräldrar. De första åren av mitt liv var mormor och morfar och min yngsta moster (som var tio när jag föddes) med. Men sen tyckte mina föräldrar att det var trevligast och lugnast att bara vara vi. Mellandagarna var alltid fyllda av olika fika- och jullunhcbesök, men själva julaftonen var det vi och vi tog det lugn och allt kretsade kring middag och vila, och på dagen innan Kalle Anka gick vi alltid ut i de få timmarna av sol. Lekte lite i kalla snön och fick rosiga kinder så där så att det är extra härligt att sedan komma in i ett varmt och ombonat hem med tusen juleljus tända. Sedan jag flyttade hemifrån har jag fortsatt att ha en väldigt avslappnad inställning till julafton. Ibland ser jag fram emot den något oerhört, och vissa år har jag helt enkelt struntat i den. Valt att stanna kvar i min lägenhet och bara tagit det lugnt. Hellre än att stressa hundra mil hem med hemskt nattåg och måsta boka allt redan i oktober på ett skralt studentlån. På julbordet finns alltid det som vi tycker allra mest om. Min mamma började tidigt baka saffranssemlor eftersom semlor är bland det bästa jag vet. (Första gångerna var det vanliga semlor, sen julade hon till dem med safftan, himla smart!) Och i år åt vi inte ens någon julmiddag

**id 17**

Information till BRAVO:s medlemmar På grund av rådande restriktioner för Corona är det inte möjligt att hålla årsmöte i föreningen under året. Årsmötet skjuts därför fram i tiden med förhoppningen att kunna genomföra ett gemensamt årsmöte för verksamhetsåren 2019 och 2020 i mars nästa år (2021). Vill du ta del av verksamhet och ekonomi för föreningen så finns informationen tillgänglig i Årsberättelsen för år 2019 på BRAVO:s hemsida: http://bravo-kuggeboda.se Medlemmar som har frågor om årsmötet eller annat som berör verksamheten kan kontakta Styrelsen. OBS! Anmäl din mailadress om du inte redan gjort det till info@bravo-kuggeboda.se Oktober 2020 BRAVO Ekonomisk Förening Styrelsen OBS! ÅRSMÖTET 2020-03-28 ÄR TILLSVIDARE INSTÄLLT PGA CORONA! På grund av rådande restriktioner för Corona är det inte möjligt att hålla årsmöte i föreningen nu. Vi avvaktar till efter sommaren med nytt beslut om datum för årsmöte. Årsredovisning finns dock framtagen (pdf-fil): Protokoll (signerat original finns hos sekreteraren) från årsmöte 2019-03-23 Plats: Byahuset, Kuggeboda Dag : 2019-03-23 kl 10:00 – 12:00 Protokoll (pdf-fil): Protokoll föreningsstämma 2019 Årsredovisning (pdf-fil): Bravo årsredovisning 180101-181231 Protokoll (signerat original finns hos sekreteraren) från extra årsmöte 2018-12-12 Plats: Byahuset, Kuggeboda Dag : 2018-12-12 Kl. 19:00 Protokoll (signerat original finns hos sekreteraren) från ordinarie årsmötet 2018 Plats: Torkövägen 4 (Anders & Lena Johansson) Dag : 2018- 03 -10 Kl. 10.00 -12.00 Protokoll föreningsstämma 2018 401614 Bravo Ekonomiska Förening 170101-17123123304 —————————————————————————————————————————————————————————————————- Protokoll (signerat original finns hos sekreteraren) från ordinarie årsmötet 2017 Plats: Byahuset Kuggeboda Dag : 2017- 03 -11 Kl. 10.00 -12.00 Protokoll föreningsstämma 20170311 Bravo möten VA-föreningar —————————————————————————————————————————————————————————————————- Protokoll (signerat original finns hos sekreteraren) från ordinarie årsmötet 2016 Protokoll fört vid föreningsstämma för BRAVOS:s ekonomiska förening. Plats: Byahuset Kuggeboda Dag : 2016- 03 -05 Kl. 10.00 -12.00 Föreningsstämman öppnades av föreningens ordförande Jonny Ulvtorp §1 Till ordförande för stämman valdes Jonny Ulvtorp §2 Dagordningen godkändes §3 En förteckning av närvarande medlemmar upprättades enligt bilaga 1. Stämman beslöt att fastställa förteckningen om votering skulle ske. På mötet var totalt 30 närvarande. §4 Till sekreterare för mötet valdes Mats Johansson och till justeringsmän tillika rösträknare valdes Nils G. Rosenquist och Helen Smitt. §5 Kallelsen till årets föreningsstämma förklarades utlyst i behörig ordning. §6 Föregående mötesprotokoll från årsmötet 2015 föredrogs och godkänndes. §7 Styrelsens förslag till verksamhetsberättelse samt balans- och resultaträkning godkändes och lades till handlingarna. §8 Revisorernas berättelse föredrogs av Jan-Olof Tynnerstål. §9 Föreningsstämman beslutade att fastställa resultat och balansräkningen samt att årets resultat på -115 366.80 skulle föras i ny räkning. §10 Föreningsstämman beslöt att bevilja ansvarfrihet för det gånga verksamhetsåret §11 Inga framställningar. §13 Inga arvoden utgår till styrelsen. §14 Föreningsstämman beslöt enligt styrelsens förslag att ingen årsavgift skall erläggas §15 Föreningsstämman beslöt att välja följande medlemmar till styrelsen: Ordförande, Jonny Ulvtorp Omval 2 år §16 Mötet valde följande medlemmar till revisorer: §17 Mötet valde följande medlemmar till valberedning: Suppleant, Maja Smitt Kvar 1 år §18 Ordförande informerade om bredbandsprojektet. Allt talar för att vi ligger bra till för att få EU-bidrag. Slutligt besked från länsstyrelsen kommer förhoppningsvis under april. Rot-avdrag är ej möjligt enligt skatteverket. Informerades om

**id 18**

På addnature.com hittar du allt du behöver för dagens friluftsliv. Vi har kläder och utrustning för allt från vandring, klättring och löpning till skidåkning, paddling eller skridskoåkning. Vi som jobbar här använder de kläder och prylar vi säljer och har valt ut ett sortiment som vi verkligen tror på. Fokus på brett sortiment kombinerat med nischade varumärken Hos oss på addnature.com hittar du produkter från fler än 300 olika varumärken. Vi jobbar med stora varumärken som Houdini, Haglöfs, Icebreaker och The North Face, liksom med nischade märken som Hilleberg och CAMP. Ditt äventyr börjar här Oavsett om du tar dina första trevande löparsteg i skogen, klättrar uppför eller åker nerför berg så kommer du hitta det du letar efter hos oss. Vi vet mycket väl att alla resor börjar med ett första steg och vi vill mer än gärna vara med på hela din resa – oavsett var den tar dig och hur lång tid det tar. Priser inkl moms, frakt kan tillkomma. Det genomstrukna priset är det rekommenderade priset (REK). 3 Beställl innan 14:30 så skickar vi din order samma dag. Leveranstid 1-3 vardagar. Fri frakt för beställningar över 299 kr. 4 100 kr rabattkod gäller ordrar över 799 kr och du kan bara använda en kod per order.

**id 19**

Telefon: 019-103340 Per-Håkan: 0708-242797 Tomas: 070-6514570 E-post: info@osg.nu per-hakan@osg.nu Skyddet för dina personuppgifter är av högsta vikt för oss. I integritetspolicyn kan du läsa om hur vi behandlar dina personuppgifter och vilka rättigheter du har beträffande personuppgifter. Personuppgiftsansvarig för behandlingen av dina personuppgifter är: Örebro Städ Grossist Ösg AB Org nr: 556553-6223 Brändåsen Adolfsberg 110 692 93 Kumla Vilka och varifrån samlar vi in personuppgifter? När du är i kontakt med oss (t.ex. vid köp, ifyllande av formulär eller besök på webbsidan) samlar vi in personuppgifter om dig. De uppgifter vi samlar in är namn, personnummer, adress, e-postadress och telefonnummer, köp-, order- och användningshistorik, IP-adress samt information som du lämnar till vår kundtjänst. Definitioner Personuppgifter är all information som relaterar till en identifierad eller identifierbar fysisk person. Sådan data kan till exempel vara namn, bild, personnummer, e-postadress och hemadress, IP-adress, information om kompetens, utbildning eller tidigare erfarenhet. Även om en enda uppgift kanske inte räcker för att identifiera dig som individ, kan en uppgift utgöra Personuppgifter om den, i kombination med andra uppgifter kan kopplas till dig. ”Behandling” av Personuppgifter betyder i huvudsak en åtgärd eller kombination av åtgärder beträffande Personuppgifter, såsom insamling, registrering, organisering, strukturering, lagring, bearbetning eller ändring, framtagning, läsning, användning, utlämning genom överföring, spridning eller tillhandahållande på annat sätt, justering eller sammanförande, begränsning, radering eller förstöring. Vilka Personuppgifter samlas in och varför? Vi samlar in uppgifter när du till exempel använder våra tjänster, registrerar dig för våra kurser och seminarier, prenumererar på vårt nyhetsbrev, ansöker om jobb, deltar i enkäter eller kontaktar oss i olika typer av frågor. Vi samlar även in Personuppgifter som är nödvändiga för att administrera din kundrelation med oss och för att tillhandahålla tjänster i enlighet med vårt ömsesidiga avtal. Detta inkluderar vanligtvis information som ditt namn och telefonnummer, din adress och e-postadress, men kan också innehålla annan information, till exempel IP-adress. Vi kan samla in Personuppgifter om dig från olika källor. Uppgifter som hämtas in automatiskt när du besöker vår webbsida. Vi (och tredje parts tjänsteleverantörer som agerar på våra vägnar) använder cookies och andra verktyg (som webbanalysverktyg och pixeltaggar) för att automatiskt samla in information om dig när du använder vår webbplats, med förbehåll för villkoren i denna Integritetspolicy och tillämpliga lagar och förordningar. De typer av uppgifter som samlas in automatiskt kan innehålla: - Information om vilken typ av webbläsare du använder - Användarbeteende och interaktionsdata för de webbsidor du har tittat på - Din IP-adress - Din geografiska plats (begränsad till stad och land); Vi kan få Personuppgifter om dig från andra legitima källor, inklusive information från kommersiellt tillgängliga källor, såsom offentliga databaser och data-aggregatörer, samt information från tredje part. De typer av Personuppgifter som vi kan hämta från sådana källor inkluderar: - Att följa lagliga krav eller lagliga auktoritetsförfrågningar - Att förse dig med produkter och tjänster samt att informera dig om nya produkter, tjänster och evenemang - Att utvärdera och förbättra vårt erbjudande till, och kommunikation med, kunder Behandling av Personuppgifter på grund av rättslig förpliktelse Behandling av Personuppgifter är också tillåtet om nationell lagstiftning begär, kräver eller tillåter detta. Typen och omfattningen av Behandlingen måste vara nödvändig för den lagligt godkända databehandlingsverksamheten och måste följa gällande lagbestämmelser. Behandling av Personuppgifter på grund av berättigade intressen Personuppgifter kan också behandlas om det är nödvändigt för ett berättigat intresse hos oss. Berättigade intressen är i allmänhet rättsliga (t.ex. insamling av utestående fordringar) eller kommersiell karaktär (t.ex. undvikande av kontraktsbrott). Vi kan till exempel ha ansett att vi har ett berättigat intresse för att kunna uppfylla våra skyldigheter gentemot dig och att administrera ditt kundkonto. Användardata och internet Om

**id 20**

Det händer emellanåt att jag träffar på ett människoöde i kyrkböckerna som griper tag i mig. Vissa människor fick uppleva hemska saker och hade ändå kraften att gå vidare. Vid mitt allra första besök på landsarkivet i Uppsala 1995 ägnade jag mig huvudsakligen åt min morfars mor Signes anor och hamnade efter några generationer i Björkviks socken i södra Södermanland. Min morfars föräldrar, Signe f. Jonsson (1893- 1970) och Konrad Eriksson (1893- 1977) Signes farmors mor, Anna Greta Jonsdotter, föddes 1774 15/12 i Ekekulla i Björkvik. Hon var ett och ett halvt år när hennes mor Greta Eriksdotter sommaren 1776 träffades av blixten och avled. 1791 gifte sig Anna Gretas äldste bror, Carl Jonsson, med en änka med fyra små barn. I samband med vigseln blev Anna Greta närmare bekant med sin nya svägerskas svåger från första äktenskapet, 20-årige Jan Jansson. De var faddrar tillsammans när Annas Gretas första brorsbarn döptes följande sommar och gifte sig senare samma år. Exakt datum anges inte i vigselboken. Efter vigseln besöktes hemmet med jämna mellanrum av storken som levererade Stina 1793, Brita 1795, Jan 1799 (död 1801), Anna Greta 1801, Per 1804, Carl 1806, Katarina 1809, Johan 1812 och slutligen Anders 1815. I januari 1817 drunknade Jan Jansson i Yngaren. I bouppteckningen noterades tillgångar på 289 riksdaler banco och en gäld på 590 riksdaler banco. Det var alltså ett rejält underskott i boet. Anna Greta hade dock värre bekymmer än att sköta ett hem med minimala resurser. Yngste sonen Anders var nämligen ett s k sorgebarn. I husförhörslängden noteras följande om den lilla gossen: "Stum, blind, kan ej gå". Anna Greta Jonsdotter gifte om sig 1818 med den 15 år yngre Erik Eriksson. Några veckor efter vigseln föddes dottern Ulrika, som dog ett år gammal. Som framgår av utdraget ovan från husförhörslängden dog den multihandikappade Anders 1824. I dödboken angav prästen att 9-åringen dog av "långvarig sjukdom". Anna Greta blev änka för andra gången 1833. Innan hon somnade in vid 83 års ålder 1857 fick hon uppleva hur sonen Per hängde sig 1852. Sex år efter Anna Gretas död, 1863, föddes hennes dottersons son Axel Robert. Han var dövstum, liksom hans två år yngre syster Klara Sofia. Axel Robert gick på en dövskola i Bollnäs och Klara Sofia tillbringade sju år på Manillaskolan i Stockholm. Deras äldste bror, Karl Johan Karlsson, fick sex barn mellan 1881 och 1891. Ett barn var dödfött och en dotter dog bara två dagar gammal. De andra fyra barnen var samtliga dövstumma. En dag ska jag forska mer på synen på döva och den vård och utbildning de fick tillgång till. Det är ju det där med att få tid...

**id 21**

HERR / Skor för ALLA fötter! - Köp skor hos oss! Vi säljer herrskor, damskor, juniorskor och barnskor mitt i Mönsterås. Skohörnan / Mönsteråsskor AB. Vi Skickar Skor Vi säljer skor över hela landet. Vi jobbar med posten och levererar dina skor till närmaste utlämningsställe. Ring eller e-posta oss, så hjälper vi dig till ett enkelt och bra köp. Sedan sköter vi frakten åt dig mot postförskott. Tofflor i äkta ull, uppbyggda i hålfoten och tvättbara.

**id 22**

Ernst Stahl Christian Ernst Stahl, född 21 juni 1848 i Schiltigheim, Alsace, död 3 december 1919 i Jena, var en tysk botaniker. Stahl blev 1880 extra ordinarie professor i botanik i Strasbourg och 1881 professor och föreståndare för botaniska trädgården i Jena. Hans mest betydande forskning omfattar växtfysiologi och -biologi samt experimentella, fysiologisk-morfologiska undersökningar, varvid särskilt bladens form, ställning och färg utgör föremålet. Arbeten i denna riktning är bland annat Ueber sogenannte Kompasspflanzen (andra upplagan 1883), Pflanzen und Schnecken (1888), Regenfall und Blattgestalt (1893), Ueber bunte Laubblätter (1896), Ueber den Pflanzenschlaf etc. (1897) och Biologie des Chlorophylls (1909). Han blev ledamot av Vetenskapssocieteten i Uppsala 1911.

**id 23**

De som har f�tt reklam till sin e-postadress har varit med i n�gon av v�ra t�vlingar och p� s� s�tt anm�lt sig till annons�rens e-postutskick. Vi �r v�ldigt m�na om v�ra medlemmars uppgifter och l�mnar aldrig ut dessa ifall medlemmen sj�lv inte godk�nner det. T�nkte ber�tta lite om hur r�knaren p� sidan fungerar och varf�r alla medlemmar inte har ett registreringsdatum kopplat till sig. Jag b�rjar och ber�ttar om r�knaren. N�r man blir medlem p� Matklubben.se f�r man ett mail skickat till sig d�r man m�ste aktivera sitt konto, om man inte g�r detta r�knas man som en inaktiv medlem. Sj�lva r�knaren r�knar endast de medlemmar som har aktiverat sig via detta mail s� egentligen har vi m�nga fler registrerade medlemmar �n vad som visas p� sidan. Ang�ende de medlemmarna som inte har n�got datum kopplat till sig �r de som blev medlemmar n�r nya Matklubben.se �ppnades och �ven de som f�ljde med fr�n den gamla versionen av Matklubben.se. N�r vi lanserade den f�rsta versionen av Matklubben.se hade vi inte med att den sparade det datumet som medlemmen blev medlem utan det kom till ett tag efter�t. Hoppas detta gav svar p� era fr�gor och funderingar. Har lite svar denna g�ngen Skrivet av kalasmad den 4 jan 2009 H�r kommer ett recept som inte gick att f� fram varken i g�r kv�ll eller idag! Jag bad en annan godk�nnare som var inne samtidigt som jag att s�ka, hon fick heller ingen tr�ff! Skrivet av kalasmad den 4 jan 2009 nu s�kte jag p� n�t- och ostkex av begeanka. Dessa var det fel i pga bindesstrecket, detta �r nu fixat och man f�r fram receptet som beskrivet nu, dock �r bullarna rapporterad till r�ttning till ins�ndaren s� denna syns inte l�ngre i s�ket Vad g�ller s�ker f�r er godk�nnare s� kan ni inte filtrera p� ingredienser genom "M�ste inneh�lla" och "F�r ej inneh�lla" boxen, d� ingredienserna sparas f�rst efter ni godk�nt ett recept, detta �r en av anledningarna varf�r ni godk�nner recept. Vill ni s�ka efter ingredienser i ett ej godk�nt recept m�ste ni skriva detta i "S�k recept" boxen, d� s�ker den igenom ingredienserna anv�ndaren som skrev in receptet skrev. Ang. receptet med mozzarella och dom soltorkade tomaterna s� �r det n�gon godk�nnare som lagt in ingrediensen "soltorkade tomater" som "soltorkade tomat" vilket inte �r riktigt r�tt, d�rav gick det inte att filtrera p� "soltorkade tomater" f�r detta recept, f�r att f� fram receptet f�r man filtrera p� "soltorkade tomat" eller skriva "soltorkade tomater" i s�kboxen Det �r lite sv�rt att svara p� n�r jag inte har ett recept och s�kord att g� p�, d� det ser ut att funka n�r jag bara tar ett slumpvalt recept och s�ker p� dess ingredienser �r det H�stgryta av Liloo du syftar p�, det som �r skrivet ig�r? Vad jag kan se s� har inte liloos recept bambuskott i sig vilket isf skulle betyda att det blev r�tt om den visade 0 tr�ffar, men nu kan jag ju s�klart prata om fel recept. Om ej, kan du l�nka till receptet du menar, alternativt ge mig namnet i godk�nnar listan s� jag kan ta en titt p� vad som skulle kunna vara fel. Kan jag f� ett exempel p� vad det �r du/ni f�rs�ker s�ka p� och vad ni skriver i f�rfinad s�kning s� ska jag f�rs�ka fixa det. H�r �r ett exempel som funkar fint n�r jag s�ker: sen l�gger jag till pasta och sedan vitl�k i m�ste inneh�lla sedan skriver jag in tomat och trycker p� f�r inte inneh�lla, jag har d� 19 tr�ffar kvar vilket alla passar p� kriterierna jag s�kt/filtrerat p� Tack f�r bra felbeskrivningar. 2an och 3an �r fixade och jag har lagt till s� det kommer

**id 24**

Moxico är en provins i östra Angola med en yta på 223 023 km² och 230 023 invånare. Delstatens huvudstad är Luena.

**id 25**

Mail Brittiska dagstidningen The Independent lägger ner papperstidningen. Det är på den egna sajten som The Independent berättar att man lägger ner papperstidningen för att istället satsa digitalt: ”The Independent kommer att bli den första nationella dagstidningen att göra förflyttningen till en digital framtid”, skriver man. Enligt tidningens egna uppgifter är The Independent den snabbaste växande sajten för kvalitetsnyheter i Storbritannien. Sajten ska ha vuxit med drygt 33 procent de senaste tolv månaderna och har nu cirka 70 miljoner besökare i månaden. Ägarna förväntar sig dessutom att sajtens intäkter växer med 50 procent i år. – Dagspressindustrin förändras och den förändringen drivs av läsarna. De visar oss att framtiden är digital. Det här beslutet bevarar The Independent som varumärke och ger oss möjlighet att fortsätta investera i högkvalitativt redaktionellt innehåll som lockar fler och fler läsare till våra plattformar online, säger The Independents ägare Evgeny Lebedev till den egna tidningen.

**id 26**

Ni som följt den här bloggen genom åren har säkert märkt att jag då och då funderar över webbhotell och annan hosting. Sedan 2009 har jag använt tre-fyra av de större aktörerna i Sverige vad gäller webbhotell. Jag har även vid ett par tillfällen testat VPS men aldrig blivit riktigt nöjd. Nu senast körde jag på vanligt webbhotell med CDN från annan leverantör men det blev inte riktigt bra ändå. Att bloggen titt som tätt är nere eller seg som sirap gör mig faktiskt ganska irriterad så för mig är det verkligen viktigt med så bra uptime och laddtid det bara går att få. Hej Ipeer ECS! Sedan någon vecka tillbaka testar jag nu ECS 2.0 hos Ipeer. Extra glädjande är förövrigt att Ipeer har sitt säte i samma stad som jag själv ofta rör mig i, Karlstad. ECS står för Elastic Cloud Server och om du hört talas om VPS tidigare handlar det här om samma sak fast lite bättre. Snabb webb och snabba svarstider Jag tror nästan alla känner som jag: En sida som tar flera sekunder att ladda är en irriterande upplevelse. För mig är det viktigt att ni läsare får innehållet presenterat så snabbt det är möjligt. ECS 2.0 har än så länge levererat både bra svarstider och laddtider. Statistik visar även den hur viktigt det är med snabba laddtider för webbplatser. För några veckor sedan laddade en sida på bloggen ibland på så lång tid som 10-11 sekunder. Kolla bilden ovan så förstår du skillnaden och varför min frustration är som bortblåst, nu snackar vi inom ett par sekunder. Då ska du veta att jag ännu inte hunnit konfigurera något CDN som kommer minska laddtiderna ytterligare. Jag använder mig av W3 Total Cache för att cache:a allt innehåll. Det här samt alla bilder kan placeras på CDN som är blixtsnabbt på att leverera sånt här. Egen server vs delat Webbhotell Jag har läst flera artiklar som handlar om att installera sin helt egna WordPress på en egen virtuell server. Det sköna med det är att det är bara mina prylar som tar kraft och påverkar prestandan. På ett vanligt webbhotell kan du dela plats med hundratals och ibland tusentals andra webbplatser. Något som kan ge en slöare upplevelse för dig som besökare. Jag har tidigare skrivit om hur många webbplatser du delar server med. Nu med Nginx Nu körs arwengrim.se som sagt med ECS 2.0, jag har valt en ubuntudistribution eftersom de flesta guider brukar vara för just det (ska du testa ECS själv, googla efter guider det finns mängder av steg-för-steg). Istället för Apache som man normalt använder kör jag Nginx och phpfpm. Jämfört med Apache blir det både snabbare men framförallt går det åt väldigt lite resurser och därmed blir det en ganska billig konfiguration, inte mycket dyrare än vad ett webbhotell kostar per månad. I tisdags blev ECS 2.0 officiell och den inkluderar faktiskt även CDN. För dig som gillar snabb webb och som vill mecka lite med Nginx (går självklart även med Apache) så låter Ipeer oss testa ECS 2.0 gratis året ut. Testa själv, du kommer verkligen inte ångra dig.

**id 27**

"Du skriver att du inte kommer att behandla enskilda ärenden, men svara på frågor om service och bemötande. Då måste ju frågan handla om konkreta ärenden och det är ett sådant som jag nu tar upp. Det är en ung man från Sudan (NN, diarienr x-xxxx) som besökt Migrationsverket i Y för kompletterande utredning. Där får han först höra att det finns tre tolkar som jobbar med hans stamspråk. När det uppstår oklarheter om hans stamspråk och MIG:s personal tvivlar på om han kan tala detta språk säger han att MIG ska låta honom få prata med någon av dessa tolkar. Då får han till svar att det är bara en som jobbar och att hon inte har tid med honom. Efter några dagar kommer ett beslut att NN inte är att betrakta som flykting och att hans berättelse inte är trovärdig och att språkanalysen som gjordes på hans engelska snarare tyder på att han kommer från Uganda eller Kenya. Om MIG tvivlar på hans härkomst är det väl MIG:s ansvar och skyldighet att BEVISA att han inte kan stamspråket? Inte skall väl detta vara beroende av om det finns tolkar närvarande eller som kan kallas in? Min fru kommer från Dalarna men bor i Värmland. Hon bryter på dalmål. Med MIG:s resonemang kunde man alltså ifrågasätta om hon verkligen bor i Värmland. Jag kommer från Stockholm, men bor i Värmland. Jag pratar varken stockholmska eller dalmål eller värmländska. Varifrån kommer jag? Hur skulle en språkanalys i Sudan agera om de skulle avgöra min hemort om JAG måste fly till Sudan? Förlåt mina absurda tankar, men man undrar hur MIG jobbar med sina språkanalyser. Hoppas på en bättring och jag begär att NN skall få en chans att tala sitt stamspråk acholi med någon på MIG innan UN eller den nya prövningen slutgiltigt avgör hans ärende. Med vänlig hälsning Namn och telefonnummer på skribenten" (Det är jag som ersatt namn och diarienr med NN, X och Y för att de inblandade ska få förbli anonyma). Som sagt: inget svar, inte ens en bekräftelse på att sökandeombudsmannen mottagit mejlet, ämnar svara senare eller vidarebefordrat det. Vad är det för mening med en sådan tjänst om personen varken svarar när folk ringer eller mejlar (se mitt tidigare inlägg) och inte heller är ute på förläggningarna och talar direkt med asylsökande som har massor av frågor?

**id 28**

Kommunikation är viktigt…. Jag heter Susanne Lj Westergren och är en snabb stilsäker medicinjournalist, innovativ medical writer och sedan våren 2017 även författare. Jag är väl förankrad i inom det stora fältet Life Science. Förutom min journalist- och informatörsutbildning har jag även en akademisk vårdutbildning. Dessutom många högskolepoäng inom bland annat webbkommunikation, marknadsföring, psykologi, pedagogik samt en lång innehållsrik yrkeskarriär. …..från Life Science till populärvetenskap

**id 29**

Behandling av cancer i bäckenet är hos många patienter förknippat med resttillstånd med försämrad livskvalitet som följd. Hur hjälper vi dessa patienter? På samma sätt som under mötet oktober 2016 kommer en fakultet av nationell och internationell expertis att dela med sig av sina kunskaper och erfarenheter. Alla oavsett specialitet och profession som arbetar med bäckencancer är hjärtligt välkomna.

**id 30**

Har du kommit till en punkt i livet där du vill fördjupa dina kunskaper inom yoga, meditation, pranayamas, alignment och allt som kommer med en yogalärarutbildning? Drömmer du om att bli internationellt certifierad yogalärare, yogainstruktör eller meditationslärare? Vi är en familjär och varm yoga skola i Västervik, vår fokus ligger på det inre processen och elevens inre resa. Vi har idag kanske Sveriges mest generösa och unika yogalärarutbildning, du påbörjar din utbildning i Sverige och kommer att avsluta den med en magisk examinations resa till Indien. I denna utbildning ingår allt från studiematerial till boende i Indien. Kram & Namaste 1 ÅRIG YOGAUTBILDNING MED 3 GRENAR I FOKUS, HATHA YOGA, VINYASA YOGA & YINYOGA Du påbörjar din resa mot ett internationellt godkänd certifikat i Västervik och avslutar det hela med 2 fantastiska veckor i Indien. I Indien kommer du att undervisas av vår Indiska vän Manjeet Mathur, där kommer du även ha möjligheten att njuta av god mat, sol och bad. Utbildningen är på 200 timmar och Yoga Alliance certifierad, denna utbildning ger dig grunderna till 3 olika "stilar" inom yogan, hatha yoga, vinyasa yoga och yin yoga, fokus kommer dock ändå att liga på hatha yogan som är den "moderna" yogans moder. Utbildningen är komponerad av Anna-Carin Tall som även är grundare till Muy santo yoga & meditation. Trotts att utbildningen har en yang stil som grund så är den väl utformad för att du skall kunna jobba med det mjuka, meditativa och spirituella inom dig. Kunskapen och tryggheten för att kunna hålla egna klasser eller varför inte öppna eget Ett familjärt och kunnig team med både ordinarie och gäst lärare, läs om dem Sol, hav och fantastisk mat Väska med t-shirt och yogiska verktyg All undervisning sker på Svenska förutom Filosofin & meditationen som hålls i Indien Studie material Vi täcker naturligtvis hur det är att jobba som yogalärare och vilka möjligheter det finns Extra klasser som annars inte inkluderas i traditionella utbildningar Gratis yoga på Muy Santo Yoga & Meditation under utbildningen Möjlighet att ansluta dig till vårt team efter utbildningen som yogalärare under 200 timmars utbildningarna. Som du märker så ingår det väldigt mycket i denna utbildning och det är så en yogalärarutbildning skall se ut enligt oss. Det skall vara ett minne för livet och inte bara en yogalärarutbildning En fantastisk avslutning på din yogalärarutbildning Efter att du gjort ditt första praktiska prov åker vi iväg till Indien, Goa närmare bestämt, där kommer du att få träffa ytterligare lärare och instruktörer. Denna resa kommer att fungera dels som en form av retreat men främst kommer det att vara under denna period som du kommer att slutföra utbildningen. Här håller vi meditationer och pluggar filosofi på djupet till både soluppgång och nedgång. Vi kommer att hålla till i egen regi där allt du behöver finns. Du kommer både att bo och ha tillgång till shala på ett och samma byggnad, stranden ligger på gångavstånd och du kommer även att få njuta av en fantastisk solnedgång. Maten tillagas av vår egen kock för att på detta sätt kunna ha större påverkan över vad vi stoppar i oss. När du beslutat dig för Muy Santo Yoga & Meditation yogalärarutbildning Det skall kännas rätt i både hjärta & själ. Att ta beslutet från tanke till handling kan många gånger vara skrämmande. Rädslor, förutfattade meningar och mer därtill kan börja spöka för dig. Vi på Muy Santo vill att det skall kännas rätt för dig, från början till slut. Många som väljer att gå en Yogalärarutbildning gör det oftast för att själva fördjupa sin kunskap, men under resans gång så går det allt som ofta över i en tanke om att själva hålla klasser, starta studio eller rent av åka jorden runt och arbeta på olika skolor som lärare. Hur det än blir så är vi på Muy Santo helt övertygade om att allt kommer att bli precis som det är tänkt att bli för just DIG. Finns det någon rekommendation för att påbörja denna livslånga resa? Svaret för oss är enkel, Nej. Anledningen till att vi säger nej är just för att du är unik. Du är unik både till fysiken som till det spirituella. Alla har vi vår egna väg att vandra och vi har alla våra olika anledningar

**id 31**

Det blev inte så mycket gjort i helgen men var i alla fall ut och krafsade fram lite lingonris och blåbärsris under snön och plockade lite granris oxå. I övrigt var det keramikkurs i fredags som vanligt och det är ju såå roligt, skulle kunna hålla på hur många timmar som helst...kan ju berätta att skålarna blivit liiite större i alla fall men det är inte alltid de håller när de ska tas från drejskivan :) Har gjort iordning min loppisfyndade korg yyyyymed adventsmys. Rönnbären håller sig fina fortfarande. Kunde inte låta bli att köpa den här julskivan yyyyytill subventionerat pris på Ica... En riktig mysskiva. Har provhängt mina färdigsydda allmogegardiner yyyyyoch så här ser de ut med den ljusa sidan inåt.. yyyyydet blev bäst tycker jag.. Den här mörkare sidan av gardinen får hamna yyyyyutåt istället..bra att kunna välja :) Nu vill jag ha ett vitt gammalt lakan som hissgardin yyyyybakom längderna. I lördags hade vi 3-rätters bjudning med jordgubbssallad m halloumi och prosciutto, hjortstek m potatistorn och calvadossås och favoriten basilikamarinerade jordgubbar med råkräm...mums :) Det känns bra att få lite helgmat i matlådan till jobbet :) Ha en mysig 1:a advents vecka..för visst pyntas det och donas i förväg och adventsljusstaker och julstjärnor kommer säkert att tändas lite i förväg! Kram :)

**id 32**

Funderar du över värdet på din bostad eller går du i säljartankar? Letar du kanske efter ett nytt boende och vill veta vad som är på väg in? Har du inte varit till mig tidigare så är du välkommen nu! Jag finns på Köpmanbergsvägen 1 (entrén bredvid Aktivitetsfabriken) Parkering finns alldeles i närheten, Välkommen!

**id 33**

Välkommen till första lektionen, här går vi igenom grunderna Du får lära dig mer om vad kroppen behöver för att må bra och utvecklas, om energibalans och om hur det du äter påverkar hälsan. Näring och energi I maten finns all näring kroppen behöver. Med näring menas kolhydrater, fett, protein, vitaminer och mineraler. Kolhydrater, fett och protein bygger upp kroppen och ger energi. Vitaminer och mineraler har andra livsviktiga funktioner i kroppen. En lagom mängd av bra mat, rörelse och sömn ger dig allt du behöver för att utvecklas och må bra. Vad som är lagom mängd mat just för dig beror på hur mycket du rör dig och hur mycket muskler du har. En bra balans mellan mat, träning och vila är viktigt, oavsett om du tränar hårt och ofta eller rör dig mindre. Variera mera När du äter varierat, dvs. av många olika slags mat, så blir det lättare för dig att få dig allt som kroppen behöver. Här är några exempel på viktiga ämnen som kroppen behöver: - Kalcium: behövs för att bygga skelett och tänder, och för att blodet ska koagulera och nerverna fungera. - Vitamin D: behövs för att bygga skelett och tänder och för att immunförsvaret ska fungera. - Järn: behövs för att transportera runt syre i blodet och för hjärnans utveckling. - Vitamin C: är en så kallad antioxidant som skyddar kroppen mot sjukdomar. Hjälper oss också att ta upp järn från växtbaserad mat. - Fibrer: behövs för att tarmen ska funka bra. - Omega 3: behövs för hjärnans och synens utveckling. - Jod: behövs för ämnesomsättningen, alltså den process som gör att maten vi äter kan omvandlas till energi. - Selen: behövs för immunförsvaret och hjälper till att skydda kroppens celler. När du äter varierat, dvs. av många olika slags mat, så blir det lättare för dig att få dig allt som kroppen behöver. Här är några exempel på viktiga ämnen som kroppen behöver: - Kalcium: behövs för att bygga skelett och tänder, och för att blodet ska koagulera och nerverna fungera. - Vitamin D: behövs för att bygga skelett och tänder och för att immunförsvaret ska fungera. - Järn: behövs för att transportera runt syre i blodet och för hjärnans utveckling. - Vitamin C: är en så kallad antioxidant som skyddar kroppen mot sjukdomar. Hjälper oss också att ta upp järn från växtbaserad mat. - Fibrer: behövs för att tarmen ska funka bra. - Omega 3: (är en fettsyra som kroppen inte kan tillverka själv och) behövs för hjärnans och synens utveckling. - Jod: behövs för ämnesomsättningen, alltså den process som gör att maten vi äter kan omvandlas till energi. - Selen: behövs för immunförsvaret och hjälper till att skydda kroppens celler. Variera mera Variera mera När du äter varierat, dvs. av många olika slags mat, så blir det lättare för dig att få dig allt som kroppen behöver. Här är några exempel på viktiga ämnen som kroppen behöver: - Kalcium: behövs för att bygga skelett och tänder, och för att blodet ska koagulera och nerverna fungera. - Vitamin D: behövs för att bygga skelett och tänder och för att immunförsvaret ska fungera. - Järn: behövs för att transportera runt syre i blodet och för hjärnans utveckling. - Vitamin C: är en så kallad antioxidant som skyddar kroppen mot sjukdomar. Hjälper oss också att ta upp järn från växtbaserad mat. - Fibrer: behövs för att tarmen ska funka bra. - Omega 3: behövs för hjärnans och synens utveckling. - Jod: behövs för ämnesomsättningen, alltså den process som gör att maten vi äter kan omvandlas till energi. - Selen: behövs för immunförsvaret och hjälper till att skydda kroppens celler. Bra matvanor gör dig frisk, pigg och stark Så här sammanfattar Livsmedelsverket sina råd, läs gärna mer här: - Ät mer grönsaker och frukt - Ät mer fisk och skaldjur - Byt till fullkorn - Byt till nyttiga fetter - Välj mejeriprodukter med mindre fett - Ät mindre av kött och korv - Ät mindre salt - Ät mindre socker - Ät lagom mycket och rör dig mer Bra matvanor gör dig frisk, pigg och stark Bra matvanor gör dig frisk, pigg

**id 34**

|Isbn||9789178254811| Boken är skriven av Per Berg, utbildad bibliotekarie med 15 års erfarenhet av arbete med skriv- och läslust och att hålla skrivarverkstäder för barn och unga. Han har tidigare skrivit en roman, en diktsamling, samt ett filmmanus. Han är född i Ljusdal, och bor nu i Stockholm. När han tittar på film, blir det oftast skräck. Lättlästa böcker från Nypon är ofta något kortare, har alltid ett lättare språk och ett innehåll anpassat för den tänkta läsarens ålder.

**id 35**

165 22 Vällingby 08-515 100 16 168 47 Bromma 08-515 100 65 raketen@underbara.se 162 51 Vällingby 08-586 100 65 tellus@underbara.se Kontaktuppgifter till vår rektor Rektor Maria Vasilopoulou 073-985 01 94 maria@underbara.se Kontaktuppgifter till våra biträdande rektorer Biträdande rektor Tiina Blomquist Vaiho 076-209 58 16 tiina@underbara.se Biträdande rektor Zoi Arabatsi 073-593 23 02 zoi@underbara.se 165 22 Vällingby 08-515 100 16 168 47 Bromma 08-515 100 65 raketen@underbara.se 162 51 Vällingby 08-586 100 65 tellus@underbara.se Kontaktuppgifter till vår rektor Rektor Maria Vasilopoulou 073-985 01 94 maria@underbara.se tiina@underbara.se Biträdande rektor Zoi Arabatsi 073-593 23 02 zoi@underbara.se Arbeta hos oss Hos Underbara Barn & Förskolor får du möjligheten att vara med och påverka på riktigt! Vi tycker det är mindre viktigt ifall du är nyexaminerad eller har flera års erfarenhet, det vi vill är att du delar vår barnsyn. Ett av våra ledord är ödmjukhet – vi försöker tillsammans dra nytta av den samlade kompetensen inom bolaget för att på så vis höja den pedagogiska kvalitén. Vi värdesätter dig som vill utvecklas och ligga i framkant, som genom självreflektion och fortbildning ständigt vill förbättras. Vi erbjuder bland annat: kollektivavtal, arbetskläder, friskvårdbidrag, utbildningar och fria pedagogiska måltider. Hos oss är det viktigt att alla kommer till jobbet med ett leende och går därifrån stolta, det är något vi endast kan uppnå som ett lag. Tänker du som oss? – Skicka in din ansökan redan idag! pedagog@underbara.se Underbara Barn & Förskolor värnar om er säkerhet och integritet. Denna webbplats (underbara.se) är krypterad med HTTPS/SSL-certifikat och därmed bevisad säker anslutning. Läsa gärna igenom nedanstående summerande information då den beskriver hur vi samlar in och hanterar era personuppgifter i enlighet med Dataskyddsförordningen (GDPR). Din personliga integritet är viktig för oss och vi på Underbara Barn & Förskolor arbetar på olika sätt för att skydda och respektera den. Inte minst genom att följa dataskyddsförordningen (GDPR). Bland annat genom att inte använda dina personuppgifter till mer än det nödvändiga, men även genom att arbeta seriöst med säkerhet och dokumentation. I denna text har vi försökt samla all information om vår syn på integritet och vårt integritetsarbete. Du är välkommen att kontakta oss om du har frågor eller förbättringsförslag. Vilket tillämpningsområde gäller denna personuppgiftspolicy. Denna policy gäller för personer som besöker vår hemsida (www.underbara.se). Den gäller även då du kontaktar oss. Personuppgifter är information som enskilt eller i kombination med andra uppgifter kan användas för att identifiera dig som användare som en fysisk nu levande person. Det kan t.ex. vara ditt namn, din e-postadress eller ditt telefonnummer. Uppgifter och data som vi samlar in och hur den används. Vårt främsta syfte för att behandla dina personuppgifter är för att vi ska kunna fullfölja åtaganden mot dig i enlighet med vår verksamhet. Säkerhet. Vi skyddar dina personuppgifter genom en kombination av tekniska och organisatoriska lösningar. Åtkomstsystem krävs för tillgång till samtliga av våra system som hanterar personuppgifter. Våra anställda och samarbetspartners samt personuppgiftsbiträde och underbiträde ska följa våra interna informationssäkerhetspolicy. Personuppgifter som skickas in till oss utan att det efterfrågats kommer inte att sparas längre än ett år, undantaget gäller spontana kontakter eller avtalsärenden. Överföring av information. Vi sparar vår information inom EU. Bokföringsdata sparas i Sverige eller av Skatteverket godkänt land. Vi säljer inte vidare någon kundinformation till 3:e part.

**id 36**

Specialistsjuksköterske utbildning till distriktsköterska Att studera till distriktssköterska vid Högskolan Dalarna innebär ett flexibelt lärande med studier förlagda såväl på högskolan som på distans. Utbildningen omfattar 2 terminers heltidsstudier samt en tredje termin där studierna sker på halvfart. Distansstudier innebär att mycket av undervisningen sker med hjälp av lärplattform, föreläsningar på nätet, mail mm. Vissa delar av utbildningen sker dock på Campus i Falun och den verksamhetsförlagda utbildningen i huvudsak i Dalarnas län. Utbildningen bedrivs utifrån ett problemorienterat lärande med varierande arbetsformer som föreläsningar, seminarier samt egna studier. Utbildningen omfattar kurser som belyser, evidensbaserad vård, ledarskap, folkhälsa och folkhälsoarbete, hälso- och omvårdnadsarbete för alla åldrar,samt farmakologi och sjukdomslära. Ett examensarbete ingår också i utbildningen. Distriktssköterskeyrket är självständigt, ansvarsfullt och omväxlande. Vill du arbeta med människor i alla åldrar, genom att främja hälsa och förebygga ohälsa samt ge sjukvård på egen mottagning och i hemmet, ska du absolut välja den här specialistutbildningen. Vad en distriktssköterska arbetar med Som distriktssköterska kan Du arbeta med telefonrådgivning, barnhälsovård, skolhälsovård, hälso- och sjukvård till vuxna och äldre inom hemsjukvård och på egen mottagning. Distriktssköterskan arbetar med hälsovägledning och utför undersökningar och behandlingar utifrån självständiga bedömningar, innehar även förskrivningsrätt för vissa läkemedel och hjälpmedel. Distriktssköterskan informerar, undervisar och vägleder vårdtagare och deras närstående samt handleder och undervisar studenter och vårdpersonal. Distriktssköterskan samverkar dessutom med företrädare för andra yrken och institutioner. Arbetsmarknaden Arbetsmarknaden för distriktssköterskor bedöms vara god då bland annat stora pensionsavgångar är förestående. ProgramtillfällenHöstterminen 2015Anmälningskod: HDA-H2PZRProgramstart: v36, 2015Studietakt: 100%Studieort: Flexibel (Falun)Studieform: IT-distansSpråk: SvenskaBehörighetskrav: [?] Av Socialstyrelsen utfärdad svensk legitimation som sjuksköterska samt kandidatexamen eller sjuksköterskeexamen om minst 180 hp med minst 90 hp inom ämnet omvårdnad/vårdvetenskap varav 15 hp utgörs av ett examensarbete. Dessutom krävs yrkesverksamhet som sjuksköterska motsvarande minst 12 månaders heltidstjänstgöring eller motsvarande kunskaperNätbaserad utbildningDatorvana: Datorkapacitet: Genomförande: Obligatoriska fysiska träffar: 15Obligatoriska online träffar: 10 Rekommenderad datorvana: 2 av 3. Surfa på internet, läsa och skicka e-post, använda ett ordbehandlingsprogram (exempelvis Word). Koppla in en kamera och ett headset till datorn och med instruktioner installera ett program. Du bör ha vana att surfa på internet sedan tidigare, så som att läsa dagstidningar och söka i sökmotorer som exempelvis Google. Du har sedan tidigare skickat och tagit emot e-post där du då också har bifogat filer. Då du under dina studier kommer att skriva uppgifter bör du kunna skriva och redigera texter i en ordbehandlare (exempelvis Microsoft Word).I många kurser sker möten via internet där man kommunicerar i tal och rörlig bild via datorn. Därför bör du kunna koppla in en webbkamera och ett headset till din dator för att använda vid sådana tillfällen. I vissa fall behöver man med hjälp av instruktioner utföra enklare installationer av program.På sidan http://samtal.du.se finns det ett rum som heter ”HDa Cafe” där du alltid är välkommen in för att prova samt att få hjälp. Det är bemannat måndag-torsdag 08-22 samt fredagar 08-15. Rekommenderad datorkapacitet: 2 av 3. Tillgång till dator (ej mini pc, surfplattor och liknande) och bredbandsuppkoppling, minst 1 Mbit/s för att ta emot filer och 0,5 Mbit/s för att skicka filer (ej mobilt bredband, detta då mobilt bredband kan variera väldigt mycket i hastighet). För att klara av de nätbaserade studierna fodras tillgång till

**id 37**

Vandiver avlade juristexamen vid University of Georgia och tjänstgjorde i US Army Air Forces i andra världskriget. Han gifte sig med senator Richard Russells brorsdotter Betty Russell. I guvernörsvalet 1946 stödde Vandiver Eugene Talmadge. Efter Talmadges död efter valet men innan guvernörsinstallationen stödde han sonen Herman Talmadge som valdes till guvernör av delstatens lagstiftande församling. Under guvernör Marvin Griffin var Vandiver viceguvernör i fyra år.[1] Vandiver efterträdde 1959 Griffin som guvernör och efterträddes 1963 av Carl Sanders.[2] I valkampanjen hade han sagt att inte en enda svart elev får gå i en vit skola men de federala myndigheterna inledde integreringen av utbildningssektorn och Vandiver var tvungen att ta en mera praktisk hållning i frågan.[3] I guvernörsvalet 1966 avbröt Vandiver sin kampanj på grund av en hjärtinfarkt.[4] Han avled 2005 och gravsattes på Lavonia-Burgess City Cemetery i Lavonia.[5] Vandivers dotter Jane Vandiver Kidd har varit ordförande för demokraterna i Georgia.[6]

**id 38**

InfoTech Umeå <U+200B>Limes Audio från Umeå kan nu titulera sig som ett av Europas 100 mest lovande teknikbolag sedan företaget utsetts till en av vinnarna av Red Herring Top 100 Europe Award. HORNBACH I går, torsdagen den 16 april, gästade inredaren och stylisten Sofie Börjesson bygg- och trädgårdsmarknadskedjan Hornbach i Malmö. Sofie bjöd på inspirerande inredningstips – bland annat hur hyllor och textilier såsom mattor, plädar och kuddar skapar rumslighet i trädgården. It-studenter bjuds på högklassig konferens InfoTech Umeå <U+200B>Femton studenter checkar in på morgonflyget i Umeå. It-företaget Omegapoint bjuder på resan till Stockholm där en konferens väntar med föreläsningar av högsta klass. Scalateatern i Stockholm På måndag den 20 april firar podcasten Värvet sitt treårsjubileum på Scala. Lars Winnerbäck och Bianca Kronlöf intervjuas av Kristoffer Triumf. Biljetter säljs via: billetto.se/varvet. Restaurangen är öppen från 16.30. Välkomna! Världslansering av Kung Fury 28 maj InfoTech Umeå Sveriges Television sänder Kung Fury 28 maj. Samtidigt släpps filmen fri på Youtube för världslansering. Och ikonen David Hasselhoff från Baywatch medverkar i filmens musikvideo. Agil utveckling lockade många InfoTech Umeå Agil systemutveckling är hett i Västerbotten och engagerar många. Konferensen Västerbotten Agile Exchange 2015 blev snabbt utsåld och listan över lokala talare som ville dela med sig av sin kunskap fylldes också till bredden. HORNBACH I samband med att bygg- och trädgårdsmarknadskedjan Hornbach firar tio år i Malmö får varuhuset finbesök av inredaren och stylisten Sofie Börjesson. Sofie driver bloggen [room] by sofie och har valt ut fem favoriter ur Hornbachs inredningssortiment. Fredrik Reinfeldt kommer till Affärsracet Fredrik Reinfeldt, tidigare statsminister, gästar näringslivsmässan Affärsracet i Anderstorp den 27-28 maj. Nu är det snart bara en dryg månad kvar till den stora näringslivsmässan på Anderstorp Raceway som i år arrangeras för fjärde gången. Affärsracet är en av Sveriges största mötesplatser för innovation och entreprenörskap.

**id 39**

Opus Group: Clearcar tappar tillståndet | Redeye.se Tillsynsmyndigheten Swedac återkallar tillståndet för en av Opus konkurrenter, Clearcar, efter en lång period av brister i verksamheten som inte har åtgärdats. Clearcar har omkring 6% av totalmarknaden i Sverige efter att ha expanderat kontinuerligt under de senaste åren. Uppenbarligen har expansionen inte skett under kontroll utan bolaget har fått flera anmärkningar som man inte har lyckats eller brytt sig om att åtgärda. Clearcar har tvingats stänga ned stationerna omgående men meddelar att de skall överklaga beslutet. Vi har svårt att tro att de kommer lyckas eftersom bristerna fortfarande finns där. När de har åtgärdats kan de återigen ansöka på nytt, men det ligger antagligen ganska långt fram i tiden. Personalen har då troligen lämnat vilket gör att startsträckan blir lång. Därmed ser konsolideringen av den svenska marknaden ut att ha startat. Det är givetvis gynnsamt för Opus, i synnerhet då Clearcar har profilerat sig med de lägsta priserna. Vad som sker med Clearcars stationer är svårt att gissa. Möjligen kan någon av de andra aktörerna vara intresserad. Men det kräver troligen en snabb affär innan personalen har lämnat. Med den osäkerhet som Transportstyrelsens förslag om utglesad besiktning (vartannat år istället för varje år för äldre bilar) har fört med sig, är intresset att köpa flera stationer antagligen ganska svalt. Ladda ner vår senaste analys Henrik Alveskog Opus är en serviceleverantör inom miljö- och säkerhetskontroll av fordon. Bolaget driver bilprovningsprogram i Nordamerika och sedan 2012 i Sverige. De har även tillverkning av utrustning för bilprovningsanläggningar och verkstäder. VD Vi som jobbar på Redeye är specialister inom Life Science och Technology, har ett djupt aktieintresse och brinner för att hjälpa tillväxtbolag att växa.

**id 40**

Lakrits fanns på Biltema i form av vulk-tape, men skam vet om jag lyckades så bra för tomgången är lite hög... Att Stilon är knepig vet vi sedan länge. Nu fungerar instrumenten (tillfälligt) igen... Knäppt! Fiat: Coupe 20vt -99, Coupe 16vt -94, Marea 1,6 -99, Marea 20v 155 -00, Stilo 1,8 MV -05. Ford: Xr3i cab -88, Xr3i "All white" cab -88, Escort 1,6 -88 Dodge: Dart custom -72, Dart swinger -72 Chrysler: New Yorker salon -63 RollsRoyce: Shadow -68 Länge sedan det uppdaterades här. Sedan sist har jag lyckats laga bakluckehandtaget genom att byta microbrytaren i det, och ful-laga skylt belysningen genom koppla två till ett ( lamphållarna var redan av tidigare ägare moddade med nya kablar, men nu sönderärgade). Målet var att slippa anmärkning på besiktningen, och det lyckades ....vad gäller den saken. Besiktningen misslyckades däremot på grund av glapp i en spindelled, taskig ljusbild och litet avgasläkage skulle passerat, men blev nu anmärkningar med Fiat: Coupe 20vt -99, Coupe 16vt -94, Marea 1,6 -99, Marea 20v 155 -00, Stilo 1,8 MV -05. Ford: Xr3i cab -88, Xr3i "All white" cab -88, Escort 1,6 -88 Dodge: Dart custom -72, Dart swinger -72 Chrysler: New Yorker salon -63 RollsRoyce: Shadow -68 Det var värst var griniga bes. var då. Alfa 75 3.0V6 -90 BMW Z4M Coupe -06 BMW 118dM -10 Coupe 20VT -98 RIP 125 Special -72 RIP Det gäller att planera in besiktning när Stilon mår bra och inte längtar söderut. Fiat: Coupe 20vt -99, Coupe 16vt -94, Marea 1,6 -99, Marea 20v 155 -00, Stilo 1,8 MV -05. Ford: Xr3i cab -88, Xr3i "All white" cab -88, Escort 1,6 -88 Dodge: Dart custom -72, Dart swinger -72 Chrysler: New Yorker salon -63 RollsRoyce: Shadow -68 Fel delar låg och väntade ååååå NU börjar det bli bråttom! Attans. Fiat: Coupe 20vt -99, Coupe 16vt -94, Marea 1,6 -99, Marea 20v 155 -00, Stilo 1,8 MV -05. Ford: Xr3i cab -88, Xr3i "All white" cab -88, Escort 1,6 -88 Dodge: Dart custom -72, Dart swinger -72 Chrysler: New Yorker salon -63 RollsRoyce: Shadow -68 Stilon blev idag besiktigad för andra gången med fortsatt nedslag på taskig ljusbild Det visar sej vara mer än defekt glödlampa och nu varnades jag för att "-Nästa gång släpper jag inte igenom den ANDRA strålkastaren heller..." Stilon har ju hittills inte haft någon budget att spräcka, eller hålla, som gamla Marean. Börjar kanske bli dags. Fiat: Coupe 20vt -99, Coupe 16vt -94, Marea 1,6 -99, Marea 20v 155 -00, Stilo 1,8 MV -05. Ford: Xr3i cab -88, Xr3i "All white" cab -88, Escort 1,6 -88 Dodge: Dart custom -72, Dart swinger -72 Chrysler: New Yorker salon -63 RollsRoyce: Shadow -68 Grattis, bra jobbat med obefintlig budget Hon kanske är värd två nya glödlampor som tack? Alfa-Romeo 156 SW 2,5 -04 Men vi kanske kan ha en liten budget förhandling? Vad skulle NI lägga på att ännu en gång få en Stilo genom besiktning? Fiat: Coupe 20vt -99, Coupe 16vt -94, Marea 1,6 -99, Marea 20v 155 -00, Stilo 1,8 MV -05. Ford: Xr3i cab -88, Xr3i "All white" cab -88, Escort 1,6 -88 Dodge: Dart custom -72, Dart swinger

**id 41**

Mellan 2012 och 2016 gjorde läkemedelsföretag över 4 500 utbetalningar på sammanlagt motsvarande omkring 750 miljoner kronor till brittiska patientorganisationer. Det var bara en sjättedel av vad branschen satsade på stöd till hälso- och sjukvårdens personal och dess organisationer, men sponsringen av patientorganisationerna ökade snabbt under perioden. Det visar en studie som gjorts av forskare vid University of Bath, England, och Lunds universitet. De har tidigare, som Läkemedelsvärlden rapporterat, granskat läkemedelsföretagens utbetalningar till hälso- och sjukvårdspersonal. Sedan 2012 finns regler om att läkemedelsföretag i Europa måste offentliggöra sina utbetalningar till patientföreningar, ett material som forskarna nu använt i en analys som publicerats av British medical journal. Den totala sponsringssumman från läkemedelsföretag till de brittiska patientföreningarna ökade från motsvarande omkring 100 miljoner kronor år 2012 till 258 miljoner kronor 2016. – Det är en väldigt intressant studie. Särskilt var det intressant att se ökningen, kommenterar Monica Klasén McGrath, kommunikationsansvarig inom Funktionsrätt Sverige som är en samarbetsorganisation för 44 svenska funktionsrätts- och patientorganisationer på en rad olika områden. Forskarna såg också att stödet från industrin var mycket större inom vissa sjukdomsområden än inom andra. Hela 36 procent av summan gick till organisationer inom cancerområdet. Även organisationer för patienter med metabola sjukdomar och infektionssjukdomar fick mycket stöd, omkring en tiondel vardera av totalsumman. Forskarna påpekar att de stora finansiärerna inom dessa områden nyligen hade lanserat nya dyra läkemedel och att patientorganisationer är allt mer involverade i både klinisk forskning och sjukvårdspolitik. Forskarna anser därför att det finns en risk att patientorganisationerna blir ekonomiskt beroende av sponsringen och då kan bli utnyttjade som en sorts ambassadörer för företagens intressen. – Risken att patientorganisationernas oberoende äventyras måste man alltid vara uppmärksam på, säger Monica Klasén McGrath. Hon menar dock att den transparens om sponsringens innehåll som finns i Sverige sedan många år förebygger osunda relationer mellan patientorganisationer och företag. Redan i mitten av 2000-talet granskade en statlig utredning ledd av numer bortgångne Bengt Lindqvist dessa sponsringsfrågor. Utredningen kritiserade sponsringen för bland annat bristande öppenhet. Diskussionen ledde fram till en frivillig överenskommelse mellan läkemedelsföretagens branschorganisation Lif och patientorganisationerna om hur deras samarbete ska regleras. Denna innebär bland annat att alla utbetalningar och andra samarbeten ska redovisas på Lif:s webbplats. LIF gav 2012 också ut en handbok om samarbetet mellan handikapprörelsen och läkemedelsbranschen. Men trots allt anser Monica Klasén McGrath att det skulle vara värdefullt med en kartläggning liknande den i England även i Sverige. – Det vore spännande att få ännu mer kunskap om hur samarbetet mellan läkemedelsföretagen och patientföreningarna ser ut. Om det till exempel är så även i Sverige att vissa sjukdomsområden får mer stöd än andra så vore det intressant att få veta varför och vilka effekter det kan få, säger hon. – Vissa mindre förbund är säkert också mer beroende av företagsstödet än andra lite större organisationer som har mer statlig finansiering. Även detta vore det bra att få mer kunskap om.

**id 42**

Vem trodde att det skulle bli verkliget? Jo, jag, men jag hade en väldigt mobil inställning till tidpunkten för när det skull hända. I och för sig låste sig tidpunkten lite mer när de sålde sin lägenhet. Men med tanke på deras tidigare glidningar på tidsskalan så… Men nu har det hänt. Det hände i onsdags, helt plötsligt ser jag Professorn komma bärande på något (han är Herr Ps far, vi måste ju ha ordning på släktrelationerna). Ångar över för att se vad som är på G och då får jag reda på att flytten är mitt i, så att säga. Kommer med lite goda råd när en hylla ska bäras upp till övervåningen, visserligen hade de redan tänkt igenom och förkastat samma idéer. Men det är ju tanken som räknas. Nu har de kommit in och bott här i två hela dagar och vi tycker det är kanonroligt. Helt plötsligt är det ljus och rörelse igen i grannhuset, precis som det ska vara! Vi är också väldigt glada att Fru M har lärt sig koka fisk till katterna. När vi var i Malmö/Köpenhamn fick hon träna under en eftermiddag under översyn av Trädgårdsmästaren. (Det är inte helt enkelt utan ska följa vissa procedurer, annars blir det kaos i lägret). Det innebära att vi nu kan resa på jättemånga semestrar, vi har kattvakter! Några andra inlägg där våra grannar figurerar (det finns fler): Herr P, Fru M och lilla S har besök av Monstret som sommarrullar… Ja vi har knappt fattat det själva men nu bor vi ju faktiskt här! Sitter i trädgårdsmästarens trädgård, snyltar på ert trådlösa nätverk och vilar ut efter en tur till Liseberg på er bekostnad, hihi.. 🙂 Lilla S tackar för den roliga hundboken också! Herr P 2009/08/01 at 13:09 Härligt att ni kom iväg till Liseberg och att vädret dessutom har varit riktigt bra under eftermiddagen! Roligt att nätverket funkar genom buskaget. H 2009/08/01 at 15:33

**id 43**

Här kan du söka stöd och bidrag för solcellssystem som bidrar till en bättre miljö. Stödet är ett sätt att bidra till omställningen av energisystemet och till näringslivsutveckling inom energiteknikområdet. Solceller genererar elektricitet från solstrålning och systemet avgränsas av anslutning till fastighetsinternt eller externt elnät. Stödet kan även ges till solel/solvärmehybridsystem - ett system som ger både solel och solvärme i en integrerad konstruktion. Stödnivån är maximalt 20% procent till både privata och företag. Stödnivån beräknas utifrån de stödberättigade installationskostnaderna. Stödet är rambegränsat vilket innebär att det bara kan ges så länge som de avsatta pengarna räcker. Hos länsstyrelsen kan du ansöka om investeringsstöd för installation av solceller. Stödet omfattar installation av alla typer av nätanslutna solcellssystem och solel/solvärmehybridsystem. Stödet ges till alla typer av aktörer, både företag och offentliga organisationer, och till privatpersoner.

**id 44**

Den brutala sanningen om mig... (utmanad och utmanar vidare) Så har den kommit ända till min blogg, utmaningen där den utmanade i fråga (i det här fallet jag, alltså) ska berätta sju sanningar om sig själv. Sju sanningar som helst inte ska vara helt självklara sanningar. Utmaningen kom hit via Erik Laakso och Svensson, och eftersom deras sanningar iallafall kändes som riktiga sanningar ska jag göra ett ordentligt försök. De som känner mig väl får väl utvärdera sanningshalten efteråt... Hej hej!tack tack för all cred, jag tror faktiskt att du skulle överleva själv också:-) Jag älskar det Catti! Så rätt, så bra, så du... Och faktiskt, anledningarna till att jag tycker om dig så mycket. Länge leve 90-talssåporna :) Eftersom jag inte vill fylla min blogg med saker om mig själv så får helt enkelt utmaningen ta sig uttryck här istället. syster: klara mig skulle jag helt säkert, inte lika bra bara... :-) Jag har för mycket på mitt samvete för att leka sådana här lekar. Men tack för omtanken... Sjukt kul, Catti. Eftersom Johannes inte vill leka tar jag mig friheten att berätta mina sanningar. Jag har ingen blogg så jag kör Björns stil. Men ännu mer kortfattat. Johannes, det får nog räknas som liiite tråkigt av dig ;-) tisdag, januari 22, 2008 Måste säga att det verkar som om du känner dig själv bra! :) Vi är ganska lika du och jag. Det där med ekonomisk katastrof känner jag igen. Och du e verkligen en lojal vän!!! tisdag, januari 22, 2008 Klockan är halv fyra på morgonen en onsdag. Dina sanningar vittnar visserligen om en viss karikerad självinsikt, men det finns något som jag alltid framhåller när jag ska beskriva dig och som jag bara måste framhålla: Man har aldrig tråkigt tillsammans med dig,det händer alltid någonting runt dig, dramatik på olika nivåer. ojoj, det var ju väldigt snällt skrivet. :-D

**id 45**

Stiftelsen Gyllenkroken har funnits sedan 1989 och erbjuder social gemenskap, meningsfull sysselsättning och anpassat boende för personer med psykisk funktionsnedsättning eller psykisk ohälsa och deras anhöriga. Stiftelsen Gyllenkroken Gyllenkroken startade 1989 med Aktivitetshuset som pilotverksamhet och stöd från Arvsfonden. Stiftelsen bildades 1992. Stiftelsen Gyllenkroken har en anslagsfinansierad del med bidrag från Göteborgs kommun: Kultur- och aktivitetshuset erbjuder personer med psykisk ohälsa social gemenskap, meningsfull sysselsättning, arbetsträning, rehabilitering och praktik. Café Koopen är ett socialt arbetskooperativ med tio medlemmar som lagar mat till mellan åttio och hundra personer per dag. Gyllingen vänder sig till barn- och unga som är anhöriga till någon med psykisk ohälsa eller sjukdom. En självfinansierade del bestående av tre boendeformer: Korttidsboende Garverigatan med 14 rum och vaken personal hela dygnet. Fräntorpsgatan med sex lägenheter och personal hela dygnet. Hagforsgatan med sex lägenheter och personal hela dygnet. Vi erbjuder även visst stöd till dem som flyttar från stiftelsens boende. Externt finansierade projekt En viktig del av stiftelsens utvecklingsarbete sker i projektform, såväl internt som externt finansierade. Pågående projekt är bland annat Odling i stadsmiljö - meningsfull sysselsättning, finansieras med verksamhetsbidrag från Socialstyrelsen. Exempel på tidigare projekt och externa finansiärer är Musical Bridges, Arvsfonden; Den långa vägen, ESF ; Inre Rum, Allmänna arvsfonden, Sociala webben,Folkhälsokommittén i VGR. Vi arbetar efter KASAM-begreppet Känslan Av SAMmanhang - att man förstår sin omgivning, kan hantera de resurser som står till förfogande och känna motivation och meningsfullhet med tillvaron - är en viktig del av verksamheten. § 1 Firma Stiftelsens firma är Stiftelsen Gyllenkroken. § 2 Stiftelsens ändamål Stiftelsen Gyllenkroken har som ändamål att skapa en meningsfull och trygg tillvaro med social gemenskap för människor med psykotiska tillstånd. § 3 Förvaltning Stiftelsen Gyllenkroken förvaltas av en styrelse bestående av högst sju (7) och minst fem (5) ledamöter samt högst tre (3) och minst en (1) suppleant. Ledamöter och suppleanter utses av styrelsen för en tid om två år åt gången. Styrelsen utser inom sig ordförande och vice ordförande. Styrelsen är beslutför om minst fem ledamöter är närvarande. Vid omröstning skall den mening gälla som företräds av mer än hälften av de närvarande eller, vid lika röstetal, den mening som ordförande biträder. Styrelsen skall hålla minst fyra sammanträden per kalenderår och vid dessa skall beslutsprotokoll föras. Vid behov skall extra styrelsemöten äga rum. Vid sammanträde senast under december månad skall styrelsen upprätta en preliminär budget för påföljande år vilken fastställs vid styrelsemötet i januari. Senast vid sammanträde under april månad skall styrelsen besluta om föregående års redovisning och revisionsberättelse. § 4 Firmateckning Styrelsen utser firmatecknare. Styrelsen kan bemyndiga någon annan att företräda Stiftelsen och teckna dess firma. § 5 Verkställande tjänsteman Styrelsen skall utse en verkställande tjänsteman som ansvarar för den löpande verksamheten. Verkställande tjänstemannen skall stå under styrelsens överinseende, svara för verksamhetens dagliga bedrivande och för förvaltningen av Stiftelsens tillgångar, allt i enlighet med Stiftelsens ändamål. Den verkställande tjänstemannen äger närvara vid styrelsens sammanträden och delta i dess överläggningar samt få sin mening antecknad till protokollet. Verkställande tjänsteman skall i samråd med styrelsens ordförande bereda styrelsens ärenden. Den verkställande tjänstemannen äger dock inte delta i styrelsens beslut. § 6 Ekonomi och redovisning Stiftelsen Gyllenkroken skall finansiera sin verksamhet genom egna intäkter, bidrag och donationer. Stiftelsen skall såsom anställd ha en ekonomi- och redovisningskunnig person som skall ansvara för den löpande bokföringen. § 7 Revision Stiftelsen Gyllenkrokens förvaltning av verksamhet skall granskas av en auktoriserad revisor. Denne skall utses av styrelsen för två år i taget. Revisorns revisionsberättelse skall avlämnas till styrelsen senast under mars månad årlig

**id 46**

De skickar ut undersökningar relativt ofta, men de har ett lite dåligt system tycker vi – då man många gånger besvarar ett par frågor (några för många) och sen avslutas undersökningen mitt i utan att man får poäng. Man tycker att det borde räcka med en-två frågor som är för att kolla av om man passar till undersökningen – och inte fler.

**id 47**

I går svarade justitieminister Beatrice Ask på frågor i riksdagen om det hårt kritiserade projektet Reva, som syftar till att verkställa fler avvisningar av papperslösa i Sverige. I dag skriver författaren Jonas Hassen Khemiri om rasismens betydelse för den som i hela sitt liv har erfarit den in på bara huden: ”Jag skriver till dig med en enkel önskan, Beatrice Ask. Jag vill att vi byter skinn och erfarenheter. Kom igen. Vi bara gör det.”

**id 48**

Sedan över 60 år tillbaka hör Carrera till de viktigaste sportartikelproducenterna i branschen och namnet är förknippat med såväl ädel design som innovation. Det som började med Sportglasögon- och skidglasögon vidgade sig snart till Carrera solglasögon och korrektionsglasögonen. Resultatet blev en framgångssaga utan dess like, som grundaren Wilhelm Anger inte i sin vildaste fantasi kunnat föreställa sig när han påbörjade produktionen i sin österrikiska verkstad. Märkets namn kommer ifrån spanskan och betyder ”springa”. Märket har dock inget att göra med den ikoniska modellen från Porsche, utan inspirationen till glasögonen fann han i dåtidens farligaste lopp. Det sex dagar långa loppet Carrera Panamericana högtidlighöll färdigställandet av Pan American Highways, vilket även förklarar den nära kopplingen till motorsport. En milsten för glasögonproducenten var patentet på Optyl år 1964. Detta plastmaterial har fördelen att det minimerar vikten. Optyl väger 20 procent mindre än acetater och andra termoplastiska material, samtidigt som det anpassar sig till varje enskilt ansikte. Sex år senare utvidgade glasögonproducenten sin repertoar med skidglasögon och skidhjälmar. I första hand kommer framför allt säkerhet och integration av ny teknik, utan att för den delen göra avkall på andra viktiga aspekter. 1974 kom så det stora genombrottet även i denna nisch. Carrera var banbrytande i vintersportvärlden när de införde utbytbara glas hos ski-googles. Det ständigt växande företaget nådde toppen år 1981. Det egna försäljningsnätverket sträckte sig över 16 länder, medan Carrera-produkter redan kunde skådas i skyltfönster i över 80 länder. År 1987 påbörjar producenten ett nytt kapitel i och med att de väljer att engagera sig alltmer i sportens värld. Den äldsta och kändaste segelregattan, America’s Cup, utgjorde starten på deras sponsring. Under årens lopp har märket gjort sig synligt vid såväl olympiska spelen, formel 1, motorcykelsport och stora cykeltävlingar som i skidpisten och vid backhoppning. Under denna tid pågick omvälvande förändringar inom företaget. Safilo Group, marknadsförare i kategorin lyxprodukter inom optik, införlivade det dittills oberoende företaget i sitt egna och flyttade dess huvudkontor från Österrike till Italienska Padua. I enstaka fall samarbetar Carrera med intressanta modeproducenter för att vidga sin horisont. Däribland återfinns samarbetet med Ferdinand Alexander Porsche, som år 1979 lanserade den revolutionära solglasögon-kollektionen Carrera Porsche Design med hopfällbara bågar och utbytbara glas. Eller samarbetet med den kända designern Jimmy Choo. Den ovanliga formkombinationen resulterade år 2013 i en damkollektion som gjorde succé. Ett år senare lyckades samarbetspartnerna följa upp framgången med den exklusiva Capsule-kollektionen för män. Även om glasögonproducenten över decennier gjort sig ett namn i Europa, fick de inte fotfäste i USA förrän år 2010. När de väl tagit sig in på den amerikanska marknaden dröjde det dock inte länge förrän de kunde skådas på kändisar från film, TV, musik och sport. Vid sidan av skådespelare som Jared Leto, Bradley Cooper, Chloe Grace Moretz och den före detta barnstjärnan Ashley Tisdale återfinns stjärnor såsom Lady Gaga, Rihanna, Alicia Keys eller Christina Aguilera bland de som kallar de eleganta modellerna för sina egna. En framträdande roll spelade märket även vid filmpremiären av Hollywood-blockbustern Suicide Squad. Det är värt att lyfta blicken från samtiden och blicka tillbaka i Carreras historia för att se hur märket hamnade i toppen. En kärningrediens i Carreras framgång är att de, liksom alla toppatleter, tidigt satte excellens som främsta kriterium i sin produktion. Mångåriga skid-proffset Hermann Meier, OS-segraren i backhoppning Jens Weißflog såväl som de tidigare världsmästarna i motorcykel Max Biaggi och Loris Capirossi drog nytta av den glasklara sikten som modellerna från Carrera garanterade. Carrera följer credot “change is easy”. Under mantrat #OutThere förmedlar Carrer

**id 49**

Varit upptagen med annat! Men ska nog göra en return snart måste bara få bukt med min ekonomi. Slösade alla mina pengar i Australien second time around och nu behöver jag pengarna till ny lägenhet och möbler and shit! Men i sommar kanske

**id 50**

Då kan vi tipsa om Digitala Almedalen c/o Boinstitutet. SKB deltog med två programpunkter och pratade hållbar stadsbyggnad och blandade upplåtelseformer. Om du missade att följa sändningarna live kan du titta i efterhand. För dig som föredrar det tryckta ordet kommer här en sammanfattning av SKBs två programpunkter: För en aktiv samhällsbyggare krävs ett stort ansvar för miljö, samhälle och ekonomi. Hur går det ihop? Våra städer växer och samtidigt som det bidrar till nya möjligheter, skapar det också utmaningar. För att vi byggaktörer ska kunna vara aktiva samhällsbyggare och bidra till en hållbar stadsbyggnad så ställer det stora krav och behov av nödvändiga investeringar. Men en hållbar stadsbyggnad kräver initialt även en allmän planering och en vision om vad man vill skapa för samhälle. Det räcker inte enbart att vi byggaktörer gör klimatsmarta investeringar, bygger gröna kvarter eller stödjer grannsamverkan. Det kräver samverkan på olika nivåer och mellan olika aktörer. Att få in fler bostadsformer i våra kommuner och stadsdelar är ett av verktygen för att bidra till en hållbar stadsbyggnad och ett hållbart samhälle. Våga se bortom det traditionella och bygg något annat än bostadsrätt och hyresrätt! Vi behöver få ett ökat fokus på en variation av vår bostadsmarknad. Och vi behöver en bredare förankring av hela bostadsfrågan i vårt samhälle. En av nycklarna är blandade upplåtelse- och bostadsformer. Tillsammans kan olika former som bostadsrätter, hyresrätter, kooperativa hyresrätter och byggemenskaper bidra inte bara till att fler får sin egen bostad, utan även till ett områdes sociala och ekonomiska hållbarhet. När byggandet nu viker och vi befinner oss i en kris, är det extra viktigt att ta tillvara på mångfalden. Upplåtelseformer som involverar och skapar ett stort engagemang för både bostaden och bostadsområdet är en lösning som av erfarenhet överlever över tid.

**id 51**

På SSAMs återvinningscentraler kan du lämna det mesta du inte kan lägga i din soptunna. Du kan lämna dina gamla prylar både till återbruk och till återvinning. Återvinningscentralerna är bemannade och det finns alltid personal på plats som kan hjälpa dig med din sortering. Du kan lämna till exempel grovavfall, farligt avfall och trädgårdsavfall. Tänk på att tömma dina säckar och slänga dem bland plastförpackningarna. Förpackningar och tidningar lämnar du i första hand på en återvinningsstation som drivs av FTI AB. Under respektive kommun hittar du öppettider samt ändrade öppettider kring helgdagar på din återvinningscentral. - långfredagen, påskafton, påskdagen, annandag påsk - 1 maj - Kristi himmelsfärdsdag - 6 juni - midsommarafton, midsommardagen, söndag i midsommarhelgen - nyårsafton, nyårsdagen Dagen före midsommarafton, julafton och nyårsafton stänger anläggningen klockan 15.30. På trettondagsafton, valborgsmässoafton och skärtorsdagen stänger anläggningen klockan 15.30. Valborgsmässoafton och skärtorsdagen är det ordinarie öppettider. Dagen före afton eller röd dag stänger vi senast klockan 16.00. - långfredagen, påskafton, påskdagen, annandag påsk - 1 maj - Kristi himmelsfärdsdag - 6 juni - julafton, juldagen, annandag jul - nyårsafton, nyårsdagen Valborgsmässoafton och skärtorsdagen är det ordinarie öppettider. Dagen före afton eller röd dag stänger vi 15:30. - midsommarafton, midsommardagen, söndag i midsommarhelgen - alla helgons dag - julafton, juldagen, annandag jul - nyårsafton, nyårsdagen Dagen före midsommarafton, julafton och nyårsafton stänger anläggningarna klockan 16.00. På trettondagsafton, valborgsmässoafton och skärtorsdagen stänger anläggningarna klockan 16.00. På Norremarks kretsloppspark finns även Återbruket där du kan lämna saker.

**id 52**

Men naturligtvis vidtar vi åtgärder. Vi är säkra på att detta inte är det första inlägget du läser gällande covid-19 de senaste dagarna, men vi mailar dig nu med anledning av regeringens förbud mot att hålla allmänna sammankomster med fler än 500 personer och förhöjd smittorisk. Mot bakgrund av den nuvarande situationen och den osäkerhet som många upplever vill vi informera dig om vilka åtgärder vi på Pilates Complete vidtar i dagsläget. Studion är öppen precis som vanligt då vi är en liten studio med få deltagare på klasserna och vi följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer. På gruppträningsklasser och kurser har vi gott om utrymme och kan hålla avstånd mellan varandra när vi tränar, om du vill träna helt ensam finns våra personliga tränare tillgängliga för bokning av PT från tidig morgon till sen kväll. Hälsomyndigheterna är tydliga med att det absolut viktigaste är att upprätthålla god hygien. Vi är stolta över att vi alltid håller hög standard vad gäller städning och renlighet på studion men naturligtvis är även vi extra noggranna med dessa rutiner under rådande omständigheter. Det här gör vi: Team Pilates Complete säkerställer att alla mattor, maskiner och redskap rengörs noggrant efter varje träning. Alla handdukar byts ut varje dag. Extrainköpt handsprit finns utplacerade i studion för dig att använda före och efter träning. Lokalerna städas som vanligt omsorgsfullt med antibakteriella medel av vårt städ-team varje kväll, rengöringen inkluderar hela studion inklusive toaletter, duschar, omklädningsrum och skåp,kontors- och träningsytor, lounge, golv och speglar. Team Pilates Complete minskar ”hands-on”-korrigering undervisar verbalt i ännu större utsträckning. Det här behöver vi din hjälp med: Vi rengör tillsammans mattor, maskiner och redskap efter varje träningstillfälle med vatten och tea-tree oil och rena handdukar. I enlighet med Folkhälsomyndighetens rekommendationer uppmuntrar vi också dig att följa dessa punkter för att hålla dig själv och alla oss andra friska: Tvätta händerna med tvål och varmt vatten i minst 20 sekunder, före och efter träning. Stanna hemma om du känner du dig sjuk med symtom som snuva, hosta eller feber. Vänta minst två dygn efter att du blivit frisk innan du tränar igen. Vi vill också tipsa dig om att du har möjlighet att träna pilates online med oss på Yogobe. Med koden yyyyyPILATESCOMPLETE30 bjuder vi dig på en fri träningsmånad. På Yogobe erbjuder vi videos med pilatesteknik och övningar på matta och redskap som ex. flexband, boll, foamroller och wobblies. Utöver detta finner du även specialanpassade pilatesprogram för ex. ryggproblem, pre och postnatal pilatesträning och skräddarsydda program för löpare och golfare. Du kan även följa vårt träningsprogram ”Pilates – styrka inifrån och ut” där du under 4 veckor blir coachad och tar del av pilatesteknik, träningstips och rekommendationer på träningsvideos. Upplägget är att du får lära dig grunderna i pilatestekniken vecka 1, bygga inre stabilitet och styrka vecka 2, öka din rörlighet vecka 3 och utmana hela kroppen vecka 4. Träningen utförs både på mattan och med redskap. Koden PILATESCOMPLETE30 gäller för dig som inte redan har ett yogobe-konto och ger dig 30 dagar helt gratis onlineträning utan bindningstid. Är du redan yogobe-medlem kan du signa upp dig på #YogobeSpringChallenge som startar nästa vecka, och få en månad för bara 99 SEK (ord pris 189 SEK). Tack för att du är med och hjälper oss att hålla både dig och alla dina medmänniskor så friska som möjligt. Vi finns här för dig och arbetar alltid för att säkerställa att vi ger dig den bästa och säkraste träningsupplevelsen. Tveka inte att höra av dig till oss om du har några frågor eller funderingar kring detta. Vi ses snart i studion! Friska hälsningar, Jasmin & Linda tillsammans med hela Team Pilates Complete

**id 53**

Doktorander från andra lärosäten alternativt inom andra ämnesområden är välkomna att söka kurserna, efter samråd med sin handledare, om förkunskapskraven är uppfyllda och i mån av plats. Anmälning till kurser på forskarnivå sker genom mejl till forskarutbildning@his.se Observera att kurstillfällen kan ställas in om antalet anmälda kursdeltagare är för lågt. Anmälan till vårens kurser (VT 2021) görs senast 2020-11-20! IT0918F, Vetenskaplig metod och kommunikation inom informationsteknologi (7,5 hp) Kursstart: VT 2021 Kursansvarig: Jörgen Hansson Kursen riktar sig till doktorander som behöver diskutera, planera, utföra, rapportera samt kritiskt granska forskningsresultat från olika studier och från vetenskaplig litteratur. Kursen går igenom grundläggande koncept och metoder inom vetenskapen. De används som grundstenar för planering av nya studier med målet att besvara dagens ofta interdisciplinära forskningsfrågor relaterade till komplexa informationstekniska system. Genom föreläsningar och praktiska övningar ska doktoranden utveckla sina färdigheter i kritisk granskning av vetenskaplig litteratur och metoder som används för att åstadkomma ett systematiskt och vetenskapligt förankrat forskningsarbete. Under kursens gång ska doktoranden lära sig att hantera flera teorier och metoder som behövs för att besvara komplexa frågor inom informationsteknologi. Dessutom ska doktoranden diskutera redan etablerade, kombinerade metodansatser och metodologier, som till exempel abduktion, aktionsforskning, design science, sammansatta fallstudier etc. Kursplan IT0919F, Vetenskaplig teoribildning inom informationsteknologi (7,5 hp) Kursstart: HT 2021 Kursansvarig: Jörgen Hansson I den här kursen får doktoranden utbildning i att adressera vetenskapliga problem inom informatik med välgrundade argument. Informatik är ett brett vetenskapsområde, som omfattar ett antal underdiscipliner. Kursen tar upp ett brett urval av centrala vetenskapliga teorier inom de subdiscipliner som ingår i Högskolans definition av informationsteknik. Doktoranden får också möjlighet att fördjupa sig i en viss teori baserat på eget intresse. Kursplan IT0925F, Forskningsetik (5 hp) Kursstart: VT 2021 Kursansvarig: Oskar MacGregor Vad får vi, etiskt sett, göra som en del av vår forskning? Vilken typ av forskning är direkt förbjuden och vilken typ är kontrollerad och begränsad på något sätt? Vi kan ha en allmän uppfattning om svaren på dessa frågor, men för doktorander kan det fortfarande finnas många frågetecken. Kursen undersöker praktiska och teoretiska etiska ramar för forskning för att börja ge svar på dessa frågor och därmed förtydliga vad en forskares etiska rättigheter och ansvar faktiskt är. Kursplan IT0927F, Vetenskaplig workshop I (5 hp) Kursstart: HT 2021 Kursansvarig: Masood Fathi Inom ramen för kursen analyseras och diskuteras aktuella forskningsfrågor och forskningsresultat inom ämnet. Kursen tränar också doktoranden att själv presentera forskning samt att ge konstruktiv feedback till andras forskningsarbeten. Planerad kursstart: VT 2022 Kursplan IT0917F, Industriell optimering och beslutsanalys (7,5 hp) Planerad kursstart: HT 2023 Kursansvarig: Sunith Bandaru Kursen kommer att täcka följande ämnen: optimalitetsteori för enkel och flermålsoptimeringklassiska optimeringsmetoder för att lösa optimeringsproblem med ett målnyckelbegrepp inom flermålsoptimeringstandardoptimeringsmodellermetaheuristiska algoritmer för att lösa flermålsoptimeringsproblemvisualiseringstekniker och metoder för flermålsbeslutsfattandeindustriella tillämpningar av flermålsoptimering och beslutsanalyshur interaktiv flermålsoptimering kan ta hänsyn till preferenser hos användaren Inlämningsuppgifter kommer att utvärdera doktorandens förståelse för teoretiska aspekter av optimering och relaterade algoritmer, medan laborationer kommer att testa förmågan att applicera dem. Seminarieuppgiften innefattar studier av relevant litteratur och bidrar till att främja kritisk analys av konkurrerande metoder. Doktoranden kommer även att genomföra ett projekt inom ett område med anknytning till sitt ämnesområde/forskning. Projektet ska redovisas individuellt både skriftligt och muntligt. Kursplan IT0926F, Systematisk och stringent granskning av artiklar: kvalitativ analys och sökbaserade metoder (4,5

**id 54**

Vi har ett av Sveriges största sortiment på mattor, och hjälper dig att hitta vad du söker. Vi levererar mattor till alla typer av verksamheter och ändamål, såsom kontor, butiker, skolor, lager, industrier och mässor. Här är 50×50 cm heltäckningsplattor, installerade på Brickstone AB i Ljungby. Ovan ser ni heltäckningsmatta, installerad på Hotell Mårtensson i Halmstad. Ovan ser ni en ljudabsorberande matta, installerad på Lidh reklam i Halmstad. Behovet av mattor till företag är beroende av hur just ert företag ser ut. Inom denna kategori ryms mattor som: Allt fler företag väljer att lägga en slitstark heltäckningsmatta i kontorslandskapen för att uppnå ljuddämpande effekt och en ombonad miljö med energibesparingar. Ni kan även få måttanpassade mattor, t.e.x. ovala mattor under konferensbordet. Det finns många möjligheter med mönster och färger som finns i sortimentet. Vill du ha hjälp med att hitta rätt mattor till ditt företag eller din arbetsplats så får du gärna kontakta oss så hjälper vi dig att hitta rätt matta. Tel: 035- 10 92 00, eller maila på magnus@mattimporten.se

**id 55**

Thomas Overskou Thomas Overskou, född den 11 oktober 1798, död den 7 november 1873, var en dansk skådespelare, regissör, dramatiker och teaterhistoriker. Overskou började som skådespelare men slog i slutet av 1820-talet avgjort igenom med sina första folkliga komedier i engelsk stil. Han mest berömda pjäser är Østergade og Vestergade (1828), Pah (1845) och Capriciosa (1836, i samarbete med Anton Ludvig Arnesen). Viktiga källskrifter till dansk teaterhistoria är hans Haandbog (sista upplagan 1879) ett betydelsefull lexikon över danska skådespel och hans omfattande teaterhistoria, Den kgl. danske Skuepladses Historie (5 band, 1854-76, efter Overskous död fortsatt av Edgar Collin). Overskous självbiografiska Af mit LIv og min Tid utgavs med noter av Robert Neiiendam i 2 band 1915-16.[1] I svensk översättning föreligger folkkomedin Den ondes besegrare (Stockholm: Bonnier 1877). Källor[redigera | redigera wikitext] - ^ Carlquist, Gunnar, red (1937). Svensk uppslagsbok. Bd 20. Malmö: Svensk Uppslagsbok AB. sid. 1058-59 Externa länkar[redigera | redigera wikitext] - Overskou, Thomas i Nordisk familjebok (andra upplagan, 1914)

**id 56**

Det har blivit en hel del mete nu i vår. Id och färna har jag riktat fisket mest efter med blandade resultat. Många pass som gett noll resultat och vissa pass som det blivit bra resultat av. Även lite fiske efter abborre,braxen och gädda har det också blivit. Framför blir det mer fokus på färna och id och sen blir dags för ruda och sutare. Hoppas iår att finna flera vatten med ruda. Så det blir intressant till sommaren och testa lite nya vatten! Stort fokus på idfisket i vår på hemmaplan. Efter många misslyckade pass lyckades jag pricka rätt en dag. Denna blev ett nytt pb på fina 2550 gr. Togs på en flötmetad brödbit. Denna fick jag under en regnig tråk dag. Endast denna svarade på brödet i ytan. Och den högg på rejält. Efter det har det blivit en del bompass på samma ställe. Min första färna någonsin! Högg på en stor flötmetad daggmask. Peter med sin första färna när vi var iväg nyligen och provade ett helt nytt vatten! Och så blev en fin pjäs på 2325 gram. Som togs på bit frilinad bröd. Riktigt roligt fiske när dom tar i ytan! Peter lyckades också med att få en fin färna. Denna på 2300 gram som togs på en bit bröd i ytan! Peter med en fin abborre under ett abborrpass tidigare i våras. En utlekt gädda på 82 cm som togs under riktat abborrfiske tidigare i våras.

**id 57**

Biogas Väst Biogas Väst är en samverkansplattform mellan olika aktörer i biogaskedjan, från kommuner och energibolag till jordbruksföretag, fordonsindustri, drivmedelsföretag och forskning. Målet är ökad produktion och användning av biogas i Västra Götaland. Deltagarnas roll är att bidra med sina kompetenser och sina resursers till nätverket samt föreslå och delta i insatser av gemensamt intresse. Biogas Väst finansieras av Västra Götalandsregionen och Länsstyrelsen i Västra Götalands län. Energikontor Väst, en del av Innovatum, är sedan 1 mars 2018 huvudman för plattformen. Vad gör Biogas Väst? Biogas Väst möjliggör utbyte av kunskap och erfarenheter, utveckling av nya samverkansmöjligheter och tar initiativ till tekniska och affärsmässiga innovationer som stärker de västsvenska aktörernas position inom området. Det gör Biogas Väst bland annat genom att: - arrangera nätverksträffar och andra mötesplatser. - driva på utvecklingen genom att underlätta samverkan i frågor och utmaningar som är gemensamma för flertalet aktörer i nätverket. - stötta och initiera nya projektidéer och innovationer såväl tekniska som inom t ex affärsmodeller och riskhantering. - underlätta kunskapsspridning. Vid behov ta fram ny kunskap. - lyfta fram goda exempel från Västra Götaland och länet som en ledande biogasregion. Biogas Västs prioriterade områden 2017-2020 Prioriteringarna bestäms av utvecklingen i omvärlden, de behov som identifieras hos nätverkets aktörer samt en bedömning av var insatser på regional nivå kan göra störst nytta. Fokus är på åtgärder där utmaningens natur är sådan att den måste lösas i samverkan mellan flera aktörer. De prioriterade områdena beskrivs mer detaljerat i Kraftsamling Biogas 2017-2020. Förbättrade spelregler, lönsamhet och samsyn på samhällsnyttorna - Påverkansarbete på nationell och EU-nivå - Innovationer, nya affärsmodeller och teknikutveckling - Samsyn och kommunikation kring biogasens olika samhällsnyttor Ökad användning av biogas - Fossiloberoende offentliga fordonsflottor - Biogas i tunga godstransporter - Biogas i kollektivtrafiken - Biogas inom nya användningsområden Ökad produktion av biogas - Effektivitet i produktions- och distributionsledet - Biogas och biogödsel från matavfall - Biogas från gödsel, lantbrukets restprodukter och energigrödor - Storskalig produktion av biogas genom förgasning

**id 58**

Så maxar du batteritiden på din bärbara dator - PC för Alla Ta chansen att förlänga din bärbara dators batteritid. Det kostar inte en enda krona och kräver inte särskilt stor arbetsinstats. Moderna bärbara datorer har i dag så avancerade och välutvecklade komponenter att de kan användas i många år utan att de känns särskilt föråldrade. Det finns dock ett stort problem: batterierna har inte alls har hängt med i utvecklingen. Ett års intensiv användning gör att de tappar enormt mycket i kapacitet och förr eller senare dör de helt och hållet – det oavsett om datorn kostade 20 000 eller 3 000 kronor när du köpte den. Även om det hela tiden kommer nya tekniker som förlänger batteritiden finns det dessvärre inget som tyder på att vi slipper problemet med att livstiden för batterier är så kort, i alla fall inte inom en överskådlig framtid. Därför är det bara att acceptera att du är tvungen att köpa ett nytt batteri när det inte längre klarar av att hålla igång maskineriet i mer än någon enstaka timme. Som tur är finns det ett flertal saker du kan göra för att skjuta upp batteribytet. Det gäller att vårda batteriet på bästa sätt, och du kan även göra små justeringar i datorn som ser till att få ut så många minuter som möjligt ur batteriet, och det oavsett om det är slitet eller helt fräscht. I den här artikeln bjuder på ett flertal smarta batteritips, några riktigt enkla, men även en del mer avancerade som kräver att du gräver runt lite i datorns bios. Det allra bästa är att inget av tipsen kostar något att testa! Försök också att använda strömsparläget eller viloläget vid de tillfällen då det passar. Här är det viktigt att hålla koll på skillnaden mellan de två varianterna. Strömsparläget sparar dina inställningar i minnet och drar således en del ström när det är aktivt. Fördelen är att du kan starta datorn på ett fåtal sekunder och arbeta vidare som om inget har hänt. Viloläget sparar däremot alla inställningar, öppna dokument och program på hårddisken och stänger därefter av datorn helt och hållet. Därmed drar det ingen ström. Nackdelen är att det tar lite tid att återställa datorn från viloläget. Du som vet med dig att du inte ska använda datorn på två eller tre timmar kan med fördel använda viloläget, men vid kortare pauser är ström­sparläget att rekommendera. Färre öppna program Du bör även koppla ur onödiga externa tillbehör som hård­diskar och högtalare, men även mus och tangentbord om det finns sådana externa varianter, och försök att köra så få program som möjligt åt gången. Antivirusprogrammet ska givetvis vara igång hela tiden, men om du exempelvis bara surfar behöver du knappast ha annat än webbläsaren igång. Undvik också att lyssna på musik, redigera stora bilder och titta på film när du kör datorn på batteri. Inte minst det sistnämnda slukar enormt mycket energi. Sist men inte minst kan du spara en del, om än inte så mycket, på att stänga av ljudet. Sida 1 / 3 Föregående

**id 59**

Vi är en erfaren, integrerad kommunikationsbyrå i Göteborg som kreerar klok och kostnadseffektiv kommunikation oavsett mediekanal och plattform. Bland våra kunder finns allt ifrån större koncerner med global närvaro, landsting och kommuner till en mindre och unik butik mitt i centrala Göteborg. Vi är stolta över att vara en del i våra kunders utveckling. Och att med utgångspunkt i deras unika förutsättningar tillsammans med dem skapa tydlighet. Som till exempel ger fler kunder, ökade marginaler, starkare varumärke och ökad förståelse. Välkommen till ett prestigelöst samarbete med högt i tak där alla är vinnare. Vill du prova? Hos oss får du mer. Under den senaste tiden har vi haft glädjen att börja samarbeta med Swedbank FF – en av Sveriges största förmedlingar av företag och kommersiella fastigheter. CIDAN Machinery – allt du behöver för en effektiv plåtbearbetningsprocess. Bergman & Höök – Göteborgs mest hängivna byggföretag. Alelion – Sveriges ledande lithiumjon-baserade energilagringssystem för industritruckar. Appva – utvecklar Sveriges första, största och smartaste system för digital signering av HSL- och SoL-insatser. Här presenterar vi några projekt vi har gjort tillsammans med våra uppdragsgivare. Nu har vi lanserat deras nya webbplats. Ett jobb som vikt, klippt och skuret för oss. En av våra kunder hjälper dig att göra den. Engelskan får du per automatik. Men först behövs såklart lite odlingstillbehör. Det enda vi saknar är doften av sågspån. Det här resultatet mådde kunden riktigt bra av. Hoppas det smakar! Vårt är precis avslutat. Här fick vi verkligen blanda oss i. Stålspån, vätskor, smörjmedel… Svaret får du här. Logo, linjer och hav. Mässmontrar är en av våra specialiteter. Investeringskapital mottages på Gåvopostgiro 90 03 76-4. Åtminstone hos oss. Att arbeta för en bättre miljö är en självklar del av vår verksamhet. Jonas Jacobson VD/ Projektledare Tel: 031-703 05 61 Mobil: 0708-68 09 65 E-mail Petra Willners Grafisk formgivare Tel: 031-703 05 65 Mobil: 0708-68 09 05 E-mail Olof Berghe Copywriter Tel: 031-703 05 67 E-mail John Gulin Art director Tel: 031-703 05 64 E-mail Catherine Paterson AD, översättare Tel: 031-7030560 E-mail Lillemor Holmquist Ekonomiansvarig Tel: 031-703 05 71 E-mail Jonas Jacobson VD/ Projektledare Tel: 031-703 05 61 Mobil: 0708-68 09 65 E-mail Petra Willners Grafisk formgivare Tel: 031-703 05 65 Mobil: 0708-68 09 05 E-mail Olof Berghe Copywriter Tel: 031-703 05 67 E-mail John Gulin Art director Tel: 031-703 05 64 E-mail Catherine Paterson AD, översättare Tel: 031-7030560 E-mail Lillemor Holmquist Ekonomiansvarig Tel: 031-703 05 71 E-mail Dina cookie-inställningar för denna webbplats är satt till ”tillåt cookies” för att ge dig den bästa upplevelsen. Om du fortsätter använda webbplatsen utan att ändra dina inställningar för cookies eller om du klickar ”Godkänn” nedan så samtycker du till detta.

**id 60**

Comair Flight 5191 Comair Flight 191 (OH191), också känd som Delta Flight 5191 (DL5191), var flightnumret på ett flygplan som havererade i en skog utanför Lexington, Kentucky klockan 06.07 lokal tid den 27 augusti 2006. Planet startade från Blue Grass Airport (KLEX) i Lexington och havererade strax därefter i en närliggande skog, ungefär två kilometer utanför Lexington. Av de 50 personer som var ombord omkom 49. Innehåll - 1 Planet - 2 Haveriet - 3 Omkomna och överlevande - 4 Följder - 5 Referenser Planet[redigera | redigera wikitext] Planet, en tvåmotorig Bombardier Canadair CRJ-200ER (Canadair CL-600-2B19), tillhörde Comair, ett helägt dotterbolag till Delta Airlines. Flygplanet var relativt nytt och levererades i januari 2001. [1] Dess civila registrering var N431CA (c/n 7472).[2][3] Haveriet[redigera | redigera wikitext] Planet startade från Blue Grass Airport (KLEX) i Lexington och var på väg mot Atlanta i Georgia. Det var planerat att landa på Hartsfield-Jackson Atlanta International Airport (KATL) klockan 07.18 lokal tid. Piloterna svängde vänster från taxibana A in på den 1 067 meter långa bana 26, i stället för att korsa och fortsätta på taxibana A7 till den 2 135 meter långa bana 22 som planet fått starttillstånd för. En liknande incident inträffade för tretton år sedan, men den gången uppmärksammade tornet att flygplanet ställde upp på fel bana.[4] Enligt den amerikanska haverikommissionen NTSB vägde planet 18 591 kg vid start, vilket skulle krävt en startsträcka på 1 079 meter. Piloterna noterade att banan inte var upplyst trots att det var före gryningen. Planet lämnade hjulspår i gräset vid banans slut och kom upp i luften efter att ha slagit i en jordvall. Därefter träffade planet ett stängsel och en träddunge innan det till slut kolliderade med marken.[5] Omkomna och överlevande[redigera | redigera wikitext] Vid haveriet fanns 50 personer ombord, varav 47 passagerare. 49 personer omkom, troligtvis av branden som orsakades vid haveriet.[6] Bland de omkomna fanns tre kanadensiska medborgare[7] och två japanska medborgare.[8] Den enda överlevande är andrepiloten James M. Polehinke, som fördes till universitetssjukhuset vid University of Kentucky. Hans tillstånd var kritisk.[9] Följder[redigera | redigera wikitext] Två dagar efter haveriet tillkännagav den amerikanska flygsäkerhetsmyndigheten FAA att flygledaren vid Lexington arbetat ensam. FAA:s föreskrifter kräver att myndigheten delegerar radarövervakningen vid flygplatsen till FAA:s center i Indianapolis när endast en flygledare är i tjänst. Efter olyckan har FAA förstärkt bemanningen vid flygledningen på Blue Grass Airport och på flygplatser i Duluth i Minnesota och Savannah i Georgia.[5] Flygledaren uppgav för NTSB:s utredare att han arbetat mellan 06.30 och 14.30 under lördagen och sedan börjat söndagens skift 23.30 med 08.00 som schemalagd sluttid och att han endast sovit två timmar mellan skiften.[10] Den 1 september stämdes Comair av anhöriga till en kvinna som omkommit vid haveriet.[11] Referenser[redigera | redigera wikitext] - ^ ”Comair Confirms One Survivor in Kentucky Crash”. WSBTV. 27 augusti 2006. Arkiverad från originalet den 27 september 2007. https://web.archive.org/web/20070927222554/http://www.wsbtv.com/news/9743984/detail.html. - ^ ”Many dead in Kentucky plane crash”. BBC. 28 augusti 2006. http://news.bbc.co.uk/2/hi/americas/5290760.stm. - ^ ”Canadair Regional Jet active aircraft with Comair”. Airfleets. 4 mars 2006. http://www.airfleets.net/flottecie/Comair%20(Delta%20Connection)-active-crj-70.htm. - ^ ”Nasa Aviation Safety Reporting System report #256788”. Nasa. Arkiverad från originalet den 29 september 2006. https://web.archive.org/web/20060929062141/http

**id 61**

Course syllabus Kurs-PM OBS! Augusti tentan blir en MUNTLIG tenta på distans (Zoom). För godkänt kommer vi att ha ett 30 min. samtal kring ett par uppgifter valda bland de som står i Del 1 av tipps.pdf. För de som vill, kan vi ha ett längre samtal om "teori delen" i kompendium för överbetyg (Del 2-i eller 2-ii av tipps.pdf) FUF045 Special relativity lp2 HT19 (4,5 hp) Kursen ges av institutionen för Fysik. Kursen samläses av GU studenterna som en del av Mekanik B (FYP302). (Se Mekanik B PM för uytterligare detaljer) Gamla tentor: tentamen\_2020\_04\_06-2.pdf lösning20200406.pdf t\_2020\_01\_15.pdf t\_2019\_01\_16.pdf t\_2019\_04\_24.pdf t\_2019\_08\_23.pdf Gamla formen: OLD\_EXAMS.pdf Många (men inte alla) lösningar! lots\_of\_exercises.pdf en lösning till...Övning\_2.4.pdf och några till.. Övning\_3.3.pdf - Övning\_5.10.pdf LÖSNINGEN TILL INLÄMNINGSUPPGIGT 1: Övning\_2.2.pdf LÖSNINGEN TILL INLÄMNINGSUPPGIGT 2: Övning\_4.1.pdf - Övning\_4.10.pdf LÖSNINGEN TILL INLÄMNINGSUPPGIFT 3: Övning\_5.3.pdf - Övning\_6.7.pdf LÖSNINGEN TILL INLÄMNINGSUPPGIFT 4: Övning\_7.3.pdf - Övning\_7.4.pdf LÖSNINGEN TILL INLÄMNINGSUPPGIFT 5: Övning\_7.7.pdf Övning\_7.8.pdf Övning\_7.12.pdf Einsteins artikel (på tyska + översättning på engelska) Einstein\_1905\_relativity\_paper.pdf Einstein-1905-Annalen\_der\_Physik.pdf Kontaktuppgifter Examinator/föreläsare Gabriele Ferretti (ferretti@chalmers.se), Soliden S3039, Tel. 031-7723168 Kurstutvärderare: 1) Julius Abelson (abelson@student.chalmers.se) 2) Linus Sundberg (sulinus@student.chalmers.se) Kursens syfte Kursen syftar till att ge en bred förståelse av Speciell Relativitetsteori som ett av den moderna fysikens fundament. Utgående från Einsteins relativitetspostulat så härleds och studeras Lorentztransformationen. Denna appliceras därefter på en rad klassiska modeller som efter behov modifieras för att göras "relativistiska". Den studerande får återstifta bekantskap med ett flertal klassiska modeller som behandlats i tidigare kurser men som nu studeras ur en mer rigorös och axiomatisk synvinkel. Vidare så introduceras ett ett antal, för den studerande, nya begrepp såsom metrik, rumtiden och tensorer. Dessa tjänar ett syfte både i kursen och som grund till vidare studier inom den teoretiska fysiken. Kursens behandling problemlösning kan sägas vara tvåhövdat där en del syftar till att utveckla förmågan att lösa problem i relativistisk fysik och en del till att utveckla förmågan till relativistisk problemlösning (lösningsmetoder som involverar byte av referenssystem). Sammantaget ger kursen en spännande inblick i den moderna fysiken jämte goda grunder för vidare studier av den teoretiska fysiken. Schema TimeEdit Kurslitteratur Kompendium\_i\_Speciell\_Relativitetsteori\_II\_upplaga.pdf Papperskopior kan köpas hos Cremona. En (ICKE obligatorisk) book om Relativitetstreori, som kan vara rolig att läsa samtidigt är Relativity: Special, General and Cosmological, 2nd edition, W. Rindler, Oxford University Press Kursens upplägg En blandning av föreläsningar och övningar. Jag kommer att skicka ut regelbundna email/PIMs till er och sammanfatta det som gjordes under veckan, svara på möjliga frågor samt peka på kommande material. Förändringar sedan förra kurstillfället 1) Vi använder ett nytt lärare platform (Canvas). Ha lite tålamod... 2) Kompendium har reviderats. (Köp eller ladda ner upplaga II !) 3) Betygsgränser har ändrats (se nedan

**id 62**

Mitt liv som upptäcktsresande, 5 är sista bandet i Sven Hedins självupplevda svit från 1930-31. Sven Hedin [1865-1852] var en svensk författare och upptäcktsresande född i Stockholm. På grund av sina expeditioner var hans troligtvis sin tids mest berömda svensk. 1902 blev han den sista personen i Sverige som adlades och och 1918 valdes han in i Svenska Akademien. [Elib]

**id 63**

Juryn chockade efter kvällens resultat Kvällens ”Idol” slutade varken som juryn eller aftonbladet.se:s läsare trodde. Den andra tjejen att lämna ”Idol” blev inte Jenny Karevik, utan Linda Pritchard. När omröstningen var över och ”Idol”-gänget åter hade samlats var både aftonbladet.se:s läsare och ”Idol”-juryn överens. Jenny Karevik låg risigast till. – Hon har gått neråt, sa Andreas Carlsson och fick medhåll av Laila Bagge. Men när omröstningen satte igång visade det sig att Jenny inte behövde oroa sig. – Du sitter säkert, sa Peter Jihde. En överlycklig Jenny kunde andas ut och i stället fick Linda Pritchard och Sepideh Vaziri ställa sig bredvid varandra. Och Linda Pritchard blev till sist den andra tjejen att lämna ”Idol”. ”Skit också” Det var en skakad Linda som svarade på Peter Jihdes frågor efteråt. – Vad tänkte du när jag sa ditt namn? frågade Jihde. – ”Skit också”, svarade Linda med darr på rösten innan hon kramades om av de andra deltagarna. I juryn satt tre chockade jurymedlemmar, som inte alls hade väntat sig att kvällen skulle sluta så här. – Hon förtjänade att stanna, sa Andreas. Linda Widman Dela

**id 64**

I år är det tjugo år sedan Ola Juléns debutdiktsamling Orissa publicerades. Jag minns att jag verkligen inte klarade av den boken just då. Dessa korta, desperata dikter, upplästa av en poet som tycktes utstråla precis samma förtvivlan, ensamhet och skam som dikterna, fyllde mig med en sekundärskam jag inte kunde hantera. Många har, både förr och senare, skrivit om just den konkreta uppläsningssituationen – men till skillnad från mig blivit golvade. Sedan 2013 finns inte Ola Julén ibland oss längre och bara dikterna är kvar. Flera år dessförinnan, 2004, skulle hans andra diktsamling, Afrikas verkliga historia, bli publicerad. Men Julén drog tillbaka boken. Efter hans död återfanns ett manus och nu utkommer boken – oklart om det är samma version som den första – på Nirstedt/litteratur, som samtidigt tacknämligt återpublicerar Orissa. Ett strålande tillfälle att både läsa om och läsa nytt, med andra ord. Nu funkar det bättre för mig. faktiskt helt jävla förkrossande dikter. Afrikas verkliga historia är varsamt presenterad och förpackad: med ett mycket läsvärt förord av den danske poeten Martin Glaz Serup (Julén har länge varit stor i Danmark, och boken utkommer samtidigt i dansk översättning), ett efterord av redaktörerna, samt ett appendix med några ytterligare, faktiskt helt jävla förkrossande dikter. Till skillnad från Orissa, med endast en kort dikt per uppslag, på högra sidan – består boken av dikter av varierande längd, sorterade i bokstavsordning. Bokens första ord är "Arbeta" och det sista är "Ängeln". Julén använder sig av anaforen som figur – dikt efter dikt börjar med att, att, att, jag, jag, jag – och därmed upprepningens emfas. Samtidigt som bokstavsordningen bryter mot en annan möjlig diktordning. Och i bokens mitt, några motsägelsefulla rader som stannar kvar hos mig: "Jag vill ha hela //den starkt sexualiserade världen" och "Jag vill vara ensam". Här sidoställer poeten en enorm längtan och ett slags absolut omöjlighet. Längtan efter att bli lycklig, att hitta kärleken, sex, ingå i en gemenskap – uff, så banalt det är. Styrkan – ständigt på det patetiskas gräns – ligger i Juléns förmåga att hålla fast i och "skriva i förtvivlan". Å ena sidan ger dikterna ett konkret och dokumentärt intryck, å andra sidan får det dokumentära också en metaforisk dimension. För precis som med Orissa kan man fråga sig vad boktitelns Afrika egentligen innebär. Den utspelar sig ju i Stockholm och Brasilien, där diktjaget förälskar sig i Jacqueline, en fattig brasiliansk flicka (han kallar henne så), kanske prostituerad, som diktjaget menar har utnyttjat honom. Well, gubben... Ibland är dikterna självrefererande; "mina onda dikter" kan det heta, eller "svart poesi och svarta dikter", men de liknas också vid "små vackra stjärnfall". Valfrändskaperna med Lars Norén, Stig Larsson, Gunnar Björling och Gunnar Ekelöf är uttalade. Själv tänker jag på Johan Jönson. Och när Julén i en intervju pratar om sexskildringar i dikt och om amerikansk rap och porr får dikterna en ny resonansbotten. "Jag skriver för ingens skull" skriver Ola Julén, och kallar sina dikter för "ingenting". Men "ingenting" i litteraturen är ändå någonting. Aftonbladets kulturredaktion guide till veckans viktigaste kulturhändelser och mest intressanta idédebatt.

**id 65**

Kanske är det förväntningarna som är för höga, kanske har bandet haft bättre dagar, men av någon anledning brinner de inte ikväll. De gör allting perfekt, ljudet är suveränt, högt, massivt och samtidigt vasst, låtarna sitter som klistermärken och Sune och Sharin sjunger som gudar, men ändå känns det lite för kallt, lite för reserverat. The Raveonettes två senaste skivor är lite skörare, lite vackrare. Bandet har dragit ner tempot och sänkt volymen rejält medan de tryckt fram melodier och stämningar mer i förgrunden, det fungerar perfekt och Raveonettes på skiva har kanske aldrig låtit bättre. Tyvärr haltar det live på så sätt att de aldrig blir något tryck, de står där och sjunger perfekt och allt låter otroligt bra men man känner inget. När de väl trycker ner basen i botten och låter gitarr och trummor släppa loss blir det ju så där förbannat bra som Raveonettes kan vara. Bowels Of The Beast är kanske den bästa versionen jag någonsin sett dem framföra och Dead Sound, kvällens höjdpunkt, är mer Suicide än Suicide någonsin var och nånsin kommer att bli. Observations är otroligt vacker, men i sin strävan att framföra den precis som på skiva står bandet och tittar i golvet och väntar medan ett förinspelat pianosolo får ta sin tid, definitivt en underlig situation. Ally Walk With Me är som alltid farlig, stenhård och sanslöst vacker i sin promenadtakt med världens attraktivaste oljudsattacker.

**id 66**

11 December 2020 11 December 2020 Lerums kommun och AL Studio arbetar med en detaljplan för ny skola som ska inrymma F-9, grundsärskola och idrottshall. Platsen består idag utav skogsmark med stora marknivåskillnader och inslag av berg. Platsens förutsättningar är en utmaning men innebär också goda förutsättningar att erbjuda framtida elever en stor, varierande och naturnära skolgård. Barn spenderar en stor del av sin vakna tid på skolan och det gör att inte minst utemiljön behöver utformas med omsorg för att bidra till rörelse, lek och välbefinnande. Lerums kommun, med stöd av AL Studio, genomför därför en dialog med barn och unga från förskola upp till årskurs nio. Dialogträffarna ser olika ut och anpassas efter gruppen men den gemensamma frågeställningen har varit utformningen av en framtida skolgård utifrån de platsspecifika förutsättningarna. Resultatet ger ett viktigt kunskapsunderlag för både det fortsatta planarbetet och efterföljande projektering. AL Studio har tillsammans med skolverksamheten i Lerum planerat och genomfört dialogträffarna på olika sätt. Med förskolegruppen genomfördes en barnledd gåtur i befintlig skolgårdsmiljö. Barnen fick visa de bästa (och sämsta) platserna och vad de brukar leka där. Förskolan som deltog har en varierande och naturnära skolgård, kanske inte helt olikt den framtida skolan. Årskurs 6–9 från elevrådet på en av kommunens närliggande skolor deltog genom ett platsbesök där de gruppvis diskuterade idéer och ritade på kartor över skolgården. Genom att vara på platsen kunde de uppleva platsens karaktär. Grundsärskolans elever deltog genom två olika grupper där den ena besökte en tillgänglighetsanpassad lekplats i närliggande kommun. Under besöket utforskades lekplatsen tillsammans med assistenter och pedagoger där AL Studio var med och tog del av upplevelserna och erfarenheterna. Den andra gruppen deltog genom att i skolan ha en veckas tema om utformning av skolgård, där AL Studio fick komma på redovisningen där eleverna bland annat visade en stor modell över skolgården som de hade fyllt med innehåll. Årskurs 2 och 5 deltog genom workshops i klassrum, där uppgiften var att skapa platser för lek och andra aktiviteter på en skolgård. Till sin hjälp hade de lera, färg, kartong, m.m. och träffen inleddes med en presentation och bilder på platsen. Årskurs 5 fick även modeller över skolgården som AL Studio tagit fram. 27 November 2020 AL Studio har på uppdrag av och i nära samarbete med Göteborgs Stad och 02 Landskap tagit fram ett gestaltningsprogram med tillhörande dialog för detaljplan av Engelbrektsgatan söder om Heden. Gatan byggs om för att inrymma Engelbrektslänken, en ny spårvägslänk mellan Södra Vägen och Skånegatan. I och med ombyggnationen utvecklas stadsmiljön i och omkring gatan vilket skapar bättre förutsättningar för cyklister, gående och för stadsliv. Vill du veta mer hur? Nu på måndag, den 30 november klockan 12.30-13.00, håller Sandra Trzil, arkitekt på stadsbyggnadskontoret, en lunchföreläsning om just Engelbrekstlänken. Passa på att få reda på mer om utvecklingen av gatan och området! Föreläsningen kommer du till [här]. 26 November 2020 På uppdrag av Västerås kommun har AL Studio tillsammans med arkitektkontoret Archus tagit fram ett förslag för detaljplan Fredriksdal, i skogarna i Gäddeholm utanför Västerås. Totalt rymmer planen cirka 500 nya bostäder, skola, torg och parkområden. Området har utformats med den gamla byn som förebild med torget i anslutning till skolan och bostäder i låg skala där stort fokus har varit på gemensamma gröna ytor för lek och umgänge. Naturen är ett viktigt inslag i förslaget och området binds ihop av ett flertal gröna stråk, där natur bevaras men också parkmiljöer skapas. 23 OKTOBER 2020 Vi fick möjligheten att inspireras av Brf. Viva. Charlotta Brolin på Riksbyggen guidade oss runt och gav oss insikt i så väl process och idéer som lösningar och svårigheter. Riksbyggen har i projektet arbetar brett med hållbarhet och har fått in en mängd lösningar för att testa hur vi kan bygga annorlunda.Vi fylldes av entusiasm när vi vandrade runt i husen. Ett projekt som är väl värt att besöka! 21 OKTOBER 2020 Vi har det gångna året re

**id 67**

Endast utlysta platser kan sökas. Alla platser i utbildningen måste utlysas och annonseras, bl.a. på denna sida. Utlysningarna görs fyra gånger per år. För 2020 gäller utlysning 3 februari (sista ansökningsdag 1 mars), 2 april (23 april), 2 september (29 september) och 15 oktober (5 november). För 2021 blir tidpunkterna ungefär som för 2020, men är ännu inte beslutade. Ta kontakt med studierektor för utbildning på forskarnivå för närmare information om utbildningen.

**id 68**

Aspergers syndrom Att ha asperger är olika för olika personer. Det är vanligt att bli stressad när något oplanerat händer och det kan vara svårt att förstå hur andra tänker. Om du har asperger finns det saker du kan göra själv för att vardagen ska funka. Aspergers syndrom Aspergers syndrom - stöd och hjälp Aspergers syndrom är en så kallad neuropsykiatrisk funktionsskillnad. Ofta säger man bara asperger. Det är inte en sjukdom. Asperger syns inte utanpå. De som har asperger är oftast normalintelligenta och många har väldigt god språklig intelligens. Om du själv har asperger, har du kanske tänkt på att du ibland funkar annorlunda än de flesta andra. Du kan behöva anpassa livet efter hur du är, för att slippa bli hindrad i vardagen bara för att du har asperger. Livet påverkas på olika sätt för olika personer som har asperger. Ju mer du själv och andra får lära sig om hur du funkar och vad du behöver, desto lättare blir livet. Tänk på att många saker som den med asperger tycker är jobbigt, kan vara jobbigt för andra också. Som att komma i rätt tid eller att prata med folk man inte känner. Vissa saker kan vara jobbigare för dig, just för att du har asperger. Men du är ju också en person med andra egenskaper än de som har med asperger att göra. Vad innebär asperger? Att ha asperger är olika för olika personer. En del upplever bara några av de saker som brukar vara typiska. Om du har asperger känner du antagligen igen dig i några av de här sakerna: Dina särskilda intressen upptar en stor del av din tid. Du är uthållig och bra på att fokusera när det handlar om saker som du gillar. Du har lätt att lära dig mycket om sånt som du tycker är intressant. Det är ofta svårt att förstå hur andra tänker och upplever saker. Det kan vara jobbigt med relationer. Till exempel till kompisar, familj eller någon du är ihop med. Du blir stressad när det är mycket folk omkring dig. Du tolkar orden bokstavligt, även när det inte är meningen. Om någon säger ”Kan du öppna fönstret?”, kanske du svarar ”ja”, fast personen menade att du skulle öppna fönstret. Du mår bra när du får tydlig information och möjlighet att förbereda dig för det som ska hända. Du tycker att det är svårt att komma igång eller avsluta saker du behöver göra. Du har svårt att förstå miner och kroppsspråk. Du märker kanske inte alltid när det är läge att säga något eller att sluta prata. Det är jobbigt att organisera och planera saker, och du kan bli stressad när du måste välja mellan olika alternativ. Kanske är du extra känslig för ljud eller lukter, eller matens smak och konsistens. Eller så tycker du att vissa kläder kliar och känns obehagliga. Du tycker att beröring ibland känns konstig eller onödig, till exempel om någon lägger handen på din axel. Nära skjuter ingen hare, är ett ordspråk som betyder att även om man är nära att lyckas med något, så har man ändå inte riktigt lyckats. En del som har asperger kan tänka att den som säger ordspråket, faktiskt pratar om att skjuta harar. Vad kan jag göra själv? Om du har asperger gillar du kanske fasta rutiner, som gör att du inte behöver improvisera så mycket. Det finns olika knep för att klara vardagen bättre. Prova vilka som passar för just dig: Skriv in saker som du ska göra i mobilens kalender. Ställ in mobilen så att du får en påminnelse och kan förbereda dig i god tid. Om du ska på ett möte, till tandläkaren eller något annat, skriv upp på en lapp eller i mobilen vart du ska och när du måste gå hemifrån. Gör ett schema med sånt som att städa eller göra läxor. Till exempel att du ska plocka undan i tio minuter varje kväll eller alltid plugga direkt efter middagen. Om du lätt blir stressad kan det vara bra att testa någon avslappningsövning. Det gäller också om du har svårt att somna på kvällen. Rör på dig. Om du tränar är det lättare för kroppen att återhämta sig från stress. Om du inte har hittat ett sätt att träna som du gillar, kan du ta en snabb promenad varje dag i stället. Var snäll mot dig själv. Försök att inte värdera allt du gör, och hur du är som person. Tänk på att du har många

**id 69**

Filmstaden Råsunda är en Filmstaden-biograf i Stockholm, Sverige. Biografen har 4 salonger med totalt 222 platser. I det gamla filmstudioområdet, där Svensk Filmindustri spelade in över 400 filmer, ligger Filmstaden Råsunda. Biografen öppnade 2001 och har fyra salonger uppkallade efter svenska ikoner; Anna-Lisa Ericsson, Nils Poppe, Sickan Carlsson och Ingvar Bergman. Alla salonger är rullstolsanpassade och har hörslingor om det skulle behövas. I den fjärde salongen, Bergman, hade Ingvar Bergman själv sina filmklubbsvisningar under den tid han nyttjade studion. Filmstaden Råsunda har 4 salonger med totalt 222 platser.

**id 70**

Hisnande serpentinvägar, hemliga hotell, familjedrivna krogar och ett landskap som för tankarna till peruanska Anderna. Trots att Teneriffa tar emot hundratusentals turister har den största kanarieön fortfarande gott om platser dit få turister hittar. Följ med på en resa till några av våra hemliga favoriter på Teneriffa. Guide Mallorca – 10 hotell, från budget till lyx Till priset av ett svenskt trestjärnigt hotell kan du bo på ett charmigt lanthotell där frukosten består av hemlagat och nyskördat! Här tipsar vi om 10 hotell från budget till lyx. Vi tipsar om hotellupplevelser som är lätt beroendeframkallande om det så är bara för en natt. Guide Antigua, Grenada, Barbados och Dominikanska republiken – västindiska öar med drömlika sandstränder. Vilken ö passar dig bäst? Pittoreska Unesco-kvarter blommar upp med väggmålningar, gallerier och konstnärliga aktiviteter, men malaysiska Georgetown har också seglat upp en av Asiens hetaste matdestinationer. Hit reser foodisar från hela världen för att njuta av stadens berömda gatumat med smaker från Kina, Indien, Malaysia och Thailand. Pittoreska Unesco-kvarter blommar upp med väggmålningar, gallerier och konstnärliga aktiviteter Dubrovniks riviera, mysiga byn Mlini Far- och morföräldrar kopplar av i skuggan under pinjeträden, barn leker i vattnet, föräldrar solar och tonåringar vandrar bort till grannbyn Srebrenos stränder och glassbarer. I Mlini är det lätt att vara många som reser tillsammans. Far- och morföräldrar kopplar av i skuggan under pinjeträden, barn leker i vattnet, föräldrar solar och tonåri Borneos vita sandstränder, glittrande hav och urgamla regnskog med orangutanger och andra vilda djur är det perfekta resmålet om man som vi söker upplevelser som ger minnen för livet. Här tipsar vi om olika slags boenden och hotell som är några av våra favoriter i Sabah, den malaysiska delen av Borneo. Borneos vita sandstränder, glittrande hav och urgamla regnskog ger minnen för livet. Bo bra på Gran Canaria – The Old Chocolat Factory En gammal chokladfabrik från förra sekelskiftet har pietetsfull restaurerats och byggts om till ett charmigt koncept med sockersöta sovrum, en liten studio och en större etagelägenhet med egen uteplats. Allt med en inredning som skulle kunna platsa i ett reportage i en internationell designtidning. En gammal chokladfabrik från förra sekelskiftet har pietetsfull restaurerats och byggts om till ett charmigt k Borneos urgamla regnskog har ett av jordens rikaste djur- och naturliv. I djungeln kombinerar man minnesvärda äventyr för alla åldrar med lata dagar på korallstränder och bad i turkosblått hav. Borneos urgamla regnskog är det äkta paradiset, upplev delstaten Sabahs djungler och rika djur- och naturliv. Ett gäng kompisar, barn och sambos umgicks under en semestervecka på en flodbåt i Bourgogne. En resa fylld med skratt, böcker och framför all massor av god mat och fantastiska viner På en italiensk lantgård i Umbrien så får du upplevelser som omfattar allt från gårdsvin, familjemiddagar, tryffeljakt till fridfulla vandringar i en vacker natur. Mat, vin och lata dagar – checka in på lantgård i fridfulla Umbrien. Guide Åre – 7 utvalda krogar Ett besök i Åre innebär inte bara en massor av skidåkning och andra aktiviteter, det innebär också att man njuta av skidåkarluncher, frossa i gastronomiska middagar eller bara vällagade tapasrätter på en enkel barservering. Ett besök i Åre innebär inte bara en massor av skidåkning, här njuter man också av fjällvärldens bästa mat. 6 Resväskor – stor test Moderna slitstarka material, inbrottssäkra och vattentåliga dragkedjor liksom en låg vikt är viktiga detaljer i valet av rätt resväska, i varje fall om du är en flitig resenär. Reser du mer sällan finns det gott om budgetalternativ, det visar vår test av årets nya modeller. Slitstarka, inbrottssäkra och vattentåliga dragkedjor plus en låg vikt är

**id 71**

Kokostryffel

**id 72**

Modellbåtar trä ritning - AllaAnnonser.nu Då man byter lite inredning så finner jag ingen plats för dessa båtar. Dom är ca 600-700 mm långa och lika höga. Det tar ca 300-400 tim att bygga en båt. Båtarna är bygga på slutet av 80 talet början 90 talet av konstnären Stig Carlsson. Båten från vänster "Havets Vinthund" finns vissa skavanker på skrovet Pris 2300 kr. Mittenbåten "Charles w Morgan" Pris 2800 kr. Båten till höger är "King av Mississippi vissa bitar har gått sönder i flytt mm genom åren men fullt lagbar. Pris 2100 kr. Båten på egen bild är "Regina" finns även skavanker på denna men det går att laga Pris 2200 kr. Vill helst inte skicka dessa då det är mycket vacker och ömtålig konst som är byggd efter ritningar i balsam trä. Köper ni alla båtar så får ni dom för 8000 kr. Hälsar Daniel Carlsson Borås 0707-315707

**id 73**

Ardennen Camping Bertrix är en camping i Bertrix, Luxemburg, belägen i skogen. Denna terrasscamping och camping med sluttande terräng har platser med stängsel, med skugga, utan skugga och platser med lite skugga. Det finns möjlighet att hyra tält, husbilar och vandrarstugor. På campingen finns en lekplats, lekstuga och ett sportområde. - €18 per natt under lågsäsong CampingCard ACSI är ett praktiskt kort som ger dig upp till 60 % semesterfördel! Under 2020 kan du besöka inte mindre än 3600 campingar i 21 europeiska länder. Du betalar en av de fem, fasta låga priserna under för- och eftersäsongen!

**id 74**

Massagedyna - bäst i test Vi har jämfört och testat 5 ryggmassage-apparater Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar. Rygg, axlar och nacke är några av de mest utsatta kroppsdelarna för spänningar och värk. Det är även de vanligaste behandlingsområdena vid massagebehandlingar. För många finns det dock inte möjlighet att gå på behandlingar i tid och otid, men som tur är finns det ju massageapparater som gör att man kan få skön och mysig massage hemma. I den här artikeln har vi tittat närmare på massagedynor. Det vill säga massageapparater som främst fokuserar på ryggen, men ofta även nacken, axlarna och sätesmusklaturen (eller rumpan som den kallas till vardags). Bland de massagedynor som finns att köpa här i Sverige, har vi valt ut fem av de mest populära modellerna och jämfört dem mot varandra. Testet genomförs genom att vår testpanel utför egna tester och recensioner av apparaterna (i de fall vi har fått tag i recensionsexemplar) för att sedan väga samman de intrycken med research som vi gjort av publicerade användarrecensioner och experttester. På så sätt får vi en komplett sammanställning av hur bra respektive produkt faktiskt är, vilket gör att vi i slutändan kan guida dig till att hitta den bästa massagedynan för dina behov. Läs hela vårt test här nedan! Resultat - Topp 3 Beurer MG 300 Köp hos enemo TrendRehab 121-3D Zenkuru Ryggmassage Köp hos Coolstuff Testet Bästa pris hos: - MEDS2,457.00kr - WhiteAway2,460.00kr - Tretti.se2,460.00kr - enemo2,461.00kr - NetOnNet2,590.00kr Produktinformation Beurer MG 300 är en populär massagedyna som kommer med alla önskvärda funktioner, och detta till ett rimligt pris. Det är kombinationen av funktionalitet, pris och kvalitet som gör att vi placerar den här här apparaten i topp. Med MG 300 får du en nack-, säte och ryggmassage-apparat i en och samma produkt. Placera den i så gott som vilken stol, fåtölj eller soffa som helst så har du skapat dig en egen heltäckande massagefåtölj. Tyska Beurer är kända för sina kvalitetsprodukter och MG 300 är inget undantag. Apparaten har tre olika massageprogram samt tre massageområden som du själv kan styra individuellt beroende på vilken del du vill fokusera massagen till. Med en valbar värmefunktion fungerar massagedynan lika bra en varm sommardag som en ruggig vinterdag. Massagen träffar alla utsatta punkter så som nacke, skuldror, ryggrad och ländrygg på ett tillfredsställande sätt. Beurer MG 300 kommer med en smidig upphängningsmekanism så att du enkelt kan förvara den i till exempel en garderob. Det avtagbara och tvättbara överdraget är även det en trevlig detalj. Slutsatsen blir kort och gott att det här är den bästa massagedynan av de vi jämfört och den produkt som på det stora hela kommer tillfredsställa de flestas behov på bästa sätt. Egenskaper Aktuella priser för Beurer MG 300 - MEDS2,457.00kr - Hemmy.se2,459.00kr - WhiteAway2,460.00kr - Tretti.se2,460.00kr - enemo2,461.00kr - NetOnNet2,590.00kr Betyget baseras på testpanelens omdöme samt externa experttester, jämförelser och användarrecensioner. Bästa pris hos: \*Få 20% rabatt med vår rabattkod (gäller t.o.m. 2021-05-01): relaxed21 Produktinformation Trend-121-3D är en massagedyna från det svenska företaget TrendRehab. Dynan har utvecklats tillsammans med massörer och sjukgymnaster för att säkerställa att den levererar oklanderlig massage. TrendRehabs massagedyna påminner mycket om till exempel tyska Beurers modeller sett till funktionalitet. Den har såväl sätes-, som nack- och ryggmassage för att kunna ge en heltäckande massage vid utsatta områden. Med den infraröda värmefunktionen kan massagen bli ännu skönare och mysigare, samtidigt som den främjar blodflödet och ökar blodcirkulationen. Du kan också själv välja vilka områden du vill få masserade. Massagedynan passar i alla stolar, fåtöljer och soffor som har ett ordentligt ryggstöd. Det medföljer även en 12V-biladapter så att den

**id 75**

Cumnor är en by och en församling cirka 3,5 kilometer utanför Oxford i England. I Cumnors församling inräknas Cumnor Hill, Chawley, Dean Court, Chilswell, Farmoor och Swinford. Cumnor låg tidigare i Berkshire men lagstadgade förändringar i gränserna mellan länen medförde att byn sedan 1974 ligger i Oxfordshire. Byn ligger cirka 2 kilometer sydväst om Botley, och väster om A420 till Swindon. Offentliga inrättningar[redigera | redigera wikitext] Cumnor har två pubar, the Vine och the Bear and Ragged Staff. Denna pub är uppkallad efter ätten Dudleys heraldiska vapen. Familjen Dudley ägde under renässansen ett herresäte, Cumnor Place, på orten. I byn finns även en pressbyrå, en slaktare, en hårfrisörska och en livsmedelsbutik som även fungerar som postkontor. Cumnor har tre kyrkor, Helige Mikaels Church of England Församlingskyrka mitt i byn, Cumnor United Reformed Church på Leys Road och en frikyrka, Living Stones Christian Fellowship, som använder förskolan som samlingslokal.

**id 76**

Om du anser att en person ska överlämna en viss sak till dig, eller ta bort någon egendom, kan du ansöka om vanlig handräckning. Vid ansökan om vanlig handräckning prövar vi inte om kravet är riktigt. Det är istället upp till den svarande att bestrida (invända) mot kravet om han eller hon anser att det är fel. Om den svarande bestrider din ansökan får du ta ställning till om ärendet ska lämnas över till tingsrätt för prövning.Hur ansöker du?Du kan använda vår blankett betalningsföreläggande/vanlig handräckning. Var noga med att fylla i alla inblandades personuppgifter. Kravet och grunden för kravet ska anges så tydligt att den svarande kan förstå vad som avses. Om du vill få tillbaka en viss egendom måste den klart kunna identifieras. Därför är det viktigt att du till exempel anger färg, storlek, modell och märke. Vad kostar det?Det kostar 300 kronor att ansöka. Den kostnaden kan du begära ersättning för i din ansökan. Du kan också ta med kostnader för ditt eget arbete eller ombud, normalt 420 kronor.Vad händer när du lämnat in ansökan?Vi skickar då ett föreläggande (ett brev) om kravet till den svarande. I brevet finns ett kvitto som han ska skriva på och skicka tillbaka, det är ett bevis på att brevet har kommit fram. Den som får brevet kan agera på olika sätt:Göra det som du begär. Du ska då snabbt och skriftligen ta tillbaka din ansökan.Skriva till oss och bestrida, invända, mot kravet. Vi informerar dig och du får bestämma om du vill att din ansökan i fortsättningen ska handläggas av domstol. Om du inte vill att domstol ska fortsätta handläggningen kommer vi att skriva av ärendet. Inte höra av sig till oss. Då meddelar vi ett utslag, det vill säga ett beslut, där det står att den svarande ska att göra det du har begärt.Nästa stegNär du fått ett utslag om handräckning kan vi verkställa, det vill säga genomföra, det som står i utslaget. Då tillkommer en kostnad på 600 kronor. Vi försöker alltid ta ut avgiften av den svarande, men om det inte går kommer du få en faktura. Du kan också behöva betala ytterligare kostnader, till exempel för transport. Vill du inte att vi ska verkställa måste du ange det redan i din ansökan.

**id 77**

Stanna till vid fiskbilen en fredag på väg hem från jobbet och detta blev resultatet! Hällefilé med kapris, räkor och citron Koka risonin enligt anvisning på paketet. Häll av eller skala räkorna. Finhacka persiljan. Salta och peppra fiskbitarna. Vänd dem i mjöl. Hetta upp en stekpanna med smöret och stek fiskbitarna i ca 2 minuter på varje sida. Värm olivoljan och citronjuicen i en kastrull. Vänd ner räkor, persilja och kapris. Värm hastigt. Krydda med salt och peppar. Lägg upp fisken på tallrikar. Skeda över räk- och kaprisblandningen och servera med risonin och citronklyftor.

**id 78**

När sossarna började med rådslagen var jag positivt inställd till de samma. I nuläget ser jag inte hur dessa på något vis har stärkt partiet, fått medlemmarna att känna sig mer inkluderande eller format en modern socialdemokratisk politik. Istället ser jag hur vi gång på gång svarat på den borgerliga politiken genom att acceptera deras problemformuleringar och komma med lösningar som är aningens bättre. Ifall högerns bild av vad som är problemet/n accepteras rakt av, hur kan vi då tro att lösningarna blir annat än bara lite mer vänster än högerns? Frågan som legat hängande i luften sedan valet 2006 hänger kvar, när börjar vi formulera egna problemställningar? När börjar vi måla vår bild av samhället? Och nej, det är inte egen politik jag eftersöker, för det har vi. Vi har en egen politik och den är helt okej (varken mer eller mindre). Men vår politik grundar sig, precis som borgarnas, på problem som formulerats av den nuvarande regeringen och dess sympatisörer. Nyligen har det blivit extra tydligt just hur mycket vi köpt borgarnas problemformuleringar i och med att Björklunds "skolbluff" uppdagats, en bluff som helt och hållet köpts av Marie Granlund och sossetoppen, trots ivrig kritik från olika håll inom rörelsen. Det jag eftersöker är ett vågande, ett problematiserande, ett mod och en socialdemokrati som inger framtidsoptimism. Jag vill öppna tidningen och läsa s-debattartiklar som får mig att le och känna mig stolt. Jag vill att det ska kännas som att vi törs och kan. Lite "Yes, we can!" inom socialdemokratin hade inte skadat någon annan än högern. Men det saknas mig. I övrigt: Helgen som gått har varit så där intensiv som den alltid är när hela S-studenters Burmautskott ses för långmöte. Intensiv, inspirerande och superkul. Därmed är jag trött, inspirerad och stolt över att få vara del av något som är så ball. You rock, som man säger. 15 kommentarer: Vi är många som känner som du. Det märks på bloggarna. Det har faktiskt gått så långt att det är hög tid att börja göra något. Vi måste tillsammans, alla goda krafter, komma på svaren på frågorna om hur vi kan stopppa högervridningen och istället få partiet på banan med egen politik utformad efter egna, demokratiskt socialistiska, värderingar. Ett förslag är att dela med sig av remissvar på rådslagsarbetet - alltid har en grupp tänkt på det en annan har missat. Man kan också tänka sig att att ge en förening eller person med goda kunskaper i ämnet i uppdrag att författa ett bra förslag på en radikal socialdemokratisk politik, ett svar som många med färre eller större förändringar kan ställa sig bakom. Hej Cattis Problemet verkar vara att det är så himla tyst från majoritet av S folk. I alla fall offentligt. Eller så har jag möjligen missat debatten. Och rådslags grupperna verkar vara sällsynt klantiga när de ska presentera sina förslag. Som av döma av dagens förslag från Ylva S där de fick korrigera i TT och förslaget från österberg och astudlio i sommras. Där Österberg nu när han var nere i GBG sade att han inte alls vill ha någon bortre parentes i a-kassan men att det var en fråga om att välja mellan en höjd ersättning och en som täckte alla om jag förstod honom rätt. Sen verkar det något konstigt att S presenterar förslag i media som inte är färdig politik. De flesta tror jag fattar inte det utan läser istället att nu vill s 'ställa hårdare krav på sjuka'. Frågan är hur man kan driva på debatten och få fler att yttra sig. "Tystnaden är dumskallarnas bästa vän", sjöng Björn Afzelius och hade så rätt i det. Partimedlemmarna måste själva förlösa sig ur den kollektiva tystnad och handlingsförlamning de försatt sig i. Sveriges socialdemokratiska arbetarepartis politik skall vare sig vara Östros eller Sahlins i första hand - den skall vara medlemmarnas. Om vi i s-studenter eller i SSU hade följt en liknande linje, att tiga när vi inte håller med ledningen, hade aldrig någonting hänt i de förbunden. Men i partiet sitter folkvalda med formell makt (riksdagsledamöter, kommunalråd

**id 79**

Högtider och traditioner Om svenska och andra högtider och traditioner. Varför och hur firar vi? Vad är skillnaden mellan allhelgonadagen och alla helgons dag? 29 oktober , 2012 by Mattias Axelsson Kort svar: Allhelgonadagen är 1 november och är en vanlig dag, medan alla helgons dag är lördagen som infaller mellan 31 oktober och 6 november och det är en röd dag. Bakgrunden till att man inom den kristna kyrkan firar en allmän helgondag i början av november är att det i flera äldre kulturer fanns ett samband mellan naturens död vid sommarhalvårets slut (31 oktober) och högtidighållandet av döda släktingars minne. På 700-talet valde påve Gregorius III att instifta allhelgonadagen 1 november och även i Sverige vet vi att helgdagen firats sedan åtminstone 1100-talet. Under reformationen på 1500-talet avskaffades en rad helgondagar av ”ekonomiska, sociala och moraliska skäl /../ men när det kom till allhelgonadagen kunde man även anföra religiösa skäl” (Herlitz, s. 125). Sveriges lutherska kyrka och administration avskaffade successivt olika helgdagar och både 1738 och 1741 gjorde försök att avskaffa allhelgonadagen som helgdag. Men det var först i och med den stora helgdagsreduktionen 1772 som allhelgonadagen 1 november blev av med sin helgdagsstatus. I mitten av 1900-talet började det bli vanligare och vanligare att folk tände ljus på gravarna under allhelgonahelgen och då det dessutom fanns en snedfördelning av högtider under året, med för många helgdagar på våren och för få på hösten, så fanns det intresse att åter göra allhelgonadagen till helgdag. Men istället för 1 november så blev det den lördagen som infaller mellan 31 oktober och 6 november (lördagar var fortfarande arbetsdagar när beslutet togs 1953). Eftersom 1 november fortsatte kallas allhelgonadagen (men inte var helgdag) kallades den nya helgdagen för alla helgons dag. Numer är alltså 1 november (allhelgonadagen) en vanlig dag medan lördagen som infaller mellan 31 oktober och 6 november (alla helgons dag) en röd dag. Källa: Herlitz, Gillis (2007) Mors dag och Halloween: festseder i förändring Skrivet av Mattias Axelsson (2012-10-29) One thought on “Vad är skillnaden mellan allhelgonadagen och alla helgons dag?” Sara Gustavsson skriver: 5 november , 2012 kl. 2:58 e m Tacksam för detta inlägg! Bra sammanfattat! EDIT: ”Kort svar: /…/ som infaller mellan 31 oktober och 6 november” Inte 5 november. Står rätt längre ner i texten.

**id 80**

VASA. En person till har smittats av covid-19. Personen bor i Vasa och har fått smittan under ett besök i Estland. Innan Vasabon blev sjuk hann personen gå på gym.

**id 81**

Bryderi.se hjälper dig jämföra pris då du ska köpa ny eller begagnad bil, lägenhet, inredning, lampor, leksaker, parfym eller vad som helst annat. Du kan själv tala om vad som är viktigt för just dig och använda den informationen för att jämföra produkter. Bryderi.se är en sajt för att söka, samla och jämföra.

**id 82**

Som sagt i går var jag och Eva-Lena och Crister för att träna hund möten och ledarskaps övningar , snälla Cilla som är en gammal instruktör från bruks hjälpte oss. Vilka fantastiska framsteg Alma gör och jag är så överlycklig att det gick så bra! Ledarövningarna gav ju massor för både mig och Alma. Första övningen så fick Alma sitta och jag gick och la godis i i en skål , sen skulle vi gå runt skålen , men alma fick inte fokusera på skålen utan bara mig och började hon titta mot skålen så fick jag kraftigt säga NEJ och det var ju inga problem....efter vi klarat övingen fick vi testa en annan! Då satt cilla i mitten och i hennes hand hade hon godis som alma skulle få äta...men jag skulle kunna få henne att sluta äta godiset genom attt säga nej och om inte det hjälpet rycka i kopplet....men alma fickade det klockrent, behövde bara andvända min röst. Sen blev det ytligare övingar men dom klarde vi oxå jätte bra. Känns som vi är en stor bit på vägen Alma och jag....nu längtar jag bara till nästa träff:)) Det är ju söndag i dag och johan steg upp tidigt för att åka och jobba , tim han for till en kompis tidigt. Min syster ringde mig och frågade vid nio tiden om hon och hennes svärmor Berit fick följa mig och tikarna på långpromenad och givetvis så fick dom det. Berit hon gick med Olga och syster med Ada och jag tog Alma och Minja, vi gick en långtur och vi även passade på att gå in på Elpex för att tigga till oss kaffe.....så jag och berit satt inne i kontoret med brudarna och drack kaffe, syster som inte dricker kaffe passade på att klistra lite märken på 15 par skidor i stället. Sen var det bara att börja promenaden hemåt och Alma skötte sig jätte bra , många hund möten blev det men hon klarade alla så himla bra....mycket stolt matte är jag just nu:) Berit frågade även om hon fick låna Olga en vecka i sommar och självklart ska hon få göra det!!!!! Blir för mig och syster att åka och jobba på Elpex efter lunch....njut av denna fina söndag!!!!!

**id 83**

Eurojackpot – Resultat, dragning och statistik Det är trendigt med lotteriet Eurojackpot i Sverige just nu. Att köpa lotter till detta spel är utan tvekan riktigt stort även i andra delar av Europa. Det är extremt populärt i Baltikum och även Eurojackpot i Finland räknas till absoluta toppen bland lottospel. Varje vecka kollar tusentals jackpotfans efter spelstopp och resultat på aktuella dragningar. Det är fortfarande mer populärt i Sverige med Svenska Spel lotto med joker och Vikinglotto. Men även Eurojackpot blir ett namn att räkna med, tillsammans med andra kända utländska, eller snarare sagt europeiska, lottospelen som går att köpa på spelsajter online. Förutom lotteriet som denna artikel handlar om syftar vi framför allt på Euromillions. Sammanlagt så går det att spela Eurojackpot lotto i hela 17 olika länder runt om i Europa, bland annat i hela Skandinavien. Detta jackpottlotto lanserades år 2012 och drygt ett år efter starten anslöt sig Sverige tillsammans med bland annat Island och Norge. Det är så populärt numera, sex år efter start, att det även går att kolla resultat på Eurojackpot i text tv, precis som det gör för svenska lotton. Gillar du spela online? Eller vill du prova hur det känns? Oavsett vad ditt mål är, är det smart att köpa några lotter till nästa dragning. Idag är Eurojackpot ett av de största lotterispelen i hela Europa. Lotteriet delar titt som tätt ut vinster i mångmiljonbelopp, något som du kan se nedan. I Sverige är den inte lika populär som våra vanliga lottospel, men sakta men säkert börjar allt fler svenska spelare köpa Eurojackpot-kuponger. Eurojackpot dragningar Tiden för Eurojackpot dragningar är fredagar klockan 21:00. Spelstopp avser svensk tid. Alla Eurojackpot dragningar sker i Helsingfors i Finland. Resultaten av veckans Eurojackpot dragning finns tillgängliga online drygt två timmar senare. Du kan även se resultaten från dragningen i samband med lotto lördag som visas varje lördag klockan 19:55 på TV 4 samt i text tv. Vi föredrar att följa dragningen live på nätet. Det går att göra från Sverige och när vi befinner oss utomlands. Du kan enkelt rätta din Eurojackpot lott eller kupong direkt på deras hemsida eller genom att besöka rattalotto.com. Vi publicerar resultat på alla dragningar på vår hemsida. Ytterligare ett tips är att kolla om lottosidan som du har köpt din kupong på erbjuder live stream på Eurojackpot dragningen. Det kan mycket väl vara så. Som oftast behöver du inte ens göra en insättning utan får följa lotto live och rätta raden, även om du har köpt din lott någon annanstans. En annan sak som många svenska spelare försöker hitta är en bra strategi för att vinna på Eurojackpot dragningar. Visst är det bra med tips om hur du ser alla dragningar på nätet, så att du inte ens behöver sätta på TV för att rätta din lottokupong. Men de flesta vill gå ett steg längre och är intresserade av analys av tidigare dragningar. Är du en av de spelare som uppskattar data och vill skapa ditt eget lottospelsystem för att vinna, välkommen att kika på Eurojackpot statistik. Där summerar vi upp information från tidigare dragningar och ger fler vinnande tips. Spela Eurojackpot på nätet Idag finns det en rad olika lottosajter där du kan spela Eurojackpot online. Två av de allra största är Svenska Spel och LottoLand. Här kan du enkelt och bekvämt kryssa i dina nummer för veckans dragning och vara med i utlottningen om miljontals kronor! Du behöver inte betala skatt på din vinst när du spelar lotto och vinner jackpott på nätet, om du nu inte lämnar in dina kuponger på Eurolotto hos Svenska Spel. Andra spelbolag med Gibraltar, Curacao eller Malta licens med lotto i utbudet som vi fortfarande inte har nämnt är MultiLotto och EuroLotto, vars namn många förväxlar just med Eurojackpot. Läs gärna våra utförliga recensioner med omdömen om varje lottosajt som går att spela på från Sverige. Därefter är det bara att välja den som du känner dig mest bekväm med. Du får bonus på samtliga och får alltså mer pengar åt att köpa Eurojackpot online. Vi anser att Svenska Spels lotto är roligare att spela om du föredrar lämna in kuponger i butiken. Har du redan börjat spela lotto online, hittar du säkert flera mer spännande alternativ till Eurojackpot. Å andra sidan är det nästan ett

**id 84**

Här följer kort om vad som har hänt vid våra möten och referat. Referaten för i år, 2018, läggs in på den här sidan, tidigare år får du klicka på resp år här under. Här kan du läsa om våra möten och få del av det som har hänt. Meningen är att vi skall ge de medlemmar som inte kan komma information om vad som har hänt. Referat 2017 Referat 2016 Referat 2015 Tidigare referat Referat 2018 Den 21 november Kvällens talare lät meddela att hon hade blivit sjuk och inte kunde ställa upp. Vi försökte hitta någon annan, men ingen kunde ställa upp med så kort varsel. De sista försöken gjorde vi vid baren när medlemmarna började komma. Kvällens mässdirektör, Hans Mattsson, hörde vårt dilemma och erbjöd sig att berätta om sin äventyr som VB och vi antog det. Han hade spännande och roliga berättelser från sina första tjänstgöringar till VB-tjänster vid Högkvarteret. Ett kort referat förbereds. Den 17 oktober Som inledning vid oktobermötet presenterades vår nya hedersmedlem. Vår förra ordförande, Hans Bjernby, hade startat kontakterna med Christer Fuglesang. Vid årsmötet 2018 blev denne invald som hedersmedlem. Hans hade därför nu uppgiften att verkställa årsmötets beslut att överlämna bevis på att Christer Fuglesang är utnämnd till Hedersledamot i Flygarsällskapet. Christer uppskattade verkligen detta och presenterade sig och sin nuvarande verksamhet som professor vid KTH. Dagens huvudtalare öv Fredrik Hedén. US EUCOM i Stuttgart. Hedén beskrev uppbyggnaden av det svenska samverkanskontoret vid US EUCOM i Stuttgart. Det var mycket spännande att höra om händelseutvecklingen från ett tomt källarrum i det hus, som en gång var Rommels HQ, till en fungerande samverkansenhet. EUCOMs storlek och omfattande verksamhet överraskade nog de flesta. Fredriks arbete innebar mycket resande då han tillbringade må-tis i Sverige och var i Stuttgart ons till fre. Dessutom reste han mellan EUCOMs olika enheter för att visa Sveriges förmågor för EUCOM. Fredriks budskap var att de personliga relationerna är oerhört viktiga att vårda. Det blev många frågor efter föredraget. En fråga var om detta är en planeringsfas för gemensamma operationer? Nej det är det inte. Huvuduppgiften är att informera varandra om vad som händer. I Sverige råder det total politisk enighet om att delta i verksamheten. Referat; Håkan Bergström Den 26 september 2018 C LSS, Robert Nylén: LSS, Försvarsmaktövningen Aurora 2017, flygdagen på Ärna Överste Robert Nylén är Chef på Luftstridsskolan i Uppsala. Han har en bred bakrund från FV och internationella tjänstgöringar i Bosnien och Afghanistan och utbildning i USA. Han har arbetat med Insatsfrågor de senaste åren både på Flygtaktisk stab och med Specialförbandsavdelningen på HKV INS. Robert inledde kort presentation av FV organisation och gruppering 2018. FM huvuduppgift nu är entydig: Försvar av Sverige. Pendeln har tydligt svängt tillbaka från Internationella insatser till försvar av Sverige. Därefter följde en presentation av Luftstridsskolan, LSS. Man kan säga att LSS idag är som gamla F16 och F 20 utan stridsflygdivisioner med med ytterligare verksamhet. LSS huvuduppgift är •Insats •Utbildning •Utveckling LSS har 1100 anställda med verksamhet från Luleå i norr till Skåne i söder. Den består av 5 FV-gemensamma skolor: Flygskolan, Basbefälsskolan, Flygbefälsskolan, R-3 skolan och Stridslednings- och Luftbevakningsskolan. LSS bedriver också på uppdrag av Högkvarteret utveckling av materiel, metoder och förband som är verksamma inom luftarenan. En viktig uppgift är insatser och beredskap. LSS ansvarar för ständig övervakning och stridsledning av Sveriges luftrum. Till detta svarar LSS för drift, utbildning och insatsberedskap av flygbasen Ärna, som används flitigt av stridsflygförbanden vid övningar och beredskap. En ökande utbildning av soldater och vpl är också en nygammal uppgift. All frivilligutbildning i FV ligger också under LSS ansvar. Inom en nära framtid kommer Flygstaben att omlokaliseras från Stockholm till garnisonen på Ärna. FMÖ Aurora 2017. Vart tredje år ska en För

**id 85**

Gotlandskonventet startade 1992, då under namnet "Majträffen", "Majmötet" eller bara "AA-träffen". 2002 döptes det om till Gotlandskonventet och en konventavgift började tas ut för att finansiera driften (vilket gjort det möjligt att istället skicka hattpengarna till servicekontoret där de hör hemma.) 2003 startades den ideella föreningen Gotlandskonventet i Visby som sedan dess ansvarat för arrangemanget. Föreningens medlemmar kommer främst från gotländska AA-grupper men även många vänner från övriga delar av landet bidrar med service under året. Vi vill framföra vårt varmaste TACK till alla som på olika sätt bidragit till konventets fortlevnad, ingen nämnd och ingen glömd! 2020 Detta var första gången i konventets historia som vi ställde in. Det berodde på den globala corona-pandemin som föranledde restriktioner kring både resande och deltagarantal. Konventet skulle ha gått av stapeln 21-24 maj och årets färg skulle ha varit svart. 2019 Vi fick komma tilbaka till vår "vanliga" plats på Wisbygymnasiet (tidigare kallad Säveskolan) efter renoveringen. Vi slog rekord i antal personer som gjorde service: över 50 st! Datum: 30 maj-2 juni Årets färg: Grön Antal registrerade deltagare: Ca 400 2018 Plats: Södervärnsskolan. Datum: 10-13 maj Årets färg: Mörkblå Plats: Södervärnsskolan Datum: 25-28 maj Plats: Södervärnsskolan Datum: 5-8 maj Plats: Södervärnsskolan Datum: 14-17 maj Plats: Säveskolan Datum: 29 maj-1 juni Plats: Säveskolan Datum: 9-12 maj Plats: Säveskolan Datum: 17-20 maj Detta år firade Gotlandskonventet 20 år Plats: Säveskolan Datum: 2-5 juni Plats: Säveskolan Datum: 13-16 maj Årets färg: Orange Plats: Säveskolan Datum: 21-24 maj Plats: Säveskolan Datum: 1-4 maj Plats: Säveskolan Datum: 17-20 maj Plats: Säveskolan Datum: 25-28 maj Plats: Säveskolan Datum: 5-8 maj Plats: Säveskolan Datum: 20-23 maj

**id 86**

Jag gillar långa strumpor på vintern, dels för att det är skönt då man har leggings och klänning, men det är så snyggt också tycker jag, de här mysiga snygga strumporna hittade jag HÄR . De är av märket NOA NOA. Och en fin klocka till gästrummet hittade jag HÄR yyyyy. Ha nu en toppendag alla bloggisar ! Kraaam Anette Fina strumpor och fin klocka :) Ha en skön onsdag. Strumporna skulle varit sköna att ha på sig nu...brrr kram Fia Jag älskar med långa strumpor! De är snyggt oxå när de sticker upp ovanför stövvelkanten! Fin klocka du fått tag på med =) Önskar dig en fin onsdag! kramar Jättefina strumpor och sööt liten klocka och den där sängen är ju såå fiiin! Ha en fin onsdag! Kram Petronella Underbart gästrum!!! Så mysiga strumpor. Önskar dig en riktigt fin dag Kram AC Ohhh så fina strumpor!! Har massor av långa strumpor nu, varmt och gott och snyggt :-)) Ha en fin dag! Kraaaam Paula God morgon ! :) Håller med dig ! :) Både snygga och varma ! :) Så fina bilder från gästrummet :) Jag kommer ! ;) Ha en fin dag och hoppas att det hår bra för dig på utbildningen. En vinter kram till dig ! :) Godmorgon vännen! Jag antar att du lyxar och äter hotellfrukost nu..;)..åå längtar hem...fniss...för jag vet ju att du är en hemmagris..;) Vilka fina strumpor...jag skulle verkligen behöva införskaffa några nya par...mina försvinner lixom...jag tror de hamnar hos den lilla damen som bor i rummet bredvid.. Jag ligger framför brasan för 3:e dagen nu...blä!! Stackars Sally ligger här med mig o kurar...hon tycker nog att matte är vansinnigt tråkig. Hoppas du har det toppen! kram Katarina Mysiga strumpor. Kan behövas i denna kyla. Trevlig onsdag! Mvh Anna-Leena. Så läckra långstrumpor! Skulle passa till mina små Carl Larsson förkläden jag sydde igår kväll, fast i barnstorlek förstås!! ha det gott i snöstormen idag, kram Kate Jättefina strumpor!! Och visst behövs det nu när vintern kommit. Ha en bra dag. /Anna fina strumpor. Noa Noa har mycket fint tycker jag. Hanna Bara så fina strumpor.Fin klocka.Ha en härlig onsdag.Kramar Rita ♥ Så fint gästrum, gissar att många vill stanna kvar om de ser det rummet ;) Gillar verkligen klockan. Ha en forstatt härlig dag! Kram Mariette Hej hopp! Jätte fina strumps! Jag har ofta långa strumpor på hösten o vintern. Men ett dilemma, man byter strumpor varje dag o långatrumpor är ju lite kostsamt... Då varvar jag med benvärmare för det kan man ju ha flera ggr utan tvätt. Brukar oftast ha kjol eller tunika eller klänning. Så det är så fint med nåt som går upp en bit. Lindex hade snygga benvärmare. Beställde på nätet, väntar på leverans ;)) Noa noa har alltid fina strumpor. Man kanske skulle ta o göra en liten beställning ;)) Kram Caroline Gosesockar...jag hade behövt en på vardera hand där jag sitter vid datorn, haha...hua, nu är det kyligt!:) Hoppas dina utbildningsdagar går som smort och ger dig många, härliga människomöten! TACK, rara du för fina ord om reportagebilderna från vårt hem...glad blir jag!:) Julekram! /Ida Visst är det mysigt, snyggt och skönt med långstrumpor!!! Jag drar på mig det direkt när jag kommer hem från jobbet och så någon skön tunika klänning... Det bästa som finns den här tiden. Lycka till med allt, förstår att det är mycket men ändå väldigt spännande och kul! Kram Malin så mycket fint att njuta av :) vore roligt att få träffa i vår lada en gång :) hoppas du får en fin kväll :) varma hälsningar lovisa. la petite perle Snyggt, och varmt och gott med strumpor, dom här var jättefina. Och så fint med en klocka i gästrummet, allt ser så mysigt ut. Varm kram AnnaMaria Underbara strumpor, ser sköna ut! Gillar också långa till fina klänningar

**id 87**

Michael Apted, född 10 februari 1941 i Aylesbury, Buckinghamshire, är en brittisk regissör, filmproducent, manusförfattare och skådespelare. Som ung studerade Apted juridik och historia vid University of Cambridge. Efter studierna arbetade han som researcher för det brittiska TV-bolaget Granada Television där han så småningom också blev regissör, han regisserade bland annat ett antal avsnitt av TV-serien Coronation Street. Apted har vunnit flera British Academy Awards-priser, bland annat som "Bästa dramaregissör". Michael Apted har även regisserat de tre första avsnitten av BBCs och HBOs dramaserie Rome.

**id 88**

Broar över Södertälje kanal. Från förgrunden dubbelklaffbron Saltsjöbron, väg 225, i mitten lyftbro med motorvägen E4 och längst i bakgrunden en klaffbro med järnväg. En lyftbro är en öppningsbar bro över ett vattendrag där hela vägbanan (eller järnvägsbanan) lyfts vertikalt för att låta båtar komma förbi. En nackdel är att genomfartshöjden alltid är begränsad, i motsats till exempelvis en sänkbro.

**id 89**

Nya skydd mot identitetsstöld Bedrägerier genom att köpa saker i någon annans identitet fortsätter att öka enligt Polisen - och nu finns både försäkringar och tjänster på nätet för att förhindra brott och för att hjälpa de som blivit drabbade. En marknad som säkert kommer att växa i takt med att problemen ökar, tror Björn Seeth som jobbar på Polisens bedrägerisamordning i Stockholm. Har du funderat på att köpa något skydd mot identitetsstölder? Berätta! – Det kommer att komma en möjlighet inom en snar framtid att man själv kan bestämma över sin identitet i förebyggande syfte, säger Björn Seeth. Det är jättelätt att köpa saker på kredit med någon annans leg idag, och framför allt shoppa saker på nätet, säger han. Det är bara att fylla i någon annans namn och personnummer och välja alternativet "betala med faktura"och skriva vilken adress som grejerna ska skickas till. – Någon annan person får helt enkelt en faktura hemskickad för varor som man inte har beställt och heller aldrig får. Nu har alltså skyddstjänsterna börjat dyka upp. Hos vissa kreditföretag kan du spärra din identitet för kreditköp, det finns företag som säljer försäkringar mot identitetsstölder, som Smart Safety, där de betalar för nytt pass och körkort till exempel. – Det vi märker är att försäkringen ökar mest av alla produkter vi har, säger deras VD Peter Falck. Upplysningssajten ratsit.se kan meddela om dina uppgifter på Skatteverket eller Kronofogden har ändrats. – Om det har skett en adressändring till exempel, får man ett melj och så får man gå in och kolla på Ratsit för att se vad som har hänt. Och är det inte, då är det ju någon annan, säger Anders Johansson som är VD på företaget.

**id 90**

Kundupplevelsen kan vara det enda ni riktigt konkurrerar med idag. Därför ger vi människor utbildning i kundbemötande och kommunikation. Få inspiration hos er genom föreläsning och coachning. Pga. omständigheterna med Covid-19 så tar vi inga uppdrag tillsvidare Våra utbildningar innehåller övningar, föreläsning, verktyg och det som behövs för att omsätta praktiskt. Vi hjälper organisationer många branscher, alla som har en kund i sitt arbete och den kunden kan många gånger vara intern. Våra deltagare vittnar om att aktivitet och glädje sätter guldkant på utbildningarna. Bra kundbemötande är en färskvara oavsett vad din kund heter. Funktion och kvalitet ska bara funka, men den service du ger kunden kan du konkurrera med. Det kan vara avgörande för kundens val. En klagande kund som blir omvänd är 6 gånger så lojal mot en kund som aldrig blivit missnöjd. Vi gör dig trygg i att möta de svåra samtalen. Relationer och kommunikation internt brukar snabbt visa sig utåt. Vi tränar förmågan att överlämna professionellt. Rätt mental inställning Du besitter själv förmågan att skapa de bästa mötena och samtalen. Men kan du programmera din attityd så du levererar det du ska? Att inte se kunden framför dig ställer krav på både samtalsstyrning och tonläge. Vi tränar ett kundsamtal från start till mål för effektivitet och hög kvalitet. Bli en hjälte i kundmötet Dina kunder bedömer dig – varje gång. Ibland får du direkt feedback, ibland hamnar i stället feedbacken på nätet. Hur många fantastiska möten och samtal har du haft denna vecka? Med trygghet och självförtroende i kundmötet och i din egen kommunikation finns förutsättningar till en bra kundupplevelse. Det ska vara kul att kommunicera med varandra och med kunder. Men din egen motivation och inspiration kan också vara hindret till framgång och ibland kan det vara bra med extra energi. Med en föreläsning från oss får du det och verktyg som fungerar. Inspirera er och kollegorna genom att boka in vår föreläsning. Learn by Doing – Coaching Ord och teori i all ära, men vi tror på action! Därför mynnar alltid vår träning ut i något som kan göras på riktigt. Det kan också vara perfekt i starten för en ny chef. Coachning i kundkommunikation och i kundsamtal är en av våra stora styrkor. Att direkt efter ett kundsamtal få feedback och tips är väldigt effektivt för att lärandet ska stanna. Anlita Ett kundvänligare Sverige som coach till telefonsamtalen, receptionen, säljmötena. Vi hjälper även ledare som vill bli tydligare och mer effektiva i sin medarbetardialog. Vi har en unik coachning i miljön som kunden besöker. Dvs. vi kommer till er och tillsammans under en dag coachar er i att skapa den bästa möjliga kundmiljön. Vi har stor erfarenhet från både kommersiella miljöer och traditionella besöksytor. En doft, en färg, riktningen på en medarbetare kan ibland vara avgörande för kundens upplevelse. Anlita vår kundmiljöexpert och börja resan mot en trevligare plats. Kontakta oss för ett konkret förslag. Öka dina kunders lojalitet Kunder har aldrig varit lika otrogna som just nu. Det är enklare att byta leverantör än att gå ut med soporna. Klick klick på telefonen sen är bytet klart. Pris och produkt har tidigare varit en avgörande faktor. Det är viktigt men nu går kundupplevelsen förbi i vad som får oss att ta beslut. Men lojalitet måste förtjänas. Därför är det viktigt att träna på att hantera människor i svåra situationer, som t.ex. vid klagomål eller missnöje. Eftermarknad och support. Här kan vi skapa verklig lojalitet. Ofta är en tekniker din bästa säljare när hen lär sig hantera svåra samtal och merförsäljning. Uppnå dina mål Målsättning stärker dig och ditt välbefinnande. Lyckas du dessutom nå dem blir det ännu bättre. Har du rätt verktyg? Mätning är en grund till att klara att sätta mål. När det gäller kundupplevelsen kan det vara svårt att sätta fingret på de mjuka värdena. Men vi har verktygen för att ge dig svar på vad dina kunder upplever i realtid. Som komplement till dina befintliga kundundersökningar har vi marknadens vassaste sätt att få feedback direkt från dina kunder. Så du kan åtgärda redan samma dag. Inte behöva vänta ett år till nästa resultat. Vi scannar av nätet och allt som sägs av era kunder, så ni vet var ni ska agera. Även målsättning för individen är viktigt och i våra utbildningar lägger vi ofta till egna aktivitets- och handlingsplaner

**id 91**

Jag vet inte när de kom hit, slingorna med massor av glödlampor som hela träd kan viras in i. Balkonger, verandor, allehanda räcken förses nu för tiden med de där ljusglimtarna som så väl behövs när vintermörkret är som mest kompakt. Antagligen började det – som så mycket annat – i USA. Själv minns jag när jag en gång för väldigt många år sedan fick syn på Tavern on the Green, mitt ute i Central Park i New York. Krogen (som jag förvisso aldrig har varit på och som i år lär ha ersatts av någon sorts turistbyrå) låg som en skimrande ljusö mitt i allt det svarta, en skönhet som fick mig att nästan tappa andan. Långt ifrån alltid är det där med ljusprydnaderna dock genomfört med särskilt stor eftertanke. Eftersom det blir en naturlig högsäsong så här års uppstår här och där tävlingar i mest och flest lampor. I North Miami i Florida finns en gata som förvisso fått byta namn, till The Christmas Street. Där pågår jobbet att rigga nya och fler belysningsdetaljer året om, ibland med rent groteskt resultat – och elräkningar som matchar … Den som inte har en egen trädgård att förse med lampor ägnar sig åt fönster eller balkonger. Själv skulle jag inför min första jul i USA också ha ljus på min rätt så trista betonghylla där jag visserligen kunde se ut över havet – men det var också så högt över marken att jag ytterst ogärna gick ut där. Fast en ljusslinga skulle jag ändå skaffa. Den hade glödlampor i gult, rött, blått och grönt i enlighet med traktens traditioner. Och den blinkade. Också det i enlighet med traktens traditioner. Taktfast och med ett litet envetet knäppande blinkade min ljusgirland, i samklang med mina grannars julprydnader. Jag höll på att bli galen. Dels av ljudet, dels av själva blinkandet, som fick hela mitt vardagsrum att liksom pulsera. En kväll klarade jag av det, men bara en. Sedan fick mina små lampor lysa med fast sken, om än i olika färger. Och när jag flyttade tillbaka till Sverige fick min efterträdare ärva min ljusslinga. Här i landet är restaurang Riche på Birger Jarlsgatan i Stockholm den första jag minns som anammade tanken och lindade in ett par inte särskilt stora träd vid entrén i lampgirlander. Plötsligt fick de kala grenarna nytt liv, trädets form blev synlig igen, en fröjd för ögat. På senare år har många företag anammat idén. Och med lite julesnö som extra dekoration blir resultatet fantastiskt! Längre söderut i Europa, där natten aldrig är svenskt sommarljus, är de där elslingorna numera tända året om. Inte alltid lika vackert, kan jag tycka, när en turkisk servering ser ut som en julgran medan termometern visar på 29 plusgrader och det man helst söker är lite middagssvalka. Men vi i Norden kan naturligtvis inte ha ensamrätt på många små lampor! Möjligen kan vi fortsätta glädja oss åt att den elektriska ljusstaken är en helsvensk uppfinning. Fast då handlar det ju om betydligt färre ljuspunkter. Ja första gången jag såg ett noggrannt ljussatt träd (ljusprickar i trädet alltså) så var det såå vackert. SvaraRadera För några år sen hade en granne en röd balkongräcksgirland som hade olika blinktakter som den varierade mellan. Ibland "dimmade" den upp och ned, ibland "discoblinkade" den i technotakt, ibland rörde sig ljuset hit och dit. Balkongen vetter mot mitt sovrum. Just på sträckan mellan balkongräcket och min kudde hade jag en glipa i persiennen ... Jag hade tur att slingan bara höll i jag tror två år, kanske tre. Men det var tuffa vintrar. Vi som tidigare bodde i en av de syriansktätaste delarna av vår stad undrade ofta hur folk kunde leva med dessa hysteriskt blinkande balkong-och fönsterdekorationer. Det är precis som om det gått status i det hela. Man ska överträffa varandra. SvaraRadera Jag älskar och hatar. Vackra inklädda träd är så

**id 92**

OM OSS VästMark är ett anläggningsföretag som är verksamt i Västra Götalandsregionen med ca 26 anställda. Bolaget startades år 2010. Vår verksamhet omfattar det mesta inom exploatering, grundläggning, idrottsanläggningar, infrastruktur, VA- och fjärrvärme-byggnation samt ytskikt och finplanering. Våra kunder är främst stora fastighetsbolag, byggbolag samt den offentliga sektorn i regionen. VästMark vill verka för en sund bransch och är medlem i "Byggföretagen" (fd Sveriges Byggindustrier), som är en bransch- och arbetsgivarorganisation för bygg- och anläggningsföretag. CORONA / COVID-19 Vi vill att alla VästMarkare och våra nära skall fortsätta vara friska och må bra - så därför rekommenderar vi att: vi håller oss till det sociala sammanhanget på den enskilda arbetsplatsen vi är restriktiva med fysiska kontakter (prioriterar digitala möten) vi ser till att det finns förutsättningar att hålla avstånd och god hygien (ev förskjuts raster) vi vädrar bodarna under och efter arbetsdagen vi hjälper och stöttar varandra (liksom tidigare) - så vi håller kontakten, utan att ses fysiskt! KVALITÉ OCH MILJÖ VästMark är diplomerat enligt POVEL, som är "Byggföretagens" ledningssystem för kvalitet, miljö och arbetsmiljö. Utgångspunkten för Povels ledningssystem är de kvalitets-, miljö- och arbetsmiljökrav som anges i ISO 9001, ISO 14001, AFS 2001:1 och ISO 45001. Povel är utvecklat av "Byggföretagen" (fd Sveriges Byggindustrier, BI) och togs fram för att möta de krav som ställs från beställare, myndigheter och övriga intressenter. Povel innehåller styrverktyg för verksamheten och fokuserar inte bara på krav, utan även på att hitta förbättringsmöjligheterna i företaget. Meningen med Povel är även att stimulera till lönsam företagsutveckling och höja hela byggbranschens anseende, samt att binda samman företagets egna ambitioner med alla de krav som ställs på byggföretag idag. Grundtanken bakom Povel är att skapa ordning och reda, integrera de olika systemen i företaget, möta krav och förväntningar från kunder, samhälle, medarbetare och företag, stimulera till ökad arbetsberedning/planering, arbeta systematiskt med ständiga förbättringar, skapa ett enkelt men ändå heltäckande verktyg. Läs mer här: https://byggforetagen.se/povel DATASKYDDSPOLICY Denna dataskyddspolicy förklarar hur vi på VästMark samlar in och använder dina personuppgifter. Här beskrivs också dina rättigheter gentemot oss och hur du kan göra dina rättigheter gällande. Det är viktigt att du läser och förstår vår dataskyddspolicy innan du blir vår kund eller leverantör. Du kan alltid kontakta oss vid frågor kring integritets- och dataskydd genom att skicka ett e-postmeddelande till VästMark Entreprenad AB (info@vastmark.se). När ni köper eller säljer varor eller tjänster av oss accepterar ni vår dataskyddspolicy och vår behandling av era personuppgifter. Ni godkänner också att VästMark Entreprenad AB använder elektroniska kommunikationskanaler för att skicka information till er. För att kunna fullgöra våra skyldigheter gentemot personal, kunder och leverantörer, behöver vi behandla dina personuppgifter enligt nedan. Vi gör det med största möjliga hänsyn till din integritet. Vilken information samlar vi in? Information som du ger till oss Du kan direkt eller indirekt komma att ge oss information. Exempelvis: • Person- och kontaktinformation: Namn, födelsedatum, personnummer, faktura- och leveransadress, e-postadress, mobiltelefonnummer etc. • Betalningsinformation: Fakturainformation, bankkontonummer etc. Information vi samlar in om dig När du köper/säljer varor/tjänster kan vi komma att samla in följande information: • Person- och kontaktinformation: Namn, personnummer, faktura- och leveransadress, e-postadress, mobiltelefonnummer, etc. • Information om varor/tjänster: Exempelvis detaljer angående de varor/tjänster du har sålt/köpt eller önskar att sälja/köpa. • Finansiell information: Din inkomst, eventuella krediter, negativ betalningshistorik. • Historisk information: Dina köp, betalnings- och kredithistorik. Informationen du ger oss, såväl som information om varorna/tjänsterna och din finansiella information, är generellt sett nödvändig för att ingå ett avtalsförhållande med oss, medan den övriga informationen vi samlar in generellt sett är nödvändig för andra syften – se

**id 93**

Österbottens museum > I början av Skolhusgatan, E. Forsman 1929, nyare dele: Erik Kråkström 1969. Landskapsmuseum, regionkonstmuseum och naturcentrum. I museet finns basutställningarna Vasa 400 (kulturhistoria), Hedmans samlingar (konst och stilhistoria) och Terranova (naturvetenskap; se även nedan). Samlingar av allmogeföremål, textilier, silverföremål, mynt, konstverk, fåglar, djur, växter och insekter. Dessutom tillfälliga utställningar året runt. Café Nova. ti, to, fre 10-17, ons 10-20, lö-sö, 12-17. Ger information om områdets museer, fornminnen, byggnadskultur, kulturhistoria, natur och världsnaturarv. tel (06) 325 3800. Terranova – Kvarkens naturcentrum > I Österbottens museum i början av Skolhusgatan. Basutställning som upprätthålls av Österbottens museum och Forststyrelsen. Ger information om Unescos världsnaturarv, Kvarkens skärgård, områdets natur och naturskyddsområden samt om naturaktiviteter och utflykter. se föreg. Nelin-Cronströms konsthem > Strandgatan 15 b. Besök enligt överenskommelse med Österbottens museum, se ovan. Tikanojas konsthem > I Hovrättsesplanadens och Skolhusgatans hörn. Förevisar och ordnar utställningar med utländsk och inhemsk konst. Till programmet hör konserter, matinéer och tvärkonstnärliga evenemang. I de egna konstsamlingarna finns förutom inhemsk konst även en betydande samling utländsk konst med tyngdvikt vid franska målningar från 1800-talet och 1900-talets början. ti-lö 11-16, sö 12-17. tel.(06) 325 3916 Museum för modern konst/ Kuntsi > I inre hamnen, i början av Sandögatan. Kuntsis stiftelses samlingar är en av de mest betydande samlingarna inom modern konst, jämsides med de samlingar som tillhör stiftelserna för Sara Hildén, Maire Gullichsen och Wihuri. ti-sö 11-17, to 11-20. tel.(06) 325 3916. Tidigare Tullpackhuset E.Th.Granstedt 1875, ändringar 1906 och 1924. Vasa konsthall > Stadshuset, mot Rådhusgatan. Tillfälliga utställningar. I bottenvåningen fanns ursprungligen husets uppvärmningssystem och bränslelager samt brandkårens utrymme, som byggdes om till utställningshall på 1960-talet. I konsthallens tak ser man ännu de ursprungliga tegelvalven. ons-fre 12-18, lö-sö 12-17. tel.(06) 325 3770. Nandor Mikolas akvarellsal > Rådhusgatan 21, innergården. Prof. N. Mikolas akvarellsamling och tillfälliga utställningar. Sommartid ti-sö 12-16, vintertid ons 14-18, lö-sö 12-16 eller enligt överenskommelse tel.050 438 1391 eller (06) 317 2745. Krigsveteranmuseum > Kyrkoesplanaden 22. Sommartid må-to 12-16 eller enligt överenskommelse. Förfrågningar tel. 044 025 0346. Bragegården Brages friluftsmuseum > I anslutning till Sandviksparken, till vänster vid Sanmarksgatans slut, 1½ km söderut från torget. 23 byggnader, varav 4 anknyter till fiske. Husen är inredda enligt gammal allmogetradition från svenska Österbotten. Jungfrudansen enligt förebild från Valsörarna. Sommartid ti-fre 11-17, lö-sö 12-16. tel.(06) 312 7166. Bil- och motormuseum > Kvarngatan 18-20, till höger från Smedsbyvägen. En samling av bilar, cyklar och motorcyklar. Maj-september kl. 11-17. Hn Korsumuseum och Edvins konstpark > Vapenbrödrabyn. Edvin Hevonkoskis trä- och metallskulpturer samt typiskt krigstida hantverk och föremål från korsu-livet vid fronten. tel. 050 560 6496. Gamla Vasa museum > Köpmansgatan 10. Falanders hus, senare adlad Wasastjerna, borgarhem, inredning från början av 1800-talet. Sommartid (ons) to-sö 11-17. tel. (06) 325 3800. Mejerimuseum

**id 94**

- Amerikanerna Roy J. Glauber och John L. Hall samt tysken Theodor W. Hänsch tilldelas nobelpriset i fysik. - Terrorattack mot restaurangen Raja i Kuta på Bali, minst 26 döda. - João Bernardo Vieira tillträder som president i Guinea-Bissau, det är hans tredje presidentperiod. - Claudio Muccioli och Antonello Bacciocchi, tar över som regenter i San Marino. - Australiensarna Barry Marshall och Robin Warren tilldelas nobelpriset i medicin för sin upptäckt av bakterien Helicobacter pylori. - Fanan troppas för sista gången i Vaxholm då Amf1 flyttar till Haninge garnison - Amerikanerna Robert Grubbs och Richard Schrock samt fransmannen Yves Chauvin tilldelas nobelpriset i kemi. - En jordbävning som uppmäts till 7,6 på Richterskalan skakar gränstrakterna mellan Pakistan och Indien. Värst drabbat är Kashmir. Mer än 40 000 människor uppges ha omkommit. - CDU-ledaren Angela Merkel blir förbundskansler i Tyskland, meddelades det från nuvarande kanslern Gerhard Schröders parti SPD på förmiddagen. Enligt en talesman röstade SPD med stor majoritet för överenskommelsen - Sveriges Riksbanks pris i ekonomisk vetenskap till Alfred Nobels minne går i år till Thomas Schelling och Robert Aumann för deras forskning inom spelteori. - Liberia håller president- och parlamentsval. - Knut Ahnlund, som suttit på stol nummer sju i Svenska Akademien sedan 1983, meddelar i Svenska Dagbladet att han i protest mot valet av Elfriede Jelinek som förra årets nobelpristagare i litteratur, lämnar Akademien. - Norge får ny regering med Jens Stoltenberg som regeringschef, Jonas Gahr Støre som utrikesminister, Anne-Grete Strøm-Erichsen som försvarsminister och Kristin Halvorsen som finansminister. - Sir Paul Haddacks blir ny Lordlöjtnant på Isle of Man - ABBAs låt Waterloo vinner titeln Tidernas bästa Eurovisionbidrag i samband med Eurovision Song Contests 50-årsfirande i Köpenhamn. - I ett uttalande säger sig Irans president Mahmoud Ahmadinejad vilja utplåna Israel. - Svenska kyrkans kyrkomöte säger ja till en kyrklig välsignelse för homosexuella par som har ingått partnerskap.[1] - Tre bomber i Indiens huvudstad New Delhi dödar åtminstone 50 personer. - Lewis Libby, den amerikanske vicepresidenten Dick Cheneys stabschef, åtalas för att ha ljugit och försökt obstruera brottsundersökning. - FN:s säkerhetsråd kräver att Syrien samarbetar i utredningen av mordet på Libanons förre premiärminister Rafik Hariri. - Kronprins Felipe av Spanien och hans fru Letizia Ortiz får en dotter vid namn Leonor. - Samuel Alito blir George W. Bushs nya nominerade till domarposten i USA:s högsta domstol. - ^ ”Ja till välsignelseakt för homosexuella”. Aftonbladet. 27 oktober 2005. http://www.aftonbladet.se/nyheter/article10690720.ab. Läst 11 september 2016.

**id 95**

Seminarium i mental träning, självledarskap och självcoaching Detta är ett specialseminarium för Samurang Fightcenter i Karlstad som kan komma att erbjudas på fler orter i landet. När & var? Lördag 13 oktober kl 10.00 - 13.00 på Samurang Fightcenter i Karlstad Beskrivning Att träna sinnet vittnar många idrottare såväl som ledare i näringslivet om som en viktig framgångsfaktor. Likaså gör de som återerövrat sin hälsa och fördjupat sitt välmående i livet. Du lär dig På detta seminarium lär du dig grunder i mental träning, självledarskap och själv-coaching applicerbara för att optimera prestation och resultat inom träning & tävling, yrkeslivet, studier, för att stärka hälsa och välbefinnande samt för att skapa mer positiv utveckling var du än behöver det. Seminariet hjälper dig ta dig förbi det som hindrat dig fram till nu och istället röra dig framåt än mer effektfullt. Kom och lär dig bl.a. -Vad som kännetecknar ett bra mål och gör dina mål mer magnetiska. -Varför ledarskapet av dig själv är din främsta framgångsfaktor. -Hur du kan tänka för att både må och prestera ditt bästa. -Praktiska verktyg för att optimera sinnet i både enkla och utmanande situationer. Upplägg Föreläsning varvas med både individuella och interaktiva övningar för bästa inlärning (tex visualisering, skrivövningar, samtal mm.) Pris 200kr som både betalas till och går direkt till klubben. AnmälanDu anmäler dig genom att maila peter.malmberg@samurang.se med ditt namn och era namn om ni är flera. Betalningsinfo ges av Peter. Seminarieledare Seminarieledare är Daniel Ekholm. Daniel arbetar som konsult, coach och föreläsare inom team-, ledar- och organisationsutveckling samt inom hälsa och personlig utveckling där mental träning, coaching och självledarskap är viktiga hörnstenar. Daniel har tränat, coachat och utbildat tusentals människor och har stor passion för att hjälpa var och en leva sin fulla potential och uppnå de resultat som de önskar. Daniel har en kandidatexamen i psykologi och är bl.a. utbildad NLP Business Master Coach, Professionell Team & Lifecoach samt har en gedigen bakgrund inom idrott, meditation, yoga och kampkonst där Daniel är f.d. landslagsman och flerfaldig svensk mästare i Taekwondo. (danielekholm.se samt svenskahalsoteamet.se) Varmt välkommen! Daniel Ekholm och Samurang Fightcenter Med vänliga hälsningar Daniel Ekholm Andersson -Kvalitetsutbildningar som förändrar liv! Svenska Hälsoteamet har de senaste 25 åren utbildat över 14 000 elever inom hälsa, personlig utveckling, massage och friskvård i hela landet. Den 25/5-2018 trädde EU:s nya dataskyddsförordning, df, i kraft och ersatte då personuppgiftslagen (PUL). Med df stärks skyddet av den personliga integriteten ytterligare och vi vill därför informera dig som kund till eller som lämnat uppgifter till oss på Svenska Hälsoteamet (bifirma till Evolutionary Development Sweden AB) om hur vi behandlar dina personuppgifter. Evolutionary Development Sweden AB (EvDv) åtar sig att skydda och respektera din integritet vid utförande av våra tjänster, vid kontakt med dig och vid all behandling av dina personuppgifter. EvDv är personuppgiftsansvarig för behandlingen av dina personuppgifter enligt vid var tid gällande lagstiftning. Personuppgifter innebär all information som kan hänföras till en identifierbar fysisk person. Säkerhet Vi vidtar lämpliga tekniska och organisatoriska säkerhetsåtgärder som krävs för att skydda dina personuppgifter mot otillbörlig åtkomst, förändring eller förstörelse. Det innebär dock alltid en risk att lämna ut personuppgifter på digitala kanaler då det inte helt går att skydda tekniksystem från intrång. Personuppgifter som hämtas om dig eller som du lämnar till oss. Vi kan komma att samla in följande uppgifter om dig för att vi skall kunna leverera den bästa servicen till dig. \* Namn \* E-post \* Postadress \* Telefonnr \* Personnummer Korrespondensen mellan dig och oss kan komma att sparas för att vi ska kunna utföra våra tjänster på bästa sätt. Ändamålen med behandlingen ·För att kunna kommunicera med dig ·För att leva upp till krav enligt lag, förordning eller myndighetsföreskrift ·För att kunna genomföra marknadsundersökningar ·För att kunna komma i kontakt med dig och skicka information

**id 96**

Protokoll. Handläggare, telefon, e-post Deltagare 23 st. delägare,se deltagarförteckning. delägare i Kungsöns vägförening totalt 50 st. andelar. ÅRSMÖTE. Kungsöns Vägförening, verksamhetsåret 2011-08-01 - 2012-07-31 1.Mötets öppnande. Mötet öppnades av Pelle Färnström som hälsade alla välkomna. 2.Godkännande av dagordning. Dagordningen för mötet godkändes. 3 Val av ordförande för mötet. Till ordförande för mötet valdes Pelle Färnström 4 Val av sekreterare för mötet. Till sekreterare för mötet valdes Kent Dahlgren 5.Val av justeringsman att jämte ordförande justera årsmötesprotokollet. Till att justera dagens protokoll jämte ordförande valdes Maria Lundqvist. 6 Godkännande av kallelsen Kallelse till årsmötet godkändes,på anslagstavlor och hemsidan. 7 Presentation och godkännande av inkomna fullmakter. Inga fullmakter fanns att behandla. 8 Uppläsning av kassarapporten. Kassarapporten upplästes, godkändes och lades till handlingarna,se Bilaga: 1 9. Revisionsberättelsen. Revisionsberättelsen upplästes och godkändes. 10. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen. Årsmötet beviljade styrelsen ansvarsfrihet för den tid som revisionen omfattar. 11. Val. a.Till Ordförande för 1 år valdes Pelle Färnström. b.Till Vise ordförande för 2 år valdes Per-Johan Ekman. c.Till Kassör för 2 år valdes Ingvar Öhlund. d.Till Styrelsesuppleanter för 1 år valdes Kurt Granlöf och Pelle Strandberg. e.Till Vägkommitté för 1 år valdes Tommy och Peter Zackrisson. f.Till revisorer för 1 år valdes Kjell Dahlberg och Anton Swaczyna. g.Till valberedning för 1 år valdes Tage Brändström och Mats Nilsson (Mats på Kungsön.) 12. Vägfrågor och vägavgifter. a.Under verksamhetsåret har det utförts dikesröjning och borttagning av stora stenar i vägbanan där många deltog i arbetet samt grusning, sladdning och saltning av vägen samt lagning av "potthål" i vägbanan vid några tillfällen. Det har också under verksamhetsåret hållits två Styrelsemöten. b.Efter styrelsens förslag om en höjning av vägavgiften med 75 kr/år beslutade årsmötet att vägavgiften skall vara 300 kr/år 13. information och diskussion om ev. vägförättning. a.Styrelsen föreslår att vi överväger på sikt att göra en vägförättning för Kungsöns Vägförening. I dagsläget är vi en frivillig vägsammanslutning för stugägare och en del markägare är ej med i föreningen. Fördelen med en formell/juridisk vägförening är att alla berörda blir med och betalar efter nyttjandegraden. Kostnad för en vägförättning uppskattas till ca: 2000 kr/andel. b.Efter en bra diskussion så ger Årsmötet Styrelsen i uppdrag att ta fram mera underlag på hur det kan genomföras och fungera samt till vilka kostnader för fastboende, stugägare och markägare, information som sedermera sammanställs och delges berörda. Information kommer efter hand att läggas ut på vår hemsida. Beslut om vägförättning kommer att tas vid framtida årsmöte när vi anser att tillräckligt underlag finns framme för rätt beslut. 14 Övriga frågor. Inga övriga frågor för dagen. 15. Plats för nästa årsmöte. Plats för nästa Årsmöte blir hos Eva Renkonen, i deras stuga. Lördagen 10 augusti 2013 kl. 14.00 16Mötets avslutande. Ordförande tackade Tage och Lissen Brändström med en blomma som upplåtit plats för Årsmötet samt för det goda fikat och avslutade därmed årsmötet med att tacka alla för visat intresse. Deltagarförteckning bifogas. 1.Mötet öppnades av Pelle Färnström som hälsade alla välkomna. Pelle framförde en hälsning från Anders Gidlund, som en längre tid varit sjuk och inte kunde komma till årsmötet. 2.Dagordningen för mötet godkändes. 3.Till ordförande för mötet valdes Pelle Färnström. 4.Till sekreterare för mötet valdes Roland Gladh. 5.Till att justera dagens protokoll jämte ordföranden valdes Tomas Renkonen. 6.Kallelsen till

**id 97**

Marknadsekonom DFEI är en utbildning för dig som efterfrågar gedigna kunskaper i marknadsföring, företagsekonomi, nationalekonomi och ledarskap. Du får ett ordentligt kompetenslyft som du har direkt nytta av i din karriär. Utbildningen är unikt flexibel. Du har möjlighet att påbörja studierna upp till sex gånger per år. Studierna leder till ett professionellt diplom från FEI samt 120 högskolepoäng och en Högskoleexamen i företagsekonomi med inriktning marknadsföring från Högskolan Väst. Välj att studera på plats i Stockholm eller på distans med FEIFLEX. 2,5 år Här kan du läsa mer om finansiering och rabatter Marknadsekonom DFEI 120 hp ger en företagsekonomisk och juridisk grund följt av ordentligt fördjupade kunskaper inom marknadsföringens olika delmoment inklusive marknadsanalys, marknadskommunikation och marknadsrätt. Utbildningen ger också kunskaper i redovisning inklusive bokslut samt nationalekonomi och statistik. Ett examensarbete som med fördel är kopplat till ditt arbete, avslutar utbildningen. Marknadsekonom DFEI 120 hp riktar sig till dig som främst har försäljning och/eller marknadsföring som din huvudsakliga arbetsuppgift; du vill utvecklas ytterligare för att kunna bidra mer strategiskt i marknadsföringsarbetet. Utbildningen är också lämplig för dig som vill uppnå en ökad marknadsorientering i en annan roll, exempelvis som företagsledare, linjechef, produktchef eller projektledare. Utbildningarna vänder sig till en målgrupp som har arbetslivserfarenhet. Vi rekommenderar arbetsgivare att nominera medarbetare med minimum fem års erfarenhet (i praktiken har de flesta deltagare betydligt längre erfarenhet, genomsnittsåldern är 34 år). Utbildningsbakgrunden kan variera, den viktigaste egenskapen är att deltagaren har kapaciteten att bidra med erfarenheter och input i utbildningen och, förstås, att klara studier på högskolenivå. Vi rekommenderar allmän behörighet för högskolestudier, dvs. avslutad gymnasieskola, men utbildningarna är även relevanta för den som har tidigare akademiska studier på meritlistan. Studiernas utformning utgår från att du har ett krävande arbete och att du också har ett liv utanför arbetet! Lektioner på FEI ges i tvådagarspass var sjunde vecka. Mellan passen läser du in litteratur och studerar online. Tekniken är modern och flexibel, du har stora möjligheter att studera att välja när och var du ska studera. Sammantaget får du lika mycket kontakttid med lärare, handledare och medstudenter som i en ”traditionell” utbildning! Utbildningen omfattar totalt två och ett halvt års studier. Marknadsekonom DFEI består av två block som innehåller noggrant utvalda kurser. Det första blocket ger nödvändiga kunskaper i bland annat företagsekonomi, ledarskap och juridik. Block två erbjuder specialiserade kurser för dig som gör karriär och har en ansvarsbefattning inom marknadsföring eller försäljning. Arbetet kan med fördel vara kopplat till din arbetsgivare eller bransch. Vi har handplockat de bästa lärarna, dels från näringslivet, dels den akademiska världen. Det ger en bra mix och säkerställer att du får kunskaper som är både praktiskt relevanta och har en förankring i de senaste rönen inom forskning. Vi vet att nästan alla arbetsgivare tycker att kompetensutveckling är viktigt. Vi vet också att pressen att hålla kostnader nere är tuff. I Marknadsekonom DFEI faktureras avgiften därför årsvis. Arbetsgivare och medarbetare binder sig för ett block i taget. Det ger både kontinuitet och flexibilitet. I avgiften ingår all undervisning och handledning, litteratur och studiematerial, kaffe och luncher i samband med undervisning. FEI är ett av Sveriges äldsta utbildningsföretag och vi har ett grundmurat gott rykte i näringslivet. Vi är kända för att lära ut handfast kunskap som direkt kan användas i arbetet. Många av våra alumni återfinns på ledande befattningar i företag och organisationer, i Sverige och utomlands. Med en DFEI-examen står du väl rustad i din fortsatta karriär. Marknadsekonom DFEI har den unika fördelen att du får dubbla examina. Utöver examen från FEI har du också möjlighet att få en Högskoleexamen i företagsekonomi med inriktning marknadsföring. Examen utfärdas av Högskolan Väst. Det är en kvalitetsstämpel och ett viktigt bevis för både medarbetare och arbetsgivare att kursinnehåll och genomförande uppfyller akademiska kriterier och krav. 2,5 års studier parallellt med arbetet. Lektioner på FEI ges i tvådagarspass var sjunde vecka. Mellan passen läser du in litteratur och studerar online. Marknadsekonom DFEI ger

**id 98**

TEKO, Sveriges Textil- och Modeföretag Som första företag i Norden lanserade Swegmark of Sweden i Borås en rättvisemärkt kollektion damunderkläder i slutet av nollnolltalet. Ett experiment som utvecklats bättre än väntat. Utan egentlig marknadsföring svarar kollektionen idag för över tio procent och försäljningen kommer fortsätta växa, enligt VD Christina Holmqvist. TEKO, Sveriges Textil- och Modeföretag Yvette Gilbert är ny VD på underklädesföretaget Abecita AB i Borås. Hon har tidigare arbetat med koncept- och varumärkesutveckling inom textilbranschen med olika varumärken. Yvette Gilbert är inte ny inom Abecita-koncernen utan arbetade där under 2001-2007 som affärsområdeschef för Salming Underwear. I augusti kommer nya sportiga behån Forceful. Den ger ett fast stöd till brösten även vid tuffare sporter som löpning och ridning. Det svarta tyget med hallonröda detaljer transporterar effektivt bort fukt men värmer även vid kyligare väder. I augusti kommer äntligen en sportbehå för ammande mammor. Nya sportiga amningsbehån Forceful ger full frihet vid både lättare vardagsmotion och tuffare träning under amningsperioden - tack vare en stadig konstruktion med extra stöd för brösten samt smidig öppning av kuporna. Det svarta tyget med hallonröda detaljer transporterar effektivt bort fukt men värmer också vid kyligare väder. Färgglatt under ger slank silhuett i höst Underklädesserien Marvellous är en av höstens nyheter från Swegmark of Sweden. Serien består av en minimizer-behå och en slimmande body som formar byst, midja och höfter. Kommer i varmt korallrött eller vitt och börjar säljas i augusti. Hon blir ny vd på Swegmark of Sweden Christina Holmqvist tillträder som ny vd för den svenska underklädestillverkaren Swegmark of Sweden. Hon är väl insatt i Swegmarks verksamhet efter fyra år i företagets styrelse men även i underklädsbranschen i stort efter 14 år som underklädsansvarig på Lindex. Under sina 75 år på marknaden har Swegmark of Sweden sålt sina produkter via återförsäljare och andra webbshops. Nu öppnar de en egen butik på nätet som snart även hjälper kunderna att hitta närmaste återförsäljare. Supreme är en sportbehå där många av delarna är mjukt sammansvetsade. Det ger en extra följsam sportbehå samtidig som det stadiga tyget ger stöd. Supreme passar för både stor och liten byst och finns i vitt och grått med pastell turkosa detaljer. Swegmark of Swedens bäst säljande sportbehå Movement kommer nu i orange. Sedan lanseringen 2012 har försäljningen av Movement ökat med 96 procent, bland annat tack vare att den fått omdömet bäst-i-test. Ny sorts behå ger bättre hållning Swegmark of Swedens nya behå Eternity förbättrar hållningen. Med extra förstärkning i ryggen hjälper Eternity till att dra tillbaka axlarna och ge en förbättrad kroppshållning utan att belasta axlarna. Den knäpps på framsidan.

**id 99**

Matthias Andree upptÃ¤ckte att fetchmail, en e-posthÃ¤mtare/-vidaresÃ¤ndare fÃ¶r POP3, APOP och IMAP med SSL-stÃ¶d, under vissa omstÃ¤ndigheter kunde fÃ¶rsÃ¶ka avreferera en NULL-pekare och krascha. I den gamla stabila utgÃ¥van (Sarge) fanns inte detta problem. FÃ¶r den stabila utgÃ¥van (Etch) har detta problem rÃ¤ttats i version 6.3.6-1etch1. FÃ¶r den instabila utgÃ¥van (Sid) kommer detta problem rÃ¤ttas inom kort. Vi rekommenderar att ni uppgraderar ert fetchmail-paket. MD5-kontrollsummor fÃ¶r dessa filer finns i originalbulletinen.

**id 100**

Inlåsningen på den svenska bostadsmarknaden gör att många har svårt att hitta boende. Det vill Well Fastigheter förändra genom BRF 2.0, en ny sorts form av bostadsrätt. Dagens höga kostnader på bostadsmarknaden gör att allt fler har svårt att köpa en bostad som motsvarar deras behov. Well Fastigheter startades 2010 med målet att skapa unika och klimatsmarta bostäder. De vill också uppmuntra ifrågasättande och våga bryta ologiska mönster. Utifrån det perspektivet skapades BRF 2.0. I BRF 2.0 äger du din bostadsrätt precis som vanligt men det är föreningen som står för den största delen av lånet. Det gör att insatsen bli lägre, men månadsavgiften lite högre. – Det gör att det inte längre är omöjligt för unga att äga sitt eget boende. Vi sänker tröskeln in i bostadsmarknaden, säger Christofer Carlsson, grundare och koncernchef för Well Fastigheter. I en traditionell nyproducerad bostadsrätt finansierar oftast köparen köpet med ett stort lån. Med BRF 2.0 är målet att köparen ska kunna betala en insats utan att ta lån. Föreningen står för den största delen av lånen för att finansiera köpet av fastigheten. Spekulationsköp tillåts inte, vilket säkerställs genom en grundlig kontroll av alla intresseanmälningar. LÄS MER: Jämför BRF 2.0 mot en vanlig BRF här. I BRF 2.0 sköter en professionell förvaltare teknisk och ekonomisk förvaltning. Det säkerställer att fastigheten och föreningen sköts på bästa sätt, för att medlemmarna ska vara trygga i sitt ägande av sina bostadsrätter. I takt med att föreningen amorterar på sina lån är tanken att avgifterna sänks, och värdena på bostäderna ökar. Tanken är att på 20 års sikt ska föreningen vara ikapp en traditionell nyproducerad förening, och förhoppningen är då medlemmar med lågt belånade bostäder som i värde har kommit ikapp en traditionell bostadsrätt.

**id 101**

En god och mättande sallad. Instruktioner Rensa kycklingen i fina bitar. Skär bacon i bitar och knaperstek det. Bryn på svampen. Strimla och skär övriga ingredienser i bitar och blanda allt till en sallad. Rör ihop såsen, låt vila kallt. Servera med ett gott bröd, tex vitlöksbaguette. Publicerat den 19 januari 2008 Den här gjorde alltid min moster när jag var liten! Älskar den fortfarande och tänkte faktiskt på den häromdagen. =)

**id 102**

Dagens icke-fungerande integration till följd av en gränslös migration åstadkommer troligen ett så fundamentalt politikerförakt, att vår demokrati lider skada. I den aktuella debatten talas oftast om integration (frivillig omnationalisering/anpassning). Det är ju en förutsättning för ett mångkulturellt samhälle, men är det egentligen detta som fullt ut bör eftersträvas? ”Lika barn leka bäst!” förklarar en

**id 103**

När du cyklar vill du kunna ge ditt yttersta utan att behöva oroa dig för att vurpa, eller störas av yttre faktorer som väder och vind. Det kan gå fort nerför en backe och ibland sker oförutsedda saker och du slår i marken. Då är det är viktigt att skydda kroppen, och utöver huvudet är knän och armbågar extra känsliga kroppsdelar. Därför erbjuder vi på Bikester ett brett utbud av olika armbågsskydd både för dig som är erfaren cyklist och kör på hårdare ute i backarna, eller för dig som tar det lite lugnare men vill vara säker på att inte ådra dig en onödig skada. Ju äldre vi blir desto viktigare är det att ta hand om våra leder för att inte slita ut oss eller få en fraktur som tar onödig tid att läka, så kika igenom vårt sortiment av armbågsskydd och se vad som kan passa dig. Andra typer av skydd vi erbjuder är såklart: För alla typer av kroppsskydd är det viktigaste att de fungerar som de ska, varför våra märken av armbågsskydd håller hög kvalitet och har säkerhetscertifierats för att garantera din säkerhet. Vi har de senaste modellerna för att hålla jämn takt med utvecklingen av armbågsskydd. De flesta armbågsskydd skyddar även underarmen baktill och är tillverkade i hårdplast med en mjuk vaddering, men det finns även varianter helt i mjuk neopren för ökad [b]komfort[/b]. Vi har armbågsskydd för alla typer av cyklister. Är du en hobbycyklare eller amatör räcker det med en normal, rak passform för ökad rörlighet och bekvämlighet. Om du tävlar eller kör på hårdare i terräng kan du välja en modell med tight fit och sportigare snitt. Huvudsaken är att du hittar ett armbågsskydd som gör att du kan känna dig självsäker på cykeln och bekväm medan du cyklar. Välj den färg och modell som passar just dig och resten av din utrustning! Vi på bikester.se brinner för cykling och vill att du hittar det du söker! Handlar du från oss får du alltid dina armbågsskydd till ett fördelaktigt pris. Det är dessutom riskfritt att onlineshoppa från Bikester eftersom vi alltid erbjuder 100 dagars öppet köp om du ångrar dig eller får fel storlek! Skriv bara ut en returfraktsedel direkt från vår sajt och skicka tillbaka. Leveransen sker inom en eller ett par dagar och du kan välja det leveranssätt och betalningssätt som är bekvämast för dig. Utöver armbågsskydd har vi ett brett sortiment med en rad olika erbjudanden för cyklar, cykeldelar och cykelkläder, så du kan vara säker på att hitta något som faller just dig i smaken! Denna webbplats använder cookies och pixeltaggar för att förbättra dess funktionalitet och för att ge dig personligt anpassad reklam, t.ex. på sociala medieplattformar. Se vår integritetspolicy. För mer information – i synnerhet; om hur du förhindrar lagring av cookies och spårning av pixeltaggar på din enhet i framtiden. Jag godkänner

**id 104**

Häromdagen var sambon och jag så urless på hela flyttkarusellen att vi bestämde oss för att det fick vara nog för ett litet tag. ”Vi kan inte spendera en hel semester med att bara sälja saker och packa lådor!” Istället stoppade vi ned lite godsaker i finaste picknickkorgen och åkte till en vacker sjö i närheten. Picknickkorgen har jag ärvt efter min farmor och jag tycker att den är så söt med de små rosetterna och det blårutiga tyget på insidan. Vi satte oss ned på klipphällarna precis nere vid sjön och lyfte på korgens lock… Där väntade en enkel, vegetarisk pastasallad med gräslöksblomsvinägrett plus färdigblandad lakritssaft. Dessutom hade vi med oss riktiga glas och bestick. Om man har satt sig för att man skall få känna sig som en människa igen, så är det the real deal som gäller! Vi tittade på näckrosor och fåglar, mumsade i oss pasta och saft, lyssnade på vindens sus (och försökte hindra en vattenhund med tratt från att hoppa i sjön). För en stund så glömde vi livsdrömskras, flyttkartonger, veterinärbesök och bilbärgning. När jag såg in i min kärleks ögon och han log sitt trygga, varma leende tillbaka, så visste jag. Jag visste att vi kommer klara att börja om igen. Vår lilla flock kommer att hitta ett nytt ställe att slå oss till ro på så småningom. Det kommer att bli bra till slut… FLER UTFLYKTER: Liljekonvaljdungen, En solig höstutflykt FÖLJ HUNGRY HEART PÅ: BLOGLOVIN’, Facebook, Instagram och Pinterest Christin Vilka fin bilder! Och känslan! Jag hoppas den skall hålla ända fram till er nästa dröm, så att vägen blir lite lättare att vandra. Kram! Hungry Heart Tack! <3 kram Katarina Jag grinar nästan när jag läser det sista, vilken underbar och stark känsla. Och så håller jag med om att dt är något visst att ha picknick med riktiga grejer, vardagalyx! Hungry Heart <3 Alicia Ta hand om er <3 Hungry Heart Tack, Alicia! <3 sandra Åh, så fint inlägg och så fina kommentarer <3 Hungry Heart Tack, Sandra! Jag har verkligen bästa, bästa läsarna. <3 Nyster Underbara bilder. Fick en liten rysning när jag läste. Fint att läsa att ni känner er hoppfulla, trots allt <3 Och du har rätt, så lyxigt och vackert det ser ut med den fina korgen, glasen och flaskan! Hungry Heart Tack, Terese! <3 Vi håller hårt i hoppet... Helga Vad härligt! Picknickkorgen var ju riktigt boss med separata flaskhållare :D Hungry Heart Mm, den är lite lyxig så där. =) Den kalla drickan får ju inte kyla ned den varma maten i korgen liksom. ;-) Mikaela Vilken härlig utflykt! Sista bilden är riktigt, riktigt fin. Det gör verkligen mycket att ha riktiga bestick och tallrikar även på picknick! Hungry Heart Tack, Mikaela! Ja, den picknicken var välbehövlig och trots rätt enkla trick så kunde den röriga vardagen bytas mot en lugn och lyxig miniutflykt för att hämta andan. ISA så fint att ha en ÄKTA picknick-korg också. mysig kväll det låter som, och sista meningarna där. FInns inte mycket som slår den känslan. Kram! Hungry Heart Vad fin du är, Isa. <3 Tack! Evelina - Evelinas Ekologiska Åh, vilken fin picknick <3 Läste om er flytt..:/ Ett så starkt inlägg. Det är viktigt att bara släppa allt för en liten stund och bara få vara. Det ger ny kraft <3 Kram /Evelina Hungry Heart Du är klok du, Evelina. <3 Tack! Och kram Finurliga fröken Åh va mysigt! Så bra att ni tar er tid att göra annat. Vara med varandra och bara njuta en stund. Ta hand om er. Kram Hungry Heart Ja, jag tror att man måste göra så för att orka. Nu är det full flyttspurt som gäller igen! Kram Ann Ååh vad mysigt det lät, och gott! Men jag har aldrig hört talas om lakritssaft, hur är det?

**id 105**

C. Douglas Dillon Clarence Douglas Dillon, född 21 augusti 1909 i Genève, Schweiz, död 10 januari 2003 i New York, var en amerikansk republikansk politiker och diplomat. Han deltog i andra världskriget i USA:s flotta och var USA:s ambassadör i Frankrike 1953-1957. John F. Kennedy, en demokratisk president, utnämnde 1961 republikanen Dillon till USA:s finansminister. Han fick behålla sin plats fram till slutet av mandatperioden, när Kennedy blev 1963 mördad och Lyndon B. Johnson blev USA:s president. Dillon var bland annat vice vd och styrelseordförande för investmentbanken Dillon, Read & Co. som fadern Clarence Dillon, en av USA:s rikaste, hade varit med om att grunda. Namnet Dillon kommer från Dillons farfar Samuel Lapowski, en fattig invandrare från Polen som bytte efternamn till Dillon. Dillon härstammade i mödernet från den skotska adeln. Dillon arbetade också som chef för Metropolitan Museum of Art. Han belönades 1989 med Frihetsmedaljen. Han gifte sig 1931 med Phyllis Chess Ellsworth. Paret fick två döttrar. Phyllis avled 1982 och Dillon gifte om sig 1983 med Susan Sage.

**id 106**

Folkräkning (lat. census) innebär att man räknar antalet individer som bor inom ett visst definierat område på en viss tidpunkt. Räkningen görs antingen "de facto" (alla som uppehåller sig inom området inklusive tillfälliga besökare) eller "de jure" (alla som normalt är bosatta i området, exklusive de som uppehåller sig där illegalt men inklusive de som är registrerade som bofasta men rent faktiskt bor annorstädes). Innehåll - 1 Folkräkning i Sverige - 2 Digitala resurser rörande folkräkningar i Sverige - 2.1 Folkräkningen 1860 - 2.2 Folkräkningen 1870 - 2.3 Folkräkningen 1880 - 2.4 Folkräkningen 1890 - 2.5 Folkräkningen 1900 - 2.6 Folkräkningen 1910 - 2.7 Folkräkningen 1930 - 2.8 Folkräkningen 1970 - 2.9 Folkräkningen 1980 - 2.10 Folkräkningen 1990 - 3 Folkräkningar i andra länder - 3.1 Norge och Danmark - 4 Källor Folkräkning i Sverige Folkräkningar har genomförts i Sverige sedan 1749. Fram till 1860 var folkräkningen en rent demografisk redovisning av befolkningen som till en början genomfördes varje år för att sedan successivt ökas till ett intervall om fem år. Från och med 1860 övergår folkräkningen till att bestå av en komplett förteckning av Sveriges befolkning med uppgifter om namn, kön, födelseår, födelseförsamling, hemort, familj, tjänstefolk, yrke och civilstånd sorterat på hemvist. Hädanefter har folkräkningarna utförts vart tionde år. Underlaget för folkräkningarna är husförhörslängderna och sedermera församlingsböckerna. [1] Digitala resurser rörande folkräkningar i Sverige Folkräkningen 1860 - SVAR har påbörjat inmatning av denna folkräkning som finns tillgängliga via deras webbtjänst. Folkräkningen 1870 - SVAR har påbörjat inmatning av denna folkräkning som finns tillgängliga via deras webbtjänst. Folkräkningen 1880 - SVAR har hela denna folkräkning tillgänglig via deras webbtjänst. - SVAR har producerat CD-skivan Sveriges befolkning 1880. Folkräkningen 1890 - SVAR har hela denna folkräkning tillgänglig via deras webbtjänst. - SVAR /Sveriges Släktforskarförbund har producerat CD-skivan Sveriges befolkning 1890. Folkräkningen 1900 - SVAR har hela denna folkräkning tillgänglig via deras webbtjänst. - SVAR /Sveriges Släktforskarförbund har producerat CD-skivan Sveriges befolkning 1900. Folkräkningen 1910 - SVAR har påbörjat inmatning av denna folkräkning som finns tillgänglig via deras webbtjänst. Folkräkningen 1930 - SVAR har scannat och indexerat böckerna för denna folkräkning (SCB-utdrag) och det finns tillgänglig via deras webbtjänst. Folkräkningen 1970 - Sveriges Släktforskarförbund har producerat CD-skivan Sveriges befolkning 1970. Folkräkningen 1980 - Sveriges Släktforskarförbund har producerat CD-skivan Sveriges befolkning 1980. Folkräkningen 1990 - SVAR har producerat DVD-skivan Sveriges befolkning 1990. Folkräkningar i andra länder Vid släktforskning utanför Sverige (med undantag för Finland - som ju var en del av Sverige ända fram till 1809) är släktforskaren i allmänhet väldigt mycket mer beroende av landets folkräkningar eftersom det saknas husförhörslängder. Det är i folkräkningsregister man återfinner familjerna, men eftersom folkräkningarna endast är "nedslag" i familjehistorien med ungefär fem till tio års mellanrum finns stor risk att t.ex. spädbarn som föds i en familj, men dör unga, aldrig uppträder i någon folkräkning. Det är också mycket svårt att följa en släkt genom åren, då folkräkningarna aldrig uppger när familjen flyttar till annan ort. De bara saknas i nästa folkräkning. Norge och Danmark Norge och Danmark hör till de länder där folkräkningar genomförts i stället för att bruka systemet med husförhörslängder. Där kallas de folketællinger och utgör en viktig källa för släktforskning. Danmark är praktiskt taget färdig med digitaliseringen av folketællingarna, som lagts ut på nätet. Källor - Släktforskarlexikon - Släktforskning för nybörjare - Släktforskning i andra länder

**id 107**

Kalvhagen ligger mitt emot raden av de gamla stenladorna som ger en förnimmelse av tider som en gång var. Vårt lantbruk ligger också intill, så en och annan höna, tupp, katt och lite kossor får man räkna med. Platsen i sig är unik eftersom närheten till natur, levande lantbruk, och naturreservat finns inpå knuten. Lite tillbakablickar från vår Kalvhage, mer kommer snart! Publicerat av Kalvhagen i Södvik på Öland Torsdag 19 maj 2016 Konstprojektet Mamma MU och andra KOssor! Av Anne-Sofie Holmberg. Från Anne-Sofie Holmbergs konstprojekt tillsammans med byns förskola, lokala konstnärer & Ulrica Hydman Vallien När det Spirade 2014! 🙂 Publicerat av Kalvhagen i Södvik på Öland Torsdag 19 maj 2016 Lite om hur det började… – Ett möte med Anne-Sofie Holmberg Arrangör och projektansvarig för Kalvhagen i Södvik – Jag ville göra något med relationer. En festival. En vän sa till mig; ”Gör det här vettja, mitt i er kalvhage!” Då gick det kalvar här, som det brukar på den öländska landsbygden. Men det visade sig faktiskt vara en alldeles utmärkt idé att ha evenemang just här – mitt i kalvhagen. Jag skrev ihop ett brev om när och var och varför jag ville göra en festival. Och jag ville bestämt ha med Björn Ranelid. Jag skickade iväg brevet till Björn och tänkte samtidigt; ”Svarar han ja, då kör jag.” En dag fick jag ett samtal. Det var Björn. Björn Ranelid. Och han var ”på”, som han sa, och tyckte idén var strålande. Så jag bjöd in ytterligare intressanta personer. Hasse Kvinnaböske slöt upp, likaså James Hollingworth, Helena Soluna och Susanne Alfvengren. Dessutom relationspersonligheterna Lennart Matikainen och Eva Rusz. Det tog mig ett halvår att sy ihop programmet – för en enda sommardag, som visserligen blev en riktig heldag. Bilden: Björn Ranelid vid Relationsfestivalen i Kalvhagen – Den kunde haft ett annat namn. Ordet relation är så laddat. För det handlade inte bara om relationer man/kvinna utan alla relationer i livet, hela livet. På jobbet, med vänner, familj, möten i affärer, med expediter, ja, i hela samhället, överallt. Bara man går utanför dörren börjar ju en relation egentligen. Det var det som det hela handlade om. Vad är det som händer? Att se på sig själv med glimten i ögat, det var tanken, och kanske komma på att man borde förändra sig en liten smula. Att kunna skratta åt sig själv. Och så blev det verkligen på Relationsfestivalen. Man upptäckte det när man var här. Många sa att det var bland det häftigaste de upplevt. – Nej, det var för barn även vid Relationsfestivalen. Det fanns både uppträdanden och aktiviteter för barn redan då. Barn är ju i allra högsta grad en relation, eller hur? – Tankar maler hela tiden, de finns året om. Vi får förfrågningar kontinuerligt och får tacka nej ibland. Efter jul börjar jag ta tag i planeringen. I mars hör jag av mig igen och frågar om sommaren. Mycket ska stämma för artister med spelningar på olika ställen. I april-maj börjar riktiga logistiken. En del artister kan inte svara säkert förrän då. Och några byter spelningar med varann in i det sista. Från maj kan jag konstatera att jobbet är på heltid. – Stammisarna vill återkomma och bokar upp sig för nästa år, de tycker det är mysigt här, och då har de fått göra det. I år är en del utbytta för att datum inte har funkat, vi har inte fått ihop det. Det är på gott och ont – andra artister som aldrig varit här kan locka publik som inte heller har varit här tidigare. – Grannar, vänner, bybor och ungdomar från byn hjälper till med lite av varje. Står i entrén och kokar kaffe eller pysslar med barnen. Och Kent som alltid ställer upp som parkeringsvakt. Utan all hjälp hade det inte fungerat. Aldrig. Jag är jättetacksam. Vi reser oss från vår lega i gröngräset och går mot hönshuset. Stiger in genom dörren i äldre delen av galleriet. I nya delen mot norr lyfter taket i en väldig rymd och in flödar

**id 108**

Solvitaminet En miljard personer runt om i världen lider av brist på D-vitaminer. Vi kan bara få tillräckligt av detta viktiga vitamin genom att sola eller äta rätt tillskott. Håravfall, depression, utmattning, hudåkommor och cancer är några av de hälsorelaterade problem som har en koppling till D-vitaminbrist. Studier har visat att vitamin D spelar en viktig roll i flera av kroppens funktioner. Det påverkar skelettbenen, musklerna, immunsystemet, blodkärl och mycket mer. Därför är vitamin D väldigt omtalat, inte bara bland forskare och läkare utan även i tidningar, TV-program och sociala medier. Trots en pågående hype i medier och ökad medvetenhet kring D-vitaminer så är det enbart ett fåtal personer som får i sig tillräckligt. Man uppskattar att en miljard personer runt om i världen inte får i sig tillräckligt av solvitaminet. Robert Koch-institutet i Tyskland utgår ifrå att hela 60 procent av alla tyskar får i sig för lite D-vitaminer och i Sverige finns studier som utgår ifrån att det är ungefär 20% av den svenska befolkningen som har för låga D-vitaminhalter[1]. I den här artikeln kommer du att lära dig vad du kan göra med hjälp av tester, solande och tillskott för att säkerställa att din kropp har en tillräcklig mängd vitamin D, och vad din kropp faktiskt använder D-vitaminer till. Vi kommer även att titta närmare på effekterna av över- eller underskott och de sjukdomar som är länkade till en D-vitaminbrist. Vad är D-vitaminer? Vitamin D är ett fettlösligt vitamin som experter även kallar för ett hormon, eftersom det har hormonliknande effekter och inte främst kommer från vår kost vilket annars är normalt med vitaminer. Istället så tillverkar våra kroppar vitamin D på egen hand i samband med UV-strålar och solen. De två viktigaste formerna av vitamin D är vitamin D₂ (ergokalciferol) och vitamin D₃ (kolekalciferol), även kallat 25-(OH)-D[2]. Vilka funktioner fyller vitamin D i kroppen? Solvitaminet är en del av ett stort antal processer i kroppen, vilket i stor utsträckning beror på att det är både ett vitamin och ett hormon. Några av dess viktigaste funktioner är dess inverkan på benomsättningen och utveckling och funktion av vår muskulatur. Utöver detta så främjar vitamin D immunsystemet och skyddar blodkärl[2]. Andra funktioner i samband med D-vitaminer är: - kontroll av upptag av kalcium och fosfat i tunntarmen. - reglering av fler än 200 gener. - främjande av hjärtmuskulaturens funktion. - som en blodtrycksreglerare. - främjande av skelettutveckling hos barn. Att ta vitamin D-tillskott Det är inte utan anledning som vitamin D kallas för ett solvitamin - våra kroppar behöver solens strålar för att tillverka det, eller mer specifikt så behövs det UVB-strålning. Först så bildas vitaminets föregångare 7-dehydrocholesterol, vilket bildas med hjälp av kolesterol i levern och tarmslemhinnan för att därefter migrera till huden. Där bildas den aktiva formen, nämligen vitamin D3 som i sin tur omvandlas till 25-hydroxy-kolekalciferol (25-OH-D) vilket är lagringsformen av vitamin D. Det lagras i musklerna och fettvävnad. I njurarna så aktiveras 25-OH-D till 1,25-(OH)2-D som därefter transporteras genom blodet till tarmarna, skelettben, muskler, immunsystem och celler där de fyller viktiga funktioner[5]. Hur får vi D-vitaminer från kosten? Tunntarmen kan ta upp till 80 procent av det fettlösliga vitamin D3 som finns i maten[5]. Trots detta tas endast en liten del vitamin D av kroppen på det sättet; vi täcker bara ungefär 10 till 20 procent av det dagliga behovet via vår kost. Detta är delvis på grund av att så pass få råvaror innehåller vitamin D, och även bara innehåller små mängder. Vitamin D3, som är viktigt för kroppen, finns nästan bara i animaliska produkter och mer specifikt i[2, 5]: - fet fisk så som sill och böckling - margarin och smör - mjölk och äggula Svamp och avokado innehåller också vitamin - men i en form som kroppen har svårt att ta vara på. Du skulle behöva äta väldigt stora mängder av dessa råvaror för att ens nå upp till det lägsta rekommenderade

**id 109**

Den här artikeln behöver källhänvisningar för att kunna verifieras. Motivering: Baseras uteslutande på en enda källa: "folkmun.se". Det är en användargenererad sida och borde tas bort helt. (2014-12) Åtgärda genom att lägga till pålitliga källor (fotnoter). Fakta utan källhänvisning kan ifrågasättas och tas bort. Diskutera på diskussionssidan. Tafatt (finns ett flertal regionala namn) är en traditionell lek som kan utövas av två eller fler utövare. Den går ut på att minst en person (ibland kallad "ha'n", eg. "har den", och ibland kallad "den som är", "den som tar" eller "tagaren"), har till uppgift att springa ifatt och greppa tag i eller röra vid andra deltagare samtidigt som ett speciellt kodord utropas. Detta "kodord" överensstämmer ofta med lekens regionala namn. Om den som jagar lyckas med sin uppgift går uppdraget vidare till den greppade eller rörda deltagaren. Det eventuella jägarbandet utväxlas och leken fortsätter. Deltagarna som jagas kan för att väcka tagarens uppmärksamhet och jaktinstinkt ropa den klassiska tafattfrasen "du kan inte ta mig". I vissa tafattkretsar kan det vara förbjudet att ta fast den föregående jägaren inom en förutbestämd tid, exempelvis 10 sekunder. Ibland förekommer frasen "ingen tillbaka-kaka", som innebär att det är förbjudet att ta fast föregående jägare. Ibland kan det också finnas ett "pax" där jägaren inte får ta någon. De jagade brukar få stå på ett pax i en begränsad tid. Tafatt förekommer i en av filmerna om Emil i Lönneberga. Regionala namn på leken[redigera | redigera wikitext] Närke, Östergötland, Västergötland,[1] Småland, Blekinge och Öland. Hippa (lånat från finskan) Finlands svenskbygder, till exempel Helsingfors.

**id 110**

PAROC NRS 2t 0809-CPR-1015 / VTT Expert MW-EN13162-T5-DS(70,-)-WSWL(P)-MU1 Kort beskrivning Medelhård, brandsäker skiva av stenull med mycket goda egenskaper för ljudabsorption.Har en yta av naturfärgat glasfiberflor. Användning Isolerprodukt för ljudabsorption i väggar och undertak/innertak i enligt standard EN 823 Enligt NPD EN 13162:2012 Other Fire Properties Enligt EN ISO 1182 Enligt EN 13162:2012 Värmekonduktivitet λD 0,035 W/mK EN 13162:2012 (EN 13162) Tjocklekstolerans, T T5 EN 13162:2012 (EN 823) Enligt Luftflödesmotstånd AF\_R NPD EN 13162:2012 (EN 29053) Enligt Vattenabsorption, korttid WS, Wp ≤ 1 kg/m² EN 13162:2012 (EN 1609) Vattenabsorption, långtid WL(P), Wlp ≤ 3 kg/m² EN 13162:2012 (EN 12087) Enligt Enligt EN 13162:2012 (EN ISO 354) Enligt Absorptionsfaktor @@@ Enligt Emission av farliga ämnen NPD EN 13162:2012 Beständighet Beständighet av brandegenskaper gentemot värme, väderpåverkan, åldring/nedbrytning Brandegenskaperna ändrar inte med tiden. Euroklass klassificeringen av produkten är relaterad till organiskt innehållet, vilket inte kan öka med tiden. Beständighet av värmemotstånd gentemot värme, väderpåverkan, åldring/nedbrytning Värmekonduktiviteten på mineralull ändras inte med tiden, erfarenhet visar att fiberstrukturen är stabil och porositeten innehåller inga andra gaser än luft. Paroc Group © 2016 2(3) Glasfiberflor PAROC AB, 541 86 Skövde, Besöksadress: Bruksgatan 2, Tel. 0500 469 000, Fax 0500 469 220, www.paroc.se Informationen i denna broschyr är en beskrivning av de villkor och tekniska egenskaper som gäller för redovisade produkter. Informationen är giltig ända tills den ersätts av nästa tryckta eller digitala version. Senaste versionen av denna broschyr finns alltid tillgänglig på Parocs websidor. Redovisade konstruktionslösningar utgör områden där våra produkters funktion och tekniska egenskaper är väl beprövade. Informationen är inte att betrakta som en garanti då vi inte har kontroll över ingående komponenter från andra leverantörer eller arbetsutförandet i byggprocessen. Vi tar inget ansvar för om våra produkter användes utanför de i våra informationsmaterial beskrivna användningsområdena. På grund av kontinuerlig utveckling av våra produkter förbehåller vi oss rätten att göra förändringar och anpassningar i våra informationsmaterial. PAROC är ett registrerat varumärke från Paroc Group. This data sheet is valid in following countries: Sweden. 3(3)

**id 111**

Information om radon och vad du kan göra Här får du information om vad radon är och när det är farligt. Du får också veta hur du mäter radon och hur du sanerar radon. Radon är en gas som finns naturligt i luften, marken och vattnet. Det är när radonhalterna i ett hus eller på en arbetsplats är höga som det kan vara skadligt för hälsan. Informationen är uppdelad efter om den gäller villa, hyresrätt eller bostadsrätt. Informationen om villa gäller även för dig som bor i radhus.

**id 112**

Astma och allergi ökar kraftigt i hela världen och allergier är numera en av våra största folksjukdomar. Tack vare forskningens framsteg kan orsaken bakom många allergier behandlas i dag. Nya siffror visar dock att antalet som får behandling skiljer sig kraftigt åt mellan länen. Fyra av tio svenskar har en allergisk sjukdom. Bland barn och ungdomar i Sverige är allergisjukdom den vanligaste kroniska sjukdomen. Hur många som drabbas blir plågsamt tydligt nu när pollensäsongen är här. Allergisjukdomar innebär ofta en dold funktionsnedsättning. De kan leda till stora inskränkningar i vardagen och kraftigt försämrad livskvalitet för såväl berörda som anhöriga. Många upplever oro, ångest, utanförskap och bristande förståelse från omgivningen. Den som har svår allergi riskerar också att drabbas av en livshotande allergisk chock. Samtidigt får den ökade utbredningen av allergi stora ekonomiska konsekvenser, både för de drabbade och för samhället. Till exempel beräknas enbart allergisk snuva kosta samhället tolv miljarder kronor varje år i Sverige. Tack vare forskningens framsteg kan själva orsaken till många allergier och allergisk astma behandlas med allergivaccination i dag. En lyckad behandling förbättrar livskvaliteten avsevärt, eftersom de allergiska besvären och behovet av mediciner minskar eller till och med försvinner. Även risken att drabbas av livshotande reaktioner minskar. Nya siffror från allergiforskningsföretaget ALK visar dock att det är stora skillnader i hur många som behandlas med allergivaccination i olika delar av landet. I Västernorrland fick tio patienter per 10 000 invånare allergivaccination i fjol. I Norge och Danmark behandlas mer än tre gånger så många patienter. Bara ett av Sveriges län – Halland, där 40 patienter per 10 000 invånare behandlades med allergivaccination under 2016 – når upp till samma nivå som våra skandinaviska grannländer. Det är oklart vad skillnaderna beror på, men tillgången till en effektiv och likvärdig vård oavsett var vi bor är en viktig fråga som berör och engagerar. Bara tolv procent av invånarna i norra Sverige instämmer helt i att patienter på svenska sjukhus har tillgång till de säkraste och bästa behandlingarna, enligt en Sifo-undersökning gjord på uppdrag av Forska!Sverige. Så få som åtta procent instämmer helt i påståendet att vi har en jämlik vård i Sverige. Om vi ska leva upp till målsättningen att svensk sjukvård ska vara världsledande måste vården på ett effektivt och jämlikt sätt använda sig av ny medicinsk kunskap och forskning. Genom att öka satsningarna på medicinsk forskning och använda resultaten i vården kan vi göra bördan lättare för alla som har allergier – i Västernorrland och i hela landet.

**id 113**

Kvalspelet till världsmästerskapet i fotboll 2014 (CONMEBOL) I det sydamerikanska kvalspelet till världsmästerskapet i fotboll 2014 deltog nio länder och tävlade om 4 direktplatser och en playoff-plats till mästerskapet. Alla lag i CONMEBOL deltog förutom Brasilien, eftersom de är kvalificerade som värdar av turneringen. Kvalet inleddes 7 oktober 2011 och avslutades 15 oktober 2013.

**id 114**

Kansliet / Tidsbokning: 0513 - 239 10 Ankomst senare än 17.45 – meddela kansliet 0512-202 61 Prisutdelning efter rundan. Beställ och betala fika före start. Senaste nyttKansliet stängt 4-6/3På grund av utbildning håller kansliet stängt 4-6 mars. Kansliet öppnar åter måndagen den 9 … [Läs mer...] Börja spela golf – Grönt KortÄr Du intresserad av att börja spela golf? I så fall så har Herrljunga Golfklubb ett fint erbjudande … [Läs mer...] Banan öppen med provisoriska greenerBanan är nu snöfri och spel är möjligt på vintergreener. Greenfee, 100 kronor, betalas kontant i … [Läs mer...] Välkommen till HeGK! Herrljunga Golfklubb ligger i natursköna Hudene och erbjuder en trevlig och utmanande 18 håls parkbana. Tack vare en bra växtzon har Herrljunga Golfklubb en lång spelsäsong och många är golfarna som spelar säsongens första rundor på vår klubb.

**id 115**

Sopaipilla, sopapilla, sopaipa, eller cachanga[1] är en familj av olika sorters friterat bröd som äts i Argentina,[2] Bolivia,[2] Chile,[2][3] New Mexico,[4] Peru[1] och Texas.[5] Ordet sopaipilla är diminutiv av sopaipa, ett ord som kommit in i spanskan från det mozarabiska språket som en gång talades i södra delen av Iberiska halvön.[6] Xopaipa, det ursprungliga mozarabiska ordet, användes om bröd som hade doppats i olja, och kom ursprungligen från

**id 116**

Shoup tjänstgjorde i kavalleriet under amerikanska inbördeskriget. Efter kriget flyttade han först till Montanaterritoriet och efter en tid vidare till Idahoterritoriet.[1] Han var guvernör i Idahoterritoriet 1889-1890. Han var därefter guvernör i delstaten Idaho i några veckor.[2] Shoup och William J. McConnell valdes nämligen till de två första senatorerna för Idaho.[3] Shoup efterträddes 18 december 1890 som guvernör av N.B. Willey.[4] Shoup omvaldes 1895 till en hel mandatperiod i senaten. Han kandiderade därefter för tredje gången till senaten men förlorade mot Fred Dubois som kandiderade för

**id 117**

ONLINE: FORMAZIONE NUOVI TERAPISTI 2021 IN ITALIANO ONLINE: Training course for new therapists in audio-psycho-phonology 2021 in english ONLINE: UPDATING SEMINAR FOR THERAPISTS IN AUDIO-PSYCHO-PHONOLOGY IN VERONA IN MARCH 2021 IN ENGLISH Audio Vokal Kurs - AVK Rösten i tal och sång 3 dagar, 7 – 9 Maj 2021 i Verona En Audio Vokal Kurs enligt Tomatismetoden kommer att hållas av Dr. Concetto Campo från den 7 – 9 Maj 2021 i Verona (Monastero di Sezano). Kursen är baserad på Dr. Tomatis studier i hur vårt ljudorgan - rösten fungerar under maximalt användande och under minsta ansträngning. AVK hjälper oss att praktiskt använda allt det som Tomatis upptäckte under hans över femtio års kliniska och didaktiska arbete med operasångare, aktörer, talare och munkar som sjöng Gregorianska sånger. Kursen är öppen för alla som önskar förbättra sin röstpotential och samtidigt utröna och växa i personlig utveckling i enlighet med de upptäckter som praktiserades av Dr. Alfred Tomatis. Detta är en praktisk kurs som hjälper deltagarna att finna och använda sin egen sanna röstpotential fullt ut, speciellt skelettljudet, genom praktiska övningar speciellt utformade för var och en av Dr. Tomatis. (TomatisEffekten presenterades och antogs 1957 vid den fysiologiska fakulteten vid Sorbonne i Paris av prof Raoul Housson) Audio Vocal Course demonstrerar hur man producerar skelettljudet just så som Tomatis förklarar i sin bok “The Ear and the Voice” (“L’Oreille et la Voix”) och kursen är ämnad att perfektionera rösttekniken i sång, reciterande, daglig konversation och att verbalt kunna uttrycka sig väl i arbetslivet. Att använda skelettljudet leder till att man anstränger rösten mindre och följaktligen blir rösten mjukare och mindre trött och talet blir mer flytande och enkelt. Detta gör det till en njutning att tala och man håller lyssnarnas uppmärksamhet längre. Sångare ökar möjligheten till ljudkvalitet under mindre ansträngning. Huvudsakliga argument: Lyssnande hållning Myten om andningen i sången Minska sånginsatsen Bra hållning och benigt ljud Självförtroende genom en bättre röst Vokal energi och personlig energi Etnisk lyssnande Audiogenic utbildning Ljudmotorstyrning av ditt musikinstrument Kvaliteten på producerade ljud och hjärnstimulering Betydelsen av bra uttal Läs övningarna enligt Tomatis högt Prata, sjunga och spela ett instrument med olika etniska lyssnande Lateralitet i att lyssna Underhålls- och framstegsövningar AVK kommer att hållas av Dr. Concetto Campo, vid Monastero i Sezano, via Mezzomonte 28 7 Maj 2021 från kl. 16.30 till 19.30, 8 Maj 2021 från kl. 9.00 till 13.00 och 14,30 till 18.00, 9 Maj 2021 från kl. 9.00 till 13.00 . Det blir en coffee break både f.m. och e.m. Kursen kostar Euro 330.00 för medverkande. Inskrivning sker genom insättning av avgiften till följande bankkonto: IBAN: IT53U0503411728000000000385 BIC: BAPPIT21162 till Dr. Concetto Campo, c/o Banco Popolare, Verona kontoret For discount see english page: AAVI Anmälningstiden pågår endast tills de tillgängliga platserna är fyllda. För att få anmälan bekräftad ber vi att Ni skickar inbetalningskvitto via e-mail. email: This email address is being protected from spambots. You need JavaScript enabled to view it. tel: +39 335-6206275 Ett deltagarintyg utfärdas vid kursens slut. Kursen kommer att genomföras så snart ett minimum av anmälningar har kommit in. Om kursen inte blir av kommer hela inbetalda kursavgiften att återbetalas. Press La Marseillaise, 10 décembre 1988, "Tomatis, médecin des stars: Depardieu, Deneuve, Edwige Feullière "n'entend" que par lui" Vogue, 1992 - "Ljudets Helande Verkan" The Times, January 20 1994 - "Every singer's nightmare" Dagens Nyeter, 20 februari 1995 - "I brist pa mammas rost valjer jag Mozart" Dagens Nyeter, 21 februari 1995 - "Lju

**id 118**

Pedro de Campaña, egentligen Pieter Kempeneer, född 1503 och död 1580, var en nederländsk-spansk målare. Campaña utbildades i Italien och blev verksam företrädesvis i Spanien, där han i Sevillia utförde en mängd tavlor, mestadels antaktsbilder för kyrkor. I stilen följer Campaña den italienska hög- och senrenässansen, men visar i färgställningen mest inflytande från sin hemtrakt Bryssel.

**id 119**

Gridnine Systems är en webbyrå. Vi levererar externa webbplatser, extranät, e-handelslösningar och intranät till våra kunder med fokus på användbarhet, tillgänglighet och affärsnytta. Vi säkerställer att lösningarna är optimerade för besökare, sökmotorer och redaktörer. Vi har kontor i Stockholm från vilket vi sköter projektledning och marknadsföring och ett utvecklingsbolag i Moskva. Vi anordnar utbildningar och kurser inom Sökmotoroptimering (SEO), sökordsanalys samt användarutbildning på ett flertal plattformar. Våra tre ledord är ärlighet, långsiktighet, och kostnadseffektivitet. Gridnine har under våren utvecklat en webbaserad tidning som riktar sig till deras yyyyypremiumkunder. Till detta projekt använder vi Wordpress och har tagit fram det responsiva layouten. Responsivt innebär att sidan anpassar sig i storlek beroende på om besökaren använder en vanlig yyyyydator, surfplatta eller en smarttelefon. Ålandsbankens egna personal administrerar tidningen via Intranät för Akelius Fastigheter Gridnine har utvecklat ett koncerngemensamt Intranät för Akelius Fastigheter. Användarna har yyyyypersonliga konton i Intranätet och blir automatiskt inloggade. Informationen är strukturerad efter yyyyyfunktion och åtkomlig från olika ingångar. Det finns dokumentbibliotek, nyheter, microbloggar, yyyyyhändelseflöde liknande Twitter samt möjligheter att kommentera nyheter. Personalkatalogen är yyyyyutvidgad och innehåller bilder och komeptensprofiler. Under vintern kommer marknaderna i Kanada, yyyyyEngland, Tyskland och Frankrike börja arbeta i det gemensamma Intranätet. Gridnine har också yyyyyutvecklat det ärendehanteringssystem som Akelius Service Center använder. Åhléns lanserar mobil webbplats till sin nyligen omdesignade webbplats utvecklad av Gridnine. Gridnine har tillsammans med Åhléns och Ottoboni levererat en mobil webbversion med samma yyyyyproduktutbud, kampanjer, öppettider med varuhus kartsökning samt administrera sina klubberbjudanen

**id 120**

Kari Lindström skrev: ...till och med en amerikansk Jeep erbjuder större vägkontakt, den är wobblig och bullrig och man sitter som ett komplett arsel om man är längre än 1,75... Nu kanske du menar Cherokee... men storebrorsan Grand Cherokee av senaste modellserien är varken vobblig eller bullrig längre. Upptill 1,90, sitter man bekvämt... speciellt om man är litet bredare i bak, ty säten är gjorda för "storväxta". Sedan har man också sportbilsprestanda med rätt spis Nu menade jag Land Cruiser HDJ80. I en GC (i alla fall fram) sitter man bra - Toyotan har ungefär samma sittkomfort som en 70-tals Corolla om man är normalsvensk. Trots inredningsgnirk och liknande så är GC, oavsett årsmodell, betydligt tystare än japanesen. Bilar som enligt mig är bättre val än HDJ80: 1) Range Rover, den oomkullknulleliga komfort- och terrängkungen med bra prestanda men tveksam kvalitet (iaf RR Classic och P38A). Classic har groteskt stort utbud på billiga reservdelar om man köper från nån av de väldigt serviceinriktade brittiska firmorna. P38A har nästan lika mycket till nästan lika låga priser, till L322 börjar det komma mer och mer... Som exempel kan sägas att bromskivor + belägg runtom kan inhandlas för runt tusenlappen med frakten inräknat från t.ex. Buckley Brothers eller Paddock. Till min Volvo 740 kostar billigaste alternativet 2604:- på Mekonomen - om jag snålar med monteringssatsen, vilken britterna skickar med... 2) Mitsubishi Pajero 2, vilken likt RR kombinerar adekvat väguppförande med terrängkapacitet. Kvalitetsmässigt eoner bättre än Solihulls stolthet. Dyra reservdelar, i likhet med Toyota, men en hel del kan handlas från aftermarketleverantörer till något bättre pris. 3) Land Rover Discovery, från generation 2. Nästan lika komfortabel som storebror, nästan samma terrängegenskaper, nästan lika lyxig om man hittar en med fullkletad utrustningslista. Eftersom den baserades på RR Classic så kan den i likhet med denna hållas rullande för småpengar jämfört med de flesta andra. 4) Jeep Grand Cherokee, the american way... Ofta välutrustade (givet att grejerna fortfarande funkar), bra åkkomfort även om den inte har samma vägkänsla som de ovan uppräknade. Lider av samma brist på kvalitet som tidigare RR, men har betydligt enklare uppbyggnad än de modernare britterna så kostnaden är lägre än dem iaf. God tillgång på aftermarketgrejer. 5) Land Cruiser V8. Visst, i likhet med sina föregångare har den varken bromsar eller väghållning, men den har bättre sittkomfort, bättre utrustningsnivå och en beroendeframkallande motor... Snuskigt dyr i inköp dock, för samma pengar kan man hitta en RR L322 som äter japaner till frukost och erbjuder BMW-kvalitet. Men sen kan man ju inte komma ifrån att vill man ha just en Toyota så ska man ha just en Toyota. Och då ska man inte blanda in logik. -- Mats Det är patetiskt. Bara patetiskt.

**id 121**

Här listar vi samtliga artiklar om Allsvenskan på SvenskaFans. Du kan hitta matchreferat, resultatrapporter, krönikor och övriga artiklar relaterade till Allsvenskan. Klicka på artikelrubriken för att läsa hela artikeln, eller klicka dig vidare till ditt allsvenska favoritlag i menyn till vänster. Införrapport: GIF Sundsvall - IFK Göteborg 2015-07-05 IFK Göteborg Efter ett minst sagt lyckat U21 EM så är det nu dags för allsvenskan att starta om, några Europamästare rikare. Blåvitt inleder andra halvlek av säsongen borta mot Sundsvall som inför matchen ligger en poäng ovanför negativt kval. 2015-07-03 15:41:46 - Adrian Pihl Spahiu Silly Season Sommarfönstret 2015: U21-landslagsman klar för Djurgården Djurgården Läs om alla nyheter och rykten om spelare som är påväg in eller på väg ut i Djurgårdens IF. Jacob Une Larsson klar för Djurgården Djurgården Under fredagsförmiddagen avslöjade Expressens Daniel Kristoffersson att BP:s mittback, Jacob Une Larsson, är klar för DIF. Påståendet visade sig vara sant, och Une Larsson är nu officellt presenterad. Övergången kommer dock ske efter säsongen. 2015-07-03 14:31:00 - John Aveskär Malmö FF Inte alltför långt bort väntar Champions League-kval för Malmö FF. Förhoppningsvis är det bara starten på ännu en Europa-resa. En som avslutade sin MFF-karriär med att resa söderut var Krister Kristensson - trots att han redan året innan hade slutat spela fotboll på den här nivån. 2015-07-03 13:01:00 - Magnus Johansson Inför: IFK Norrköping - Malmö FF IFK Norrköping I kölvattnet av den EM-eufori som genomsyrat fotbollssverige de senaste veckorna drar allsvenskan igång igen efter ett månadslångt uppehåll. För IFK Norrköpings del innebär detta hemmamatch mot de regerande mästarna Malmö FF på lördag. Krönika: Fördel Elfsborg i Europa League Elfsborg "Kanske har semestern inte satt lika djupa spår den här gången?" Kryss ger fördel inför returmötet Elfsborg Det blev en svängig match mellan FC Lahti och IF Elfsborg, en match som slutade 2-2. Elfsborg hade ledningen vid två tillfällen men hemmalaget Lahti kunde kvittera tämligen omgående vid bägge tillfällena. Nu är det fördel Elfsborg efter två gjorda mål på bortaplan. 2015-07-03 09:56:46 - Elfsborgsredaktionen Kalmar Samtliga lag Allsvenskan och Superettan får en arrangörsdag var där klubben inom ett eventområde får chansen att marknadsföra sin egen klubb i sin stad, eller del av stad. På lördag är det Kalmars tur. AIK Efter ett längre sommaruppehåll var det dags för AIK att ta emot finländska VPS Vaasa i Europa league-kvalets första omgång. Det krävdes två sena mål från Nabil Bahoui för att laget skulle kunna åka hem med ett kryss i bagaget. IFK Göteborg Här kan du läsa de senaste nyheterna och ryktena kring IFK Göteborgs spelare. Vilka ansluter till truppen och vilka lämnar? Prosper och Lawson ansluter till IFK Göteborg IFK Göteborg Efter mycket om och men har nu Kasim Prosper och Sabah Lawson anslutit till IFK Göteborg. Under torsdagen anlände de till Kamratgården. 2015-07-02 14:30:00 - Adrian Pihl Spahiu Silly Season sommaren 2015:Officiellt: Hauger förlänger till och med 2019 Elfsborg Ålgårdsläktaren redovisar här vad som händer kring Elfsborg och spelartruppen under Silly Season sommaren 2015 Rykten, bekräftade nyförvärv och förluster i en salig blandning. Ryktena ska tas med en nypa salt då de oftast bara stannar vid just rykten. Sidan kommer att uppdateras med nya uppgifter allt eftersom. Senaste uppdatering visas i röd text. SillySeason: Kamara är tillbaka i Norrköping IFK Norrköping Nu drar äntligen Silly Season igång. Vi på Guldköping kommer som i vanlig ordning att försöka hålla er uppdaterade med senaste nytt kring alla övergångar och spekulationer hos IFK Norrköping. Här missar ni ingenting och redan nu har cirkusen dragit igång. Kommer Kamara hem? Säljs Kujovic? Och kommer det komma någon bomb? Snart vet vi! Malmö FF Sommar, sol och snart

**id 122**

Cookies En kaka eller cookie är en liten textfil som lagras på din dator och som innehåller information. Om du inte vill ha några kakor kan du ställa in detta i din webbläsare. Enligt lagen om elektronisk kommunikation (SFS 2003:389) ska alla som besöker en webbplats med kakor få tillgång till information om att webbplatsen innehåller kakor och varför kakor används. Besökaren ska också samtycka till att kakor används. Kakor lagras på din dator när du använder följande funktioner: \* Accepterar att du tar emot kakor Kakor lagras och aktiveras när funktionen den behövs för aktiveras. Alla funktioner som använder kakor aktiveras genom en åtgärd av användaren, till exempel genom att du klickar på en knapp. Information om kakor finns i anslutning till de funktioner som använder kakor. I och med att du aktiverar funktionen i fråga samtycker du till kakor. Om du vill undvika kakor Om du inte vill ha några kakor kan du ställa in detta i din webbläsare. Det kan dock innebära att du inte får tillgång till alla sidor på webbplatsen. Du kan ställa in webbläsaren så att du automatiskt nekar till lagring av kakor eller informeras varje gång en webbplats begär att få lagra en kaka på din dator. Genom webbläsaren kan du också radera kakor som lagrats tidigare. Se webbläsarens hjälpsidor för mer information. Information om reglerna för kakor Post- och telestyrelsen, PTS, har tagit fram information om reglerna för kakor. LÄNK: http://www.pts.se/sv/bransch/regler/lagar/lag-om-elektronisk-kommunikation/kakor-cookies/ PTS är den myndighet som bevakar området elektronisk kommunikation i Sverige. Läs mer här Följande typer av kakor används på ichb.se: Namn: AllowCookies Domän: ichb.se Syfte: Sätts när du väljer att acceptera eller avvisa cookies. Tredjepart: Nej Flash/vanlig: Vanlig Livslängd: 30 dagar. Konsekvenser utan kaka: Inga. Kartlägger besökaren: Nej Namn: ASP.NET\_SessionId Domän: ichb.se Syfte: Den här kakan sätts när du först besöker webbplatsen och lagrar ett unikt ID för ditt besök. Kakan krävs för att vårt webbpubliceringssystem (Episerver) ska fungera. Tredjepart: Nej Flash/vanlig: Vanlig Livslängd: När din webbläsare stängs ner. Konsekvenser utan kaka: Besökaren kan inte beställa tjänster på webbplatsen. Namn: Jsessionid Domän: .nr-data.net Syfte: Skapas när en session startar. Tredjepart: Nej Flash/vanlig: Vanlig Livslängd: När din webbläsare stängs ner. Konsekvenser utan kaka: Inga. Namn: optanonConsent Domän: .fullstory.com Syfte: Förvarar information om kategorierna av cookies sidan använder och om användaren har gett tillåtelse eller inte att använda cookies i kategorierna. Tredjepart: Ja Flash/vanlig: Vanlig Livslängd: 1 år. Konsekvenser utan kaka: Besökaren kan inte beställa tjänster på webbplatsen. Namn: \_ga Domän: .ichb.se Syfte: Kakan används av webbanalysverktyget Google Analytics för att lagra information om ditt besök på webbplatsen. Tredjepart: Ja Flash/vanlig: Vanlig Livslängd: 2 år Konsekvenser utan kaka: Inga Namn: \_gali Domän: .ichb.se Syfte: Denna förstapartscookie från Google Analytics används av Google Analytics för att specificera i vilket land användaren befinner sig. Tredjepart: Nej Flash/vanlig: Vanlig Livslängd: 1 minut Konsekvenser utan kaka: Inga Namn: \_gid Domän: .ichb.se Syfte: Google analytics, \_gid används för att förstå hur besökaren navigerar runt på webbplatsen Tredjepart: Nej Flash/vanlig: Vanlig Livslängd: 24 timmar Konsekvenser utan kaka: Inga Namn: \_mkto\_trk Domän: .ichb.se Syfte: Marketo används för att registrera statistik om hur vår webbplats används. Detta hjälper oss att optimera webbplatsen för nedladdning av material samt för marknadsföring via e-post. Tredjepart: Ja Flash/vanlig: Vanlig Livslängd: 2 år Konsekvenser utan kaka: Inga Kartlägger besökaren: Ja, informationen i dessa cookies förs över till Marketo endast för att förse Informationscentrum för hållbart byggande med tjänster kopplade till den faktiska programvaran

**id 123**

överskott på 15,6 miljarder kronor för februari månad, enligt Det var 10,9 miljarder mindre än Riksgäldens prognos, vilket till största del förklaras av förskjutningar av betalningar mellan februari och mars, enligt ett pressmeddelande. Skatteinkomsterna i februari blev 2,1 miljarder kronor lägre vidareutlåning blev 6,1 miljarder kronor högre än beräknat. "Det beror främst på att vidareutlåningen till Riksbanken genomfördes redan i februari i stället för mars", skriver Räntebetalningarna på statsskulden var 0,4 miljarder kronor Statens betalningar gav ett underskott på 123,4 miljarder kronor för tolvmånadersperioden till och med februari 2013. Statsskulden var 1.221 miljarder kronor vid slutet av Robert Hultqvist, tel +46 8 586 163 76

**id 124**

Tyringe Tyringe är en tätort i Hässleholms kommun i Skåne län. Den är belägen vid Riksväg 21 och Skånebanan, ca 12 km väster om Hässleholm. Orten ligger mitt i den så kallade Göingeholmen som är området mellan Göinge och slättbygd och där ädelskog dominerar naturen. Orten trafikeras av Pågatåg från Helsingborg och Kristianstad och mellanliggande orter (inklusive Hässleholm). Tyringe är den näst största tätorten i kommunen. Innehåll - 1 Historia - 1.1 Befolkningsutveckling - 2 Idrott - 3 Kända profiler - 4 Källor - 5 Externa länkar Historia[redigera | redigera wikitext] Tyringe har vuxit fram ur en liten by förlagd kring gästgivaregården i Finja socken. Exempelvis nämns Tyringe i skrift redan 1353; det är i väpnaren Alexander Jensöns skötebrev. Byn bestod under 1600-talet av fyra hemman, gårdarna nr 1 Tyringe mölla, nr 2, nr 3 Gästgivaregården och nr 4. Gårdarnas ägare var enligt 1723 års jordebok kronobönder. Längre fram på 1700-talet fick de friköp på sina gårdar och blev skattebönder. Det fanns dessutom ett ryttartorp och två gatehus. 1750 var byns invånarantal 25 personer. 1850 hade antalet invånare stigit till 57 och det fanns nio gatehus. Inom Tyringe församlings geografiska område, nära Finja, finns Mölleröds slottruin. Strax utanför Tyringe stod Slaget vid Mjölkalånga 1318. Tyringe blev stationssamhälle vid den 1875 invigda Hälsingborg-Hässleholms Järnväg (HHJ). Tyringe blev som kurort känt redan i början på 1900-talet genom tillkomsten av Tyringe sanatorium och badanstalt, radiumkällan, samt flera andra hotell, pensionat och vilohem. År 1896 startade Sveriges första verktygsindustri, Skandinaviska verktygsindustrin AB i Tyringe. Med dess etablering följde ett antal fler etableringar av industriverksamhet i byn. Pensionat och hotellrörelsen samt metallindustrins starka frammarsch satte fart på utvecklingen av samhället. Den 2 november 1928 inrättades för orten Tyringe municipalsamhälle i Finja och Västra Torups landskommuner. Dessa uppgick 1952 i Tyringe landskommun med Tyringe som centralort. Municipalsamhället upplöstes med utgången av 1970 och orten ingår sedan 1974 – efter mycket protest från dåvarande Tyringe landskommun – i Hässleholms kommun.[3] Befolkningsutveckling[redigera | redigera wikitext] Idrott[redigera | redigera wikitext] I Tyringe ligger Tyrs Hov, som är en idrottsanläggning med bland annat idrottshall, simhall, bowlinghall och styrketräningshall. Dock är det ishallen, vilken har en publikkapacitet på cirka 4 000 personer, som dominerar Tyrs Hov. Tyringe har en ishockeyklubb som bildades 1936 under namnet Tyringe Skid- och Skridskosällskap, Tyringe SoSS. Klubben kvalade till Elitserien 1988 och 1990. I Tyringe finns flera gator som är uppkallade enligt ett ishockeytema, såsom bland annat Seriegatan, Hockeygatan och Puckgatan som är belägna i villaområdet som benämns Hockeyområdet. Tyringe har en mängd andra idrottsklubbar. Några av dem är OK Tyringe (orientering), HF Tyr (handboll), Boulegetingarna (boule), Tyringe Konståkningssällskap (konståkning), brottarklubb, simklubb, golfklubb (Skyrups GK) och många fler. Tyringe IF heter fotbollsklubben som 2011 spelar i Division 6 Norra Skåne.[5] Kända profiler[redigera | redigera wikitext] - Jimmie Augustsson, fotbollsspelare - Peter Elander, ishockeyspelare och -tränare, förbundskapten för Damkronorna - Dan Glans, friidrottare - Benni Ljungbeck, brottare - Andreas Thuresson, ishockeyspelare - Marcus Thuresson, ishockeyspelare, klubbdirektör[6] - Artur Lundkvist, författare [7] - Håkan Algotsson, ishockeyspelare Källor[redigera | redigera wikitext] - ^ [a b] Statistiska tätorter 2018 – befolkning, la

**id 125**

Nu är senaste utgåvan av vår kundtidning här. Läs om Swecon och Volvo CE hos kunder över hela landet! Läs tidningen Volvo EC18E (1,8 t) minigrävare med tiltfäste, skopsats och maskinsläp för 289 000:- (exkl. moms) Hagströmska gymnasiet i Falun först ut med Dig Assist Läs mer Möt Freddy Mannström - en av Swecons servicetekniker Upptäck mer Oöverträffad kvalitet, varje gång Utforska Volvo Construction Equipments breda utbud av kvalitetsprodukter hos Swecon. Jobba med Volvo hos Swecon En bra affär hos swecon Navigera bland begagnade entreprenadmaskiner till försäljning på vår onlineportal. Till sidan Lönsamhet från Swecon Sweconbutiken Online I Sweconbutiken Online kan du handla Volvo reservdelar på internet dygnet runt. Vi förstår att behoven i din verksamhet varierar. Det är därför som det finns flera olika serviceavtal - Customer Support Agreements - för att hjälpa dig att förbli lönsam. Alla avtal Garantera prestandan genom att låta din maskin förbli en Volvo. Vi vet att varje del är extremt viktig och hjälper dig att maximera drifttiden i det långa loppet med Volvo Originaldelar. Volvo originaldelar Dags att spara tid och pengar. CareTrack är vårt telematiksystem som ger dig åtkomst till en stor mängd maskinövervakningsinformation. Vart du än befinner dig. CareTrack Skicka ett meddelande så hjälper vi dig. Kontakta oss

**id 126**

In i striden genom ett kulregn Herrens vilja sker Redo att livet ge När konungens här Vid Fraustadt stod den svenska hären inför

**id 127**

Vi håller på och bygger om så hav tålamod med att det kan bli rörigt just nu. Här kan du hitta allt fråm Massproduktion, Triakel Records samt en och annan arkivgoding från Mistlur. Allt ospelat och i toppskick.

**id 128**

Risotto är en italiensk maträtt som huvudsakligen är gjord på mellankornigt och rundkornigt ris. Den har uppstått i norra Italien i områdena runt Poslätten där just ris odlas i stor utsträckning, men det finns många lokala varianter på olika platser i landet. Risotton fungerar som en grund som man sedan kan smaksätta med allt från grönsaker, svamp, kött eller fisk till skaldjur. Risvariationer[redigera | redigera wikitext] Man bör använda avorioris, arborioris, vialone nano eller carnaroliris. Vissa kockar anser att avorioris inte är ett riktigt risottoris[källa behövs].

**id 129**

DFT – Design for Testability Inledning Det är viktigt att tidigt i designflödet ta hänsyn till hur en test av konstruktionen ska genomföras, detta brukar kallas för Design for Testability och förkortas DFT. Med goda DFT-kunskaper kan man redan i konstruktionsfasen förhindra att fel och extra kostnader uppstår. En konstruktion som är anpassad för DFT ger många fördelar: - Kortare TFM – Time-For-Manufacturing och därmed kortare TTM – Time-To-Market - Mindre komplicerade testfixturer genom korrekt placering och minimering av testpunkter - Säkrare test då man kan testa upp till 100 % av kortet - Minskad tid för test och felsökningar - Reducerat antal revisioner för ett kretskort Ovanstående punkter ger alla en betydande minskning av kostnader, både innan och efter en produkt har nått marknaden. I artikeln tar vi upp två testmetoder och hur man som konstruktör kan tänka för att designen av kretskortet ska underlätta test: Kretskort kan också testad med optisk avsyning, Automatic Optical Inspection (AOI). Här används avancerade kameror placerade i olika vinklar och med en specifik ljussättning. Med bildbehandling ger AOI en visuell inspektion med god noggrannhet och hög genomströmning. AOI:n spelar en viktig roll i en produkts teststrategi, då man vill säkerställa en hög kvalitet genom alla fasers i dess livscykel. ICT – In Circuit Test Med hjälp av In-Circuit Test (ICT) kan alla komponenter på ett kretskort testas var och en för sig. För att nå en 100 % testbarhet behövs tillgång till alla noder, samt att kortet är designat på så sätt att det går att isolera komponenterna från varandra. ICT-utrustningen och programmen är specifikt framtagna för varje typ av kretskort. ICT-programmen är anpassade så att de kan hantera programmerbara kretsar och genomföra enklare funktionstester. ICT använder sig av ett stort antal testnålar för att få elektrisk kontakt med noder på kretskortet och mäta prestandan hos enskilda komponenter. ICT är oberoende av vilka andra komponenter som är sammankopplade med det aktuella mätobjektet. Enklare komponentparametrar såsom resistans och kapacitans utvärderas tillsammans med analogakomponenter som operationsförstärkare. ICT har till och med möjligheten att göra funktionalitetstest på digitala kretsar, även om deras komplexitet oftast leder till att ett fullt test blir oekonomiskt. ICT utrustningen består av två delar. Den första är själva testaren, som består av en matris av drivare och sensorer vilka används vid utförandet av mätningen. Drivare och sensor uppträder normalt i par-formationer. Drivare används för att generera en signal, antingen som en spänning eller som en ström. De används för att tvinga en nod att anta ett visst fördefinierat värde, detta betyder att drivarens utimpedans måste vara mycket låg. Sensorerna används för att utföra alla mätningar, vilket gör att de måste ha en mycket hög inimpedans för att inte störa komponenten som skall mätas. Alla drivare och sensorer, antalet kan vara 1000 eller mer, ansluts normalt till en kontakt. Kontakten agerar i sin tur som ett interface till den andra delen av ICT systemet, fixturen. Varje fixtur är specifik för varje typ av kretskort och är ett interface mellan kretskortet och ICT:n. Den sammankopplar alltså alla drivare och sensorer till korrekt nod på kretskortet. Även om det rent teoretiskt går att uppnå en 100 % testbarhet med ICT så anser de flesta större tillverkare att man kan nå en 98 % feltäckning. För att komma upp i en så hög testbarhet så måste man anpassa sin konstruktion väl till ICT:n. Testnålar För att de testnålar som en ICT-fixtur består av skall komma till så effektiv användning som möjligt, bör man ta hänsyn till vilka avstånd de är beroende av. Avstånd mellan testnålarna Beroende på hur testpunkterna är konstruerade kan man använda sig av olika testnålar för att få kontakt med dessa. Testnålarna finns i storlekarna 0,050”, 0,075” och 0,100”, där 0,100” = 100 mil = 2,54 mm. Dessa mått anger inte vilken diameter nålarna har, utan indikerar hur tätt man kan placera två nålar. Men på

**id 130**

Cosenza är en stad och comune i provinsen Cosenza i Kalabrien, södra Italien, belägen vid sammanflödet av de två floderna Busento och Crati. Staden har 69 986 invånare[1]. Tack vare sin kulturella historia var Cosenza under antiken känd som Kalabriens Athen. Cosentiska akademien var en av de första akademierna som grundades i Europa (1511). Idag är staden en fortsatt viktig kulturell plats med flera museer, teatrar, bibliotek och Kalabriens universitet. Geografi[redigera | redigera wikitext] Cosenza ligger 238 meter över havet i en dal mellan Silabergen och kustbergen. Den gamla staden, överskuggad av sitt slott, vetter mot floden Crati, och den nya staden ligger mer norrut, bortom floden Busento.

**id 131**

Vi har idag lagt upp lite nya bilder i vårt referensgalleri. Så klicka på "Galleri" i huvudmenyn här ovan så kan ni ta en titt på lite olika projekt vi utfört under åren.

**id 132**

Supertalangen uppges klar för Borussia Dortmund Nästa supertalang är på ingång till Borussia Dortmund. Italienska silly-nestorn Fabrizio Romano har skrivit ”Here we go” på Twitter gällande Jude Bellingham. Och när han gör det, då är det varmt. Läkarundersökningen uppges vara klar och kontraktet påskrivet. Nu väntar bara ett offentliggörande från Dortmund som uppges betala 240 miljoner kronor för 17-åringen. Bellingham, som anses vara en av Englands största talanger, har slagit igenom i Birmingham den här säsongen. Mittfältaren har gjort 38 matcher och stått för fyra mål och tre assist i Championship och varit ett regelbundet inslag i Birminghams startelva.

**id 133**

SmokersClub i Sverige - Tillåter rökning på restaurang och pub Det har uppdagats stör­ningar av all­varlig grad på vår server. Från och med januari 2006 skall där­för på före­kommen anledning all infor­mation mellan externa arbets­stationer inom orga­ni­sationen hädan­efter kryp­teras. Detal­jer kring pro­gram­vara för kryp­tering samt därför avsedda licen­ser skall in­hämtas per­son­ligen på huvud­kontoret, och leve­re­ras ej via post, e-post eller telefon. Ditt IP-nummer är:23.20.110.176 Det här är SmokersClub SmokersClub i Sverige är en ideell förening vars avsikt är att bereda plats för rökare av tobak i serveringsmiljöer. Vi erbjuder restauranger, caféer och dylika inrättningar en möjlighet att låta gästerna röka medan de njuter av annan förtäring, helt enkelt för att de som vill kunna röka vid serveringar skall kunna göra det. Det enda som krävs är att samtliga gäster och personal är medlemmar i SmokersClub i Sverige. Föreningen administrerar och sköter medlemsregister, samt ansvarar för medlemmarnas frihet att röka tobak vid anslutna serveringar. Vi åtar oss det juridiska ansvar som detta innebär. Var och en som blir medlem har enligt stadgarna i och med det godkänt rökning i samband med servering. Medlemmar och endast medlemmar har tillträde till serveringar med tillstånd för rökning. Föreningen SmokersClub i Sverige och dess avsikter är helt legala, i enlighet med föreningsfriheten, som är grundlagsskyddad. Därmed har alla medlemmar rätt att röka vid anslutna serveringar. SmokersClub i Sverige är korrekt registrerad vid berörd statlig myndighet. Vår verksamhet – Vilka kan bli medlemmar? I huvudsak tillhandahåller SmokersClub i Sverige tjänster för näringsidkare med servering av måltider och dryck. Dessa tjänster innebär att gäster med medlemskap kan och får röka fritt vid anslutna serveringar. Vi ger möjlighet för enskilda att få röka tobak vid servering med måltid och/eller dryck. Medlemskap för privatpersoner medger en laglig möjlighet att röka i samband med servering av mat och dryck vid anslutna serveringar. I och med att man blir medlem godkänner man automatiskt att tobaksrökning får förekomma vid dessa serveringar. Några andra privilegier tilldelas ej. Medlemskapet gäller ett år i taget. Man måste vara myndig, och åldersgräns för medlemskap i föreningen är således arton år – observera att vissa anslutna nöjesetablisemang utöver detta kan ha egna regler. För närvarande kostar medlemskap 100:- per år och medlem. Du kan bli medlem direkt här på SmokersClubs hemsida. Medlemskap kan också tillhandahållas genom vissa anslutna serveringar. Fråga på ort och ställe. Individuella medlemmar har rätt att nomineras till, och välja en styrelseledamot. Sådan ledamot skall nomineras och väljas via vår webbplats, då det är lättare att administrera. Övriga medlemmar eller styr­else­ledamöter kan ej påverka dessa val. Mandat­perioderna för samtliga styrelseledamöter löper över två år. Nästa val till styrelsen äger rum under år 2014, och information med detaljer kring detta kommer i god tid att sändas till alla medlemmar. Näringsidkare Medlemskap för näringsidkare innebär fullt juridiskt skydd angående antiröklagar. Samtliga anställda och arbetande personal måste vara medlemmar, för att medlemskap skall kunna innehas av näringsidkare. Medlemskap kostar 100 kronor per år för näringsidkaren, och 100 kronor per år per anställd. Utöver personal får endast gäster med medlemskap i SmokersClub ha tillträde. Medlemskap till gäster får förvärvas av eller genom anslutna näringsidkare. Handlingar kring sådant medlemskap skall vara oss tillhanda inom 30 dagar efter förvärvandet. Medlems­skap sökes emellertid lämpligast via vår hemsida, då dessa kan hanteras snabbare. Ansökning via blanketter innebär en längre behandlingstid. Du kan ansluta ditt företag direkt här på SmokersClubs hemsida.

**id 134**

En mycket snabbgjord, ljuvligt god dessert! Den är nyttigt och kan serveras med färska bär, vispgrädde och glass. På ca 15 min är desserten helt klar och ska serveras när den fortfarande är ljummen. 1. Sätt ugnen på 230 grader. Skala bananen och lägg den på en plåt med bakplåtspapper. Mosa den med en gaffel. 3. Rosta bananen i ugnen i 13–14 min, eller tills den får lite färg. Servera gärna bananen med bär, en klick vispgrädde eller glass.

**id 135**

Apostlabröderna, Apostel-orden, var en kristen religiös och politisk grupp i 1200-1400-talets Norditalien som försökte upprätta ett bibliskt idealliv. Apostlabröderna tillhörde det som har kallats "franciskanervänstern" med vilket man vill mena att de gjorde praktisk politik av Franciskus av Assisis lära. Historia[redigera | redigera wikitext] Gruppens ledare var Gerhard Segarelli, en hantverkare ifrån Parma som var av låg börd och inte hade fått någon utbildning. Gerhard Segarelli nekades inträde i franciskanerorden och omkring år 1260, klädde han sig i den klädedräkt han från en bild fått uppfattningen att Apostlarna bar, sålde sitt hus och delade ut pengarna (i enighet med Matt 19:21), och blev en tiggarmunk och predikant. Segarelli började snart vinna lärjungar, och den nya orden började spridas i området. Runt 1280 kastades Segarelli i fängelse av biskopen av Parma som därefter lär ha hållit Segarelli i sitt palats som underhållning. Apostlabröderna förbjöds av katolska kyrkan vid Andra Lyonkonciliet 1274. Påven Honorius IV la fram ett kraftigt fördömande av orden 1286, detta fördömande förnyades år 1290 av Nicholas IV. Kyrkan och olika adelsuppbåd idkade en omfattande förföljelse av rörelsen och år 1294 brändes fyra medlemmar på bål. Segarelli dömdes till livstids fängelse och tvingades sex år senare, år 1300, att erkänna heresi och brändes på bål i Parma den 18 juli samma år. Predikanten Dolcino efterträdde Segarelli och ledde en grupp apostlabröder och bönder i Novara där godsägarna fördrevs. Dolcinianerna förde sedan ett framgångsrikt gerillakrig mot överhetens angrepp. Rörelsen övermannades dock av hunger och kyla och till slut tillfångatog biskopen av Vercelli återstoden av den apostoliska armén som då bara var runt 150 man. Dolcino och hans ”andliga syster”, Margareta, brändes på bål den 1 juli 1307. Rörelsen ska dock ha funnits kvar ända in på 1400-talet. Ideologi[redigera | redigera wikitext] Apostlabröderna kännetecknades av att de var barhuvade och klädde sig i vita mantlar. De apostoliska ideal som rörelsen menade sig försökte förverkliga var ett liv i helighet och fattigdom utan fast hemvist, oro för morgondagen eller eder. Det har setts som en protest mot kyrkans förvärldsligande och skilde sig inte särskilt mot hur andra ordnar börjat. Apostlabröderna förespråkade befrielse från all slags mänsklig övermakt och talade om en ny jämlik samhällsordning grundad på ömsesidig hjälp och respekt, baserad på gemensamt ägande och jämställdhet mellan könen. Apostlabrödernas kiliastiska te-/ideologi har element som återfinns i många så kallade kättargrupper som levde ut bergspredikan (Matt 5-7) bokstavligt. Särskilt väl överensstämmer Apostlabrödernas tankar med Joakmisterna då Dolcino var inspirerad av Joakim av Floris. Dolcino hävdade liksom Joakim att den nuvarande tiden stod inför sitt slut och att en tid av fred och egendomsgemenskap skulle komma när falska präster och herrar nedkämpats. En annan revolutionär tänkare inom samma rörelse var Wilhelm av Occam. Närliggande[redigera | redigera wikitext] Externa länkar[redigera | redigera wikitext]

**id 136**

Tidig morgon och allt är klart inför tävlingen idag. Starten går 11,00 och jag hoppas det kommer gå bra. Vaknade med huvudvärk vilket inte är bra men det löser sig. Håll nu tummarna för mig idag. Full race rapport finns här under kvällen.

**id 137**

Trampsjöfart Trampsjöfart eller trampfart kallas det då ett fartyg inte har någon speciell fraktlinje eller tidtabell som det trafikerar. Fartyg i trampsjöfart tar löpande den last de kan få tag i, och seglar dit frakten önskas bli transporterad. Trampsjöfart utgör motsatsen till linjesjöfart. Ordet kommer från det engelska ordet tramp, "luffare" Trampsjöfart förekommer bland en större del av världens tankfartyg, kylfartyg och bulkfartyg. Det kallas ofta cross-trade, men det brukar dessutom innebära att fartyget inte anlöper hemlandet emellan, utan går från land till land i utrikes frakt. För svenska rederier var godstransport i trampfart 8 % av den samlade nettoomsättningen år 2012 enligt officiell statistik från Trafikanalys.[1] Källor[redigera | redigera wikitext] - ^ ”Sjöfartsföretag 2012” (PDF). Sveriges officiella statistik. Trafikanalys. sid. 9. http://trafa.se/PageDocuments/Sjoefartsfoeretag\_2012.pdf. Läst 30 juni 2014.

**id 138**

Stadgar i SvenskaKnights of Saint Anthony MC Vi är en andlig motorcykelklubb med kristna värden,för både män och kvinnor men där endast män kan bära full patch och kvinnor är stöttande. Du behöver inte tro på Jesus för att köra med oss.KOSA är en 99% familjeklubb med old schoolregler. Vi har inga krav på territorium.Vi är en gemenskap som samlas kring vårt intresse för motorcyklar och dess livsstil.Dessutom är vi alla på samma väg- mot det goda livet fyllt av kärlek, sinnesro och glädje.Vi stödjer varandra på denna resa. Även om du kanske ser lite hård ut och kör på en motorcykel, kan du uppträda ordentligt och sprida glädje och kärlek i sin omgivning och till sina vänner. KOSA respekterar alla människor. Oavsett: Hudfärg. Religion. Kön eller sexuell läggning. Varför st. Anthony? St. Anthony är skyddshelgon för förlorade själar. Keltiska korset. Det keltiska korset är mycket speciellt. Det antas att det representerar förhållandet mellan det himmelska (den vertikala axeln) och den jordiska (den horisontella axeln). De fyra armarna i korset kan också symbolisera de fyra årstiderna eller fyra delar av mannen; själ, kropp, ande och hjärta. Ringen symboliserar livets hjul och solens kraft. En legend säger att Sankt Patrik skapade det första keltiska korset genom att rita en cirkel om det kristna korset för att införliva månens hedniska symbol. Andra tror att cirkeln ansluter korsets olika delar eller symboliserar evigheten. Tro. KOSA är inte en kristen klubb, men vi har många kristna medlemmar. Om du tror på en makt starkare än dig själv är du välkommen. Oavsett vad du väljer att kalla Gud, stör vi inte. Vi förväntar oss inte att våra medlemmar är perfekta, eller försök att vara. Det kommer att vara detsamma som en dödsdom för de medlemmar som är före detta missbrukare. Vi har försökt att vara Gud i våra egna liv, och vi kunde inte bära det. Gud behöver inte vår hjälp, det gör han så bra ensam. Vi söker andlig tillväxt. Inte andlig perfektionism. Våra medlemmar kör endast på MC, de behöver inte gå på vattnet. Vad är viktigast: familjen eller klubben? KOSA ska inte vara den första prioriteringen i våra liv. Personlig utveckling, familj, utbildning och arbete kommer före KOSA.Om våra liv inte fungerar optimalt kan vi inte vara där för varandra. Men klubben själv kan aldrig komma först. Chapter Varje chapter är oberoende, men måste följa våra regler och stadgar. Varje chapter måste så småningom välja ett välgörenhetsområde där de bör fokusera sina ansträngningar. (Chapter 1 fokuserar på att hjälpa missbrukare och missbrukare. Chapter 2 om ungdomar så inte ungdomar faller i missbruk och brottslighet.) Det kan också vara att hjälpa barnhem, hemlösa, våldsamma kvinnor, krigsveteraner etc. 12-stegs program? KOSA har några medlemmar som är i någon form av stegprogram. Såsom: AA (anonyma alkoholister) NA (anonyma missbrukare) ACA (vuxna barn av alkoholister), etc. För dessa medlemmar kommer deras personliga utveckling före allting annat. I KOSA stöder vi våra bröder i deras helande så gott vi kan. KOSA är baserad på några av de principer som ett 12-program kan erbjuda: ödmjukhet, kärlek och respekt. För att inte glömma de 3 Ss: självkänsla, samhörighet och samhörighet.Vi är bröder och vi hjälper varandra. § 5 Associate / Esquire medlemmar. Rekrytering; Vi går inte ut och rekryterar människor, vi låter folk komma till oss. Det är vår erfarenhet att det ger de bästa resultaten. Om personer från nya länder eller områden önskar starta nytt chapter krävs det minst 5 personer att starta ett chapter, det är dessa personers uppgift att söka tillstånd genom respektive kanal. Självklart har vi träffat varandra ibland och sett till att båda parter passar ihop och vi är överens om att de fortfarande vill vara en del av oss och vi vill att de ska gå med i klubben. Därefter startar minst ett års prövotid. Innehåll: § 1 Villkor för medlemskap. Page 3 § 2 full patch BEDOUIN. Page 4 § 3 Testmedlem / Prospekt. Sidan 5 § 4 "Prospektering". Sidan 5 § 5 Associate / Esqui

**id 139**

Om Poki Megaspel.se är en personifierad plattform för gratis onlinespel. Vi kommer dagligen handplocka nya spel åt dig så att du är garanterad de bästa speltitlarna och massvis med kul. Du kommer aldrig att bli uttråkad eftersom vi erbjuder dig personifierade rekommendationer som baseras på spel som du gillar. Om du älskar sport kommer smarta algoritmer att se till att du aldrig missar det senaste sportspelet och om du är en bilfantast kommer du alltid att se de senaste racing spelen. Våra spel går att spela över flera enheter så att du kan ta del av dem var du än befinner dig! Det är vårt uppdrag att se till att webben är en bättre plats för spel! Här, på portalen MegaSpel, kan du spela mer än 20 000 spel helt gratis! Vi erbjuder dig de bästa gratisspelen som går att spela på alla enheter. Varje dag kan du se de nyaste spelen på MegaSpel som går att spela på din dator, smartphone eller surfplatta! Använd ditt tangentbord, mus eller pekskärm för att lägga pussel eller styra hjältar och racerbilar! Känn adrenalinet pumpa när du spelar actionspel, använd din hjärnförmåga för att lägga pussel och ditt modekunnande när du klär på dockor och tjejer! Vi tillhandhåller grymma spel för all skärmar - spel som är utgivna av MegaSpel eller andra. MegaSpel erbjuder dig alla de bästa onlinespelen och de mest populära kategorierna, som matlagningsspel, fotbollsspel och klä på spel samt spel som är baserade på dina favoritfilmer eller TV-shower, som Adventure Time spel, Insidan ut spel och Minion spel. I vår stora spelsamling kan du också hitta klassiska speltitlar inklusive Mahjong, Bubble Shooter och Bejeweled samt nya spel som Agario, Uphill Rush 7 och Grindcraft. Du kan spela 3D-spel, superroliga arkadspel och alla populära logiska spel! Oavsett vilken spelgenre du gillar har vi lysande speltitlar för dig. MegaSpel är portalen för hela familjen!

**id 140**

Olyckan hände för tre år sedan på en förskola i Järbo i Sandviken. En förskollärare var då ute tillsammans med sju barn på gården. Ett av barnen upptäckte att ett annat barn som var vid ett fruktträd "såg konstigt ut". Förskolläraren upptäckte att barnet hade fastnat med sin hjälm på en gren. Upplivningsförsöken misslyckades, pojken dog av skadorna han fått av hjälmremmen. Förskolläraren som hade ansvar för tillsynen åtalas nu för vållande till annans död. Åklagaren anser att hon inte levt upp till sitt ansvar och att hon därför orsakat pojkens död. Åtalet ska bedömas av Gävle tingsrätt.

**id 141**

Sidan i varje gul kvadrat är 1 cm. |a) ||Rita figur 5 i serien och bestäm omkrets och area. | |b) ||Bestäm omkrets och area för figur 17. | |c) ||Teckna formler som du kan använda för beräkning area och omkrets i figur n . | |d) ||Finns det en figur med omkretsen 188 cm och arean 93 cm 2 ? Motivera ditt svar. | "Hur väl eleven använder matematiska begrepp och samband mellan dessa". E B - Visar grundläggande kunskaper om begreppen omkrets och area och gör någon ansats till att teckna formler för dem. " Denna förmåga omfattar att kunna identifiera vilken metod som lämpar sig bäst i den enskilda situationen och därefter genomföra det på ett mer eller mindre effektivt sätt." C M - Identifierar att ökningen är konstant, t ex genom att göra tabeller, och gör en ansats till att beräkna area och omkrets för figur 17. "Kvalitén på elevens redovisning. Hur väl eleven använder matematiska uttrycksformer (språk och representation)". A K - Löser hela uppgiften och växlar mellan språk och symboler i redovisningen. Det finns en tydlig röd tråd, lösningen är välstrukturerad och det matematiska språket håller mycket god kvalitet. C P - Gör en ansats, t ex genom att skapa en tabell, att beräkna omkretsen och area för figur 17. Identifierar att area och omkrets för varje figur ökar konstant, och gör en ansats till att teckna formler för figur n .

**id 142**

11/22/63 har landat i läsehögen → Jag har inte läst några böcker idag men istället flitigt konsulterat regelboken till Talisman Dragon Expansion. Ett par regniga sommarsemesterdagar i detta hus betyder att hela familjen samlas kring matbordet där vi dukar upp något nördigt fantasybrädspel. Nu är det Talisman som gäller och för närvarande har vi fem expansioner så hela bordet fylls av kort och spelbräde. Både ungarna och vi får öva lite engelska och så har vi livliga regeltolkningsdiskussioner! Om ni inte har provat så rekommenderar jag det å det varmaste.

**id 143**

Joel Alme, som i våras släppte sitt hyllade tredje album yyyyyA Tender Trap , ger sig nu ut på en omfattande turné inom Sverige. Tidigare kunde GAFFA rapportera om att göteborgaren endast skulle göra två spelningar i höst, en i Malmö och en i Göteborg, alltså en storstädernas miniturné. Nu står det dock klart att turnén kommer att bli betydligt mer omfattande än så och inleds i Linköping den 7 september för att avslutas på Södra Teatern i Stockholm den 3 november. Idag släpps även hans nya singel yyyyyIf She Ever Knew . Här är turnédatumen som följer, med reservationer för fler datum: 07 SEP LINKÖPING, Klubb Din Mamma 08 SEP GÖTEBORG, Kanaltorget 22 SEP UMEÅ, Scharinska Villan 06 OKT GÄVLE, Gävle Konserthus 18 OKT KINNA, Kinna Konserthus 19 OKT UPPSALA, Katalin 24 OKT NORRKÖPING, Dynamo 25 OKT ALINGSÅS, Palladium 26 OKT GÖTEBORG, Pustervik 27 OKT MALMÖ, KB 03 NOV STOCKHOLM, Södra Teatern

**id 144**

LA Travel är den perfekta startpunkten för dig som är sugen på att se fotboll i världsklass – från läktarplats ute i Europa. Det svenska sportreseföretaget har varit verksamt i branschen sedan 2003 och har således en ordentlig erfarenhet och kompetens. Det tycker också resenärerna, då den sammantagna kundnöjdheten ligger på 97 procent. LA Travel har under sina år i branschen lyckats bygga på ett brett kontaktnät. Kända idrottsprofiler följer med på resor och skapar en VIP-känsla. LA Travel tar dig till engelska Premier League, italienska Serie A, tyska Bundesliga och spanska La Liga. Självklart erbjuder LA Travel också fotbollsresor till Champions League-matcher. På företagets hemsida hittar du en smart sökfunktion, där du kan ange ditt favoritlag och därefter presenterar LA Travel reseförslag åt dig. Smidigare än så kan det knappast bli! Men LA Travel kan också bra mycket mer än europeisk fotboll. Sugen på NFL eller NHL? Självklart arrangerar LA Travel även resor till Nordamerika, såväl som Formel 1-resor. Vidare kan du med fördel använda dig av LA Travel ifall ditt företag vill åka på en trevlig kick-off-resa. LA Travel är flexibla och sätter alltid kundernas intresse i första rummet. När du reser med LA Travel så kan du alltid känna dig i trygga händer. Resegaranti och prisgaranti gäller. Och det är också bra att känna till att LA Travel erbjuder support dygnet runt. Tveka aldrig att höra av dig till LA Travel ifall du skulle ha några frågor. Mer information av vad LA Travel kan erbjuda dig, och ditt kompisgäng eller företag, hittar du på företagets webbplats. Kolla in den svenska experten på sportresor LA Travel redan idag! Du kommer knappast att ångra dig. För är det några så vet hur man tar hand om sina kunder så är det verkligen LA Travel. Fotbollsligor Som en nyckelspelare i det enormt framgångsrika företaget Klarna var Jens Saltin en starkt bidragande faktor till att skapa smarta betalningslösningar inom e-handelsbranschen. Och när han nu lanserar sin nya smarta idé, tillsammans med systemutvecklaren Fredrik Olofsson, talar allt för en ny succé. För under våren 2018 lanserar Jens Saltin och Fredrik Olofsson appen Steven, som fått sitt namn efter uttrycket “even Steven”. Vad Steven gör är att den skapar en möjlighet för dig och dina vänner att hantera gemensamma räkenskaper på ett snabbt och effektivt sätt. Steven är det självklara valet i alla sammanhang när det handlar om gruppbetalningar, såsom restaurangnotor, weekendresor eller insamlingen till kollegans 50-årspresent. Med Steven ser alla användare vem om har betalat och vem som har glömt bort att göra det! Jens Saltin, född -81, har en mastersexamen från Handelshögskolan, i Stockholm. Och CV:et innefattar flera internationella och prestigefyllda uppdrag. Saltin har bland annat arbetat för hedgefonden Rubicon i San Fransisco, Kalifornien, och för Goldman Sachs, i London. Saltins långa och framgångsrika liv inom Klarna spänner över sju år. Sin karriär inom Klarna inledde Saltin med att vara key account manager för Klarna mobil. Efter det innehade Saltin titeln Head of Sales för Klarna, i Sverige. Saltin har även varit Klarnas landschef i Holland, expansionschef och landschef för Storbritannien. Och givet Saltins erfarenhet när det kommer till både smarta betalningslösningar, och att arbeta internationellt, talar allt för att Steven kommer att bli en succé. Planen med Steven är att först introducera appen för svenska användare men att den sedan även ska lanseras ute i Europa. Gör dig själv och dina vänner en tjänst och ladda ner Steven så fort som du får möjlighet. Du kommer verkligen inte att ångra dig. För Steven är i stora stycken det perfekta, och högst efterlängtade, komplementet till Swish. Seglarshoppen är en webbaserad butik som har specialiserat sig på välkända klädmärken inom seglarkläder och marint mode. De säljer även accessoarer som behövs för livet till sjöss samt säkerhetstillbehör som flytvästar. Gå in på seglarshoppen.se redan idag för att botanisera bland det breda utbud av dam- och herrkläder som du hittar där. Du hittar också skor, stövlar, solglasögon och väskor. På Seglarshoppen kan du både hitta tekniska plagg för livet till sjöss som vatten- och vindtåliga sjöställ liksom kläder som även kan användas när du inte är ute och seglar som exempelvis pikétrö

**id 145**

|FÅ EN SNABBARE DATOR |Har du en långsam dator? Du kanske inte behöver slänga ut den än. Speciellt om man surfar på internet har datorn en förmåga att suga upp en massa program som använder upp mycket av dess kapacitet.

**id 146**

Tanken är endast att du ska försöka översätta ett/det antal meningar som du tycker du har lust och ork att göra nu. Meningarna kan du själv skapa här med hjälp av de "ledord" som finns. Ett lösningsförslag finns längre ned på sidan. 1 förgasare Vilken sorts förgasare är det? Var sitter förgasaren? Är det en eller två förgasare? 2 fördelare/fördelardosa Finns det fördelare/fördelardosa på den här bilen? Fördelarlocket kan vara sprucket/spräckt. 3 slang Hur lång är slangen? Vi har slut på gummislangar i den dimensionen. Är det en gummislang? 4 tändspole Hurdan tändspole är det? Vad för bil är det här? Det sitter två tändspolar här. 5 kabel, kablage Det är alldeles för många kablar på den här motorn. Varför är det så många kablar? 6 kylare En kylare håller inte så länge nuförtiden. 7 underhålla, sköta om Det är viktigt att man sköter om sin bil. Din bror sköter inte om sin bil. 8 underhåll, skötsel Skötsel är det viktigaste som finns då det gäller motorer. 9 generator (växelströmsgenerator, omformare \*) Vad är detta för typ av generator/Vad för slags generator är detta? 10 ventil Titta! Det är 16 ventiler i båda dessa cylindrar. 11 tändstift Låt aldrig tändstiften sitta mer än ett visst antal månader eller ett visst antal kilometer, särkilt i ett blött klimat som det här. 12 tändningsnyckel Ge mig tändningsnyckeln så ska jag prova att starta igen. 13 tändning Det verkar inte finnas någon tändning alls på/i den här bilen. 14 glykol, kylarvätska, köldvätska Den bästa regeln är ju helt enkelt att alltid ha kylarvätska i bilen året runt. 15 bränslepump Vad är det här för skräp? Vet de inte hur man tillverkar en bränslepump kan de lika gärna sluta. 16 bränsleförbrukning Inte att undra på att det går åt så mycket bensin i den här motorn. Bränsleförbrukningen är ju ungefär 20% för hög. 17 tändinställning, inställning/justering av tändningen Vi måste ändra tändningen på alla bilar av årsmodell 99 och senare. 18 lager, kullager Är det kullager eller nylonlager? 19 fjäder Vilken hylla ligger alla fjädrar på? 20 bricka Lägg alla brickorna på en bricka... 21 kant, egg Du måste slipa bort/ned den här vassa kanten. 22 grenrör Var sitter grenröret på de flesta (alla) bilar? 23 oljefilter Det har gått hål på oljefiltret så det är inte konstigt att oljan är slut. 24 gradvis Alla motorer förlorar gradvis kompression. Det är helt normalt. 25 kolv Detta är ingen vanlig motorkolv. Det är ju en majskolv! 26 vridmoment Vad är det för vridmoment på din motorcykel? Är det inte ovanligt högt med tanke på hur liten motor det är? 27 gå på tomgång Låt den stå på tomgång minst tio minuter innan du kontrollerar igen. 28 kolvring Var är alla kolvringarna till den här motorn? 29 avgas- Avgasröret har blivit böjt/knäckt alldeles framför bakre ljuddämparen. 30 insug- 31 slangklämma Var lade du de små slangklämmorna i går kväll? 32 packning Den där packningen är skadad och måste bytas ut mot en ny. 33 ventilkåpa En kromad ventilkåpa ser lyxigt/lyxig ut, eller hur? 34 fläkt Varför måste det vara dubbla fläktar i den här modellen? 35 lock Var lade din fru tanklocket? Har du något extra tanklock? 36 fettnipplar, smörjpunkter Fettnipplar måste ses efter/skötas om/tas hand om med fettsprutan. 37 rem Detta är fel storlek på rem. Den här är för smal. 38 luftintag Var har de gömt luftintaget? 39 mutter Du måste lägga på dubbla brickor och skruva på (gänga på) dubbla muttrar. 40 vipparm Kan någon förklara för mig vad en vipparm är för något? do-omskrivningen & exempel Håller du ordning på svenskans 'är'

**id 147**

Med anledning av coronaviruset Museet är stängt för tillfället med anledning av coronaviruset. Barn och unga 0–18 år: fri entré Vuxna: 140 kr Sibyllegatan 2, 114 51 Stockholm info@scenkonstmuseet.se 08-519 567 00

**id 148**

Är det över nu…? Ja, man kan ju undra..? Inte bara därför att vår svenska auktoritet på Mayaklendern tror det, men nutidshistorien indikerar onekligen USA:s snara nedgång och fall..! Klart att inte Obama hade något emot att bli historisk genom att vara den förste … Läs mer God made grass… and cancer cure! Något knarkkrigarna inte är speciellt intresserade av, är att jämföra alkohol med cannabis. Skälen till detta är ganska uppenbara. Medan alkoholen vid hög konsumtion åstadkommer stora kroppsliga skador och många dödsfall som direkt eller indirekt kan tillskrivas drogen, saknas motsvarande … Läs mer

**id 149**

Utbildningsdag: Könsbaserat våld och sexuella trakasserier i krogmiljö Länsstyrelsen i Kronoberg vill bidra till att öka kunskapen och ge konkreta verktyg till dig som medarbetare eller arbetsgivare inom restaurangbranschen. Vi vill därför bjuda in till en utbildningsdag kring könsbaserat våld och sexuella trakasserier i krogmiljö. Kursen hantera din stress och främja hälsa lär dig att hantera den stress som är ofrånkomlig i det dagliga livet – inte minst som student. Kursen hantera din stress och främja hälsa lär dig att hantera den stress som är ofrånkomlig i det dagliga livet – inte minst som student. Kursen hantera din stress och främja hälsa lär dig att hantera den stress som är ofrånkomlig i det dagliga livet – inte minst som student.

**id 150**

Stick- och skärskador Rutin vid stick- och skärskador. Att förebygga stick- och skärskador - Arbeta så att stick- och skärskador undviks. Det innebär till exempel att arbetet planeras och samordnas så att det kan utföras metodiskt, att arbetsställningen är bekväm och att den utrustning som krävs placeras så att armarna inte behöver korsas. - Använd handskar. - Sätt aldrig tillbaka skyddshylsan på kanyl som använts. - Ha alltid behållaren för stickande och skärande avfall nära dig och lägg alltid vassa föremål direkt i den. - Fyll behållaren till max 2/3. Förslut locket väl, det ska inte vara möjligt att åter öppna fylld behållare. - Vid spill av blod och kroppsvätskor ska punktdesinfektion med ytdesinfektionsmedel utföras snarast. - Instrument och produkter avsedda för flergångsbruk som kommit i kontakt med blod/kroppsvätskor ska desinfekteras snarast. Värmedesinfektion är att föredra. Flergångsprodukter som inte kan värmedesinfekteras på grund av storlek eller material så som t.ex. blodtrycksmanschett, stetoskop, lyft, sittvåg ska mekaniskt desinfekteras med ytdesinfektionsmedel med tensid mellan varje patient. - Produkter med integrerad säkerhetsfunktion ska användas om de finns tillgängliga (det vill säga så fort de kan upphandlas) enligt AFS 2005:1 samt tilläggsföreskrift AFS 2012:7. I annat fall ska andra tekniska hjälpmedel användas för att minska risken för stick- och skärskada. - Säkerställ att kunskap finns om hur utrustning ska användas och hur den fungerar. Personal i hemsjukvården Personal i hemsjukvården ska ha med sig typgodkänd förpackning för att samla in smittförande, skärande och stickande avfall. En behållare får användas till flera patienter om den återförs till den ordinarie arbetsplatsen samma dag som den har använts. Om behållaren används till en enstaka patient kan den förvaras hos patienten till dess att den har fyllts enligt tillverkarens anvisningar. Sedan ska den återföras till den ordinarie arbetsplatsen. Personal på vård- och omsorgsboende Personalen ska använda de typgodkända behållare som ska finnas på boendet för att samla in smittförande, skärande och stickande avfall. Fyll aldrig behållaren till mer än 2/3. Åtgärder vid stick- och skärskador Om du fått en stick- eller skärskada av föremål som varit förorenat med blod, synbart blodiga kroppsvätskor, fått direkt kontakt av blod på slemhinna (öga eller mun) eller på sår/eksem, gör så här: - Vid stick-/skärskada samt exponering av blod på slemhinna eller skadad hud desinfektera omedelbart. Använd rikligt av vad som finns tillgängligt, till exempel handdesinfektionsmedel eller klorhexidinsprit. - Vid stänk i munnen, skölj noga. Använd det som finns lättillgängligt, till exempel vatten, klorhexidinsprit eller handdesinfektionsmedel. - Vid stänk i ögonen skölj omedelbart, använd rikligt med ögondusch eller fysiologiskt natriumklorid. Finns inte detta, använd rikligt med kranvatten. Ta därefter ut eventuella kontaktlinser och skölj noggrant. - Rapportera snarast till din närmaste arbetsledare och sjuksköterska som ansvarar för att adekvata åtgärder vidtas. Kontakta infektionsklinikens jourhavande läkare för konsultation/bedömning om vilken åtgärd som bör göras. Jourhavande infektionsläkare når du genom CSK:s växel tel. 044–30910 00. Provtagning på den som har stuckit/skurit sig bekostas av den skadades arbetsgivare. Kostnaden för patienten/boendens provtagning bekostas också av den skadades arbetsgivare. Ange rätt kostnadsställe på remisserna i rutan ”Betalningsansvarig om inte mottagaren” på båda remisserna. Kostnadsställe för

**id 151**

27 januari, 2012 Sen 2008 har GTS Affärs & Privatresor – Travelnet Gotland hanterat Region Gotlands resebyråtjänster. Sommaren 2011 genomförde Sveriges Kommuner och Landsting en samlad upphandling av resebyråtjänster för Sveriges alla kommuner och landsting. För Gotlands del vann GTS Affärs & Privatresor den upphandlingen och vi kom tvåa i ett antal Stockholmskommuner. Region Gotland meddelade oss dock ej att man inte avsåg att skriva avtal i enlighet med upphandlingen och lade sedermera i slutet av 2011 ut en ny, egen upphandling. Detta gör att vi som leverantör hamnat i ett mycket ogynnsamt läge och måste lägga varsel om indragning av tre tjänster. Region Gotland har nu genomfört sin nya upphandling av resebyråtjänster from 2012-04-01 Den vinnande byrån ligger på 28 % av vår offererade avgiftsnivå! Det är ungefär som om ett anbud från ett snickare skulle ligga på 100 kr / h när normalnivån på marknaden är 300-400 kr. Nånstans kommer man som anbudsvinnare att ta igen detta prisglapp. I slutändan är det ALLTID kunden som betalar. Vi har haft Regionen som kund i fyra år och vet vilken servicenivå Regionen vill ha. Vår avgiftsnivå är lagd utifrån detta. Utan dolda avgifter på biljettpriserna. Bra service kostar, i alla branscher. Våra avgifter utgör ca 8 % av totala inköpsvolymen. Skulle vi endast ta 1/3 av avgiften, som vinnande byrå tydligen gör, innebär det alltså 2,7 % i marginal. På en volym om 9 Mkr ger det alltså en intäkt till resebyrån om 243.000 kr årligen. Det betalar inte ens en (1) säljares lön på en resebyrå. Tror upphandlarna på allvar att man kommer att få den service man önskar och kräver enligt upphandlingsunderlaget? Ja, det känns bittert att behöva varsla duktiga människor om uppsägning pga arbetsbrist. Det känns nästan lika illa att jobben försvinner från ön. Glädjande är att företag i huvudstaden är intresserade av våra tjänster, det finns kanske möjlighet till framtida tillväxt trots allt. Dock utan kommunal hjälp, även denna gång. Likaså finns arbetstillfällen, åtminstone under säsong, i våra andra bolag så långtidsarbetslöshet behöver inte vara enda utsikten för de som nu drabbas av varsel. Vi kämpar vidare! P.S. Blev just klart att vi under våren bygger om på TOTT Hotel Visby så att vi kan ta emot +100 konfererande gäster. God tillgång till parkering och givetvis havsutsikt. Behöver jag berätta att det kökschef Jonny Jonasson tillagar alltid är delikat? D.S. 22 januari, 2012 Jag kan som företagare inte göra en affär i ett bolag som skadar ett av de andra bolagen, det vore självmord. Men inom kommunala förvaltningar går det alldeles utmärkt att göra affärer som kostar någon annanstans inom samma kommun. Det måste vi få ett stopp på. När förvaltningschefer och nämndpolitiker lär sig att se helheten och tar ansvar för helheten så kommer vi medborgare och kommunen ifråga att få det bättre, det är jag övertygad om. Som privatperson kan man också ta ansvar för helheten. Jag försöker minst två ggr per vecka gå och äta lunch i innerstan samt handla något på ffa ICA Torgkassen. Det är enda sättet att bevara en levande innerstad. Inte fokusera på gnäll över att stat och kommun lämnat Hansestaden för externlägen utan på att bidra på ett sätt som ger de små företagen i innerstan en chans att leva, året runt. Men även jag beställer på nätet och handlar på stormarknader, jag är inte bättre än nån annan. Jag har otaliga gånger hört människor på den gotländska landsbygden beklaga sig över att lanthandeln stängt. När man frågar dem var de själva handlade när lanthandeln fanns är ofta svaret Willys eller ICA Maxi. Dvs affärer i Visby. Tar man inte ansvar för sitt eget handlande så kan inte lanthandeln överleva, eller affärerna i innerstan för den delen. Så kom igen nu, handla lokalt. Läste i veckan om en konsult som kommit fram till att bilarna står parkerade för länge under sommaren i Visbys centrala delar och att regionen därmed bör öka p-avgifterna kommande sommar. Då ser man inte helheten. Hansesta

**id 152**

Årstiderna står för ett svenskt kök präglat av både tradition och kvalitet. Ett kök där internationella klassiker går hand i hand med en kärlek till regionens och årstidens råvaror. Men det är inte nog med detta; i de anrika källarvalven ryms också ett stort mått av otvungen och vänlig atmosfär.Årstiderna är Malmös enda affärskrog med genuint internationell karaktär och har fått lovord av såväl American Express Business Club som Dagens Industri.Hos Årstiderna finns något att njuta av vid alla tillfällen; en avspänd affärslunch, internationell representation, privata högtider eller en romantisk middag på tu man hand. We are, ladies and gentlemen, serving ladies and gentlemen. Utmärkelser och certifikat Här kan du läsa vad några av våra stamgäster tycker om oss:"Årstiderna? Ett riktigt säkert kort med fantastisk..." Klicka här "Jag har i många år frekventerat Årstiderna i Kockska huset och intagit otaliga..." Klicka här "Årstiderna har allt jag vill ha av en god restaurang. Vällagad mat- oavsett om du väljer..." Klicka här Beställ Online Beställ gärna din mat online! Ladda ner vår app, eller placera din order direkt här på sidan. Vi erbjuder både avhämtning och utkörning till hela malmö! Semesterstängt mellan 6 Juli och 2 AugustiVi hänvisar våra gäster till:Årstiderna By The Sea 040-233488www.arstidernabythesea.seSkeppsbron 2 040-306002www.skeppsbron2.comBistro Royal 040-6855656www.bistroroyal.seTrevlig sommar och välkomna åter den 3 Augusti.Winemakers Dinner med Barone Ricasoli den 14 oktober.Ricasoli är den äldsta privata vingården i Italien. den näst äldsta i världen och den största vingården i Chianti Classico området i Toscana.Mer info kommer efter sommaruppehållet, men boka in detta datum i er almanacka redan nu.Läs mer om producenten på www.baronericasoli.com Restaurang Årstiderna har nu en egen mobilapp genom vilken du kan beställa mat, catering, boka bord och mycket mer! Ladda ner den från AppStore & Google Play! Nu kan du boka bord hos oss direkt över nätet. Du får bekräftelse direkt, och påminns via SMS! Du kan beställa mat för utkörning och avhämtning direkt här på webben! Du kan köpa Årstidernas presentkort som gåva eller till dig själv!

**id 153**

danyin dt-2102 hörlurar 3.5mm över örat med mikrofon ergonomisk stereo spel och skype för dator €13.15 Tjäna 1% extra i kontantbonus på alla beställningar Information om upphovsrätt Vänligen notera: När du väljer bilder som behöver anpassas måste du se till att inte bryta mot upphovsrättslagen. Om din bild trots anpassning bryter mot upphovsrättslagen är det du som står ansvarig. Se till att du läst igenom och godkänt våra användarvillkor. Om du inte har några ytterligare frågor kan du klicka på OK för att fortsätta shoppa. Tack igen för att du väljer LightInTheBox.

**id 154**

För ett framtidssäkert samhälle Vi vill bidra till en samhällsutveckling där varje ny generation bygger vidare på tidigare generationers hållbara och naturliga framtidsval. Det har vi gjort sedan företaget grundades för snart 100 år sedan, men på många sätt är den rollen än viktigare i dag i takt med att effekterna av klimatförändringarna blir allt tydligare Vi delar uppfattningen att ett ökat användande av trä från hållbart brukade skogar är ett av de effektivaste sätten att motverka klimatförändringarna. Därför börjar vi tidigt i skogens värdekedja, med långsiktiga och nära samarbeten med entreprenörer och skogsägare för ett långsiktigt hållbart skogsbruk. Det hjälper oss att lyckas i vårt arbete för att utveckla erbjudanden som är så attraktiva på våra marknader att de tränger undan produkter baserade på fossila material. Som företag vill vi ta ett långtgående ansvar för att minska vår egen miljöpåverkan och göra val som är hållbara över tid. De produkter som vi erbjuder ska alltid binda långt större mängder koldioxid än det som genereras av vår verksamhet. Och varje medarbetare har en nyckelroll i vårt ständiga arbete för att bli bättre. Därför vill vi att vårt företag ska präglas av jämställdhet, lika möjligheter och en inkluderande kultur. Vi är också övertygade att vi har en viktig roll att spela när det handlar om förutsättningarna för livet i vår region. Därför samarbetar vi gärna i initiativ och verksamheter som förbättrar och utvecklar vår region, gärna med anknytning till vår egen verksamhet där vi kan vara en aktiv partner. De områden vi valt att fokusera vårt hållbarhetsarbete på är: Hållbara norrländska skogar Motiverande och jämställda arbeten Miljömålsanpassad produktion Växande och förnybara affärer Naturliga engagemang för rikare liv Har du tidsbrist? Vill du grotta ner dig så scrollar du vidare. Vi främjar skogsbruk som tryggar skogsägarens långsiktiga värde genom generationsväxlingarna. Vi gör det genom att ta stor hänsyn till såväl biologisk mångfald, tillväxt och skogens värde. långsiktiga värde genom generationsväxlingarna. Vi gör det genom att ta stor hänsyn till såväl biologisk mångfald, tillväxt och skogens värde. Mål Hållbar råvara Vi avverkar enbart skog som uppfyller riktlinjerna inom controlled wood. Resultatet är utmärkt. Ingen råvara som sågas på Martinsons anläggningar kommer från kontroversiella källor. Biologisk mångfald Vi är ständigt aktiva i branschgemensamma diskussioner och initiativ kopplat till hållbart skogsbruk och tar med oss nya kunskaper i ämnet som tillför värden i vår egen organisation. Resultatet är medelmåttigt. Martinsons har under året deltagit i branschgemensamma initiativ och dialoger. Långsiktiga skogsbruk Vi möjliggör aktiva skogsbruk runt om i hela Västerbotten genom att jobba tillsammans med lokala entreprenörer stationerade i glesbygd och för utvecklande dialoger kring långsiktigt och hållbart skogsbruk med privata skogsägare. Resultatet är utmärkt. Martinsons samarbetar med fler än tjugo entreprenörer runt om i hela Västerbotten och har fortsatt fördjupa relationen till skogsägare i länets kommuner. Motiverande och jämställda arbeten jämställda arbeten Vi har stimulerande arbetsförhållanden som bygger på en nytänkande, jämställd och inkluderande kultur. Vi bidrar till att fler ser träförädling som ett attraktivt framtidsyrke. bygger på en nytänkande, jämställd och inkluderande kultur. Vi bidrar till att fler ser träförädling som ett attraktivt framtidsyrke. Mål Frisknärvaro Vi har en frisknärvaro på 97 procent. Resultatet är medelmåttigt. Den totala sjukfrånvaron är 5.8 procent. Det är kraftigt förbättrat från en nivå på cirka 8 procent 2016. Arbetsmiljö och säkerhet Vårt långsiktiga mål är att inga olyckor som är relaterade till arbetet ska ske. Vi ska ständigt utveckla vår arbetsmiljö i ett strukturerat arbete inom insatsområden som definierats i samråd med anställda. Resultatet är bra. Under 2017 rapporteras totalt 9 olycksfall som krävde frånvaro och 69 olycksfall som inte krävde någon frånvaro. Det är en väsentlig förbättring jämfört med 2016 års nivåer. Jämställdhet och likabehandling Våra medarbetare ska tycka att vi är en arbetsplats där alla ges samma möjligheter att utföra sitt arbete och att hitta nya roller inom Martinsons. Resultatet är bra. I Martinsons medarbetarenkät får frågeområdet kring jämställdhet ett väl godkänt resultat. L

**id 155**

Tunisien är Afrika populära resmål med milslånga stränder, tropisk värme och ett stort utbud av sevärdheter och shopping. Upplev afrikansk kultur och modern livsstil i en intressant blandning. Tunisien ligger i norra Afrika och har med kust mot Medelhavet sol och värme året om. Södra delen av landet består av öken, men Tunisien har även långa, vita stränder, palmer och gröna naturområden. En resa till Tunisien är härlig året runt, men somrarna är varmast med värme upp till 35 grader. Landet erbjuder en intressant mix av afrikansk kultur och västerländsk modernitet. Besök populära turistorter som Sousse, med orientalisk charm och spännande shopping, Monastir, med alla fina restauranger och båthamnar eller Hammamets fantastiska stränder om du vill njuta av sol och bad. För maximal avkoppling rekommenderas Thalassoterapi, som är tunisisk spabehandling med välgörande mineraler. Ta en tur till Djerba, som är en palmfylld ö med otroligt avslappnande strandmiljö. Åk på äventyr till Saharaöknen och rid på kameler – om du klarar av hettan. Port el Kantaoui erbjuder bra golfmöjligheter, moderna restauranger och ett spännande uteliv. Tunisien erbjuder många upplevelser och dagsutflykter. Besök Matmatas grottor och titta på inspelningsplatserna från Star Wars, åk till El Djem och den gamla amfiteatern eller beskåda vacker konst i Sidi Bou Said. Tunisien har ett spännande, varierat kök och alla kan hitta något gott att äta. I shoppingväg finns kläder och prylar i alla prisklasser, från lyxiga märken till mycket prisvärda fynd.

**id 156**

SAS flyger till Bologna i Italien från/via Oslo, Köpenhamn eller Stockholm (beroende på flygrutt). Vi flyger från alla våra destinationer i Europa, USA (Boston, Chicago, Los Angeles, Miami, New York, San Francisco och Washington DC) och Asien (Tokyo, Shanghai, Peking, Hongkong och Singapore). Vi flyger till de flesta destinationerna året runt. Några av våra destinationer är säsongsberoende. Om du vill hitta ett bra erbjudande på nästa flygbiljett ska du se till att boka din resa med SAS i förväg. Gå till vår lågpriskalender för att se en översikt över alla våra destinationer på en och samma plats. Alla SAS kunder har 24 timmars öppet köp på alla bokningar. Så om du ser ett bra erbjudande kan du boka det direkt på nätet och bestämma dig senare. Upplev Bologna med barnen på en familjesemester. SAS erbjuder upp till 90 % rabatt på barnbiljetter för att göra det billigare att ta med barnen på resan till Bologna. Bologna är huvudstaden i regionen Emilia-Romagna i norra Italien och här hittar du ett vidsträckt centrumtorg, renässansarkitektur och medeltida torn. När du inte klättrar upp i medeltida torn eller åker på en av stadens populära matturer kan du spana på folk vid Piazza Maggiore eller ta dig upp till helgedomen Madonna di San Luca. Listan över saker att göra i Bologna är oändlig och det finns något för alla. Som födelseplatsen för spaghetti bolognese (köttfärssås) är Bologna en av de mest underskattade städerna i Italien. Med en vacker historia, rik matkultur och livlig atmosfär erbjuder Bologna en äkta smak av Italien och bör vara på allas måste-se-lista över Italien. Flyg med SAS till Bologna Guglielmo Marconis flygplats för att börja semestern i Italien utvilad och återhämtad. Den ofta förbisedda staden Bologna är en stad som har allt. Här finns kokkonst, arkitektur och historia som kan mäta sig med de bästa i landet, och allt ligger bara ett stenkast bort i Bologna. SAS App kommer att vara din resekompis på hela resan. Boka, uppdatera, uppgradera, checka in och spara ditt boardingkort i appen. Mer information om SAS App Vill du se mer av världen med SAS? Med Scandinavian Airlines och våra partners i Star Alliance kan du flyga till nästan alla länder i hela världen. Låt oss flyga dig till din drömdestination. Vart vi flyger Hos SAS strävar vi efter att säkerställa att våra kunder ska ha en avkopplande och bekväm resa. Oavsett vilken biljettyp du har kan du alltid ta del av våra utvalda kundförmåner. Vad som alltid ingår i ditt flyg till Bologna är enkel incheckning online, kaffe och te ombord och tillgång till SAS App. Föredrar du en ännu bekvämare resa? Uppgradera din flygbiljett till nästa reseklass för att få tillgång till Fast Track, SAS Lounge, prioriterad ombordstigning, WiFi utan avgift (om det finns tillgängligt), måltider och tilltugg ombord och mycket mer. Som medlem i EuroBonus kommer du att tjäna poäng på dina flygningar med oss och våra partnerflygbolag i Star Alliance. Du kan bland annat använda poängen för att betala för nästa resa, uppgradera en flygning eller hyra en bil. Vi koldioxidkompenserar alla biljetter som bokas med ett EuroBonus-nummer. Det innebär att vi nu koldioxidkompenserar över 40 % av utsläppen från våra flygplan. Ta reda på mer om vårt hållbarhetsarbete Vill du göra några slutliga bokningar? Här hos SAS kan du boka en hyrbil som gör transporten från flygplatsen enkel och bekväm. Du kan också boka ett hotell som du vill bo på och sedan är du klar att ge dig ut på resan.

**id 157**

Nerven har kommit tillbaka till fransk fotboll precis när jag loggar ut. Otajmat, så klart, men ändå otroligt kul inför framtiden. Den gångna säsongen har alla strålkastare riktats mot Zlatan Ibrahimovic och Paris Saint-Germain. Det har varit en underbar historia med taekwondo-mål, interna bråk, CL-spänning, skämtdockor och andra zlatanerade saker som ni kan läsa mer om här. Det har med andra ord varit precis som det ska vara med storstjärnor i storklubbar och jag har bloggat med ett stort leende på läpparna. Men det har också varit rätt förutsägbart. Sedan i februari har alla vetat att ligabucklan Hexagoal skulle hamna i Paris. Och i ärlighetens namn visste vi det redan för ett år sedan. Inför nästa säsong har förutsättningarna vänts upp och ner, tack vare en stenrik ryss och obefintliga skatter i ett furstendöme nära Medelhavet. Nu blir Ligue 1 en spännande duell mellan det nyrika PSG och det ännu nyrikare Monaco. Jag och många andra franska fotbollsfans slickar oss om munnen när vi följer den sjuka värvningshysterin som drabbat landet. Alla vill veta vem som vinner slaget mellan oligarken och shejkerna. Alla vill veta om fransk fotboll går segrande eller blödande ur striden. Vi vet redan nu att PSG inte kommer att kunna leka hem ligan och vissa experter rankar till och med Monaco högst nästa säsong. – Man pratar ofta om att det tar ett tag innan spelarna i ett lag lär känna varandra. Men det är inte sant, de stora spelarna hittar alltid varandra på planen. Monaco kommer som sämst att sluta tvåa bakom PSG, säger RMC:s radiotyckare Éric Di Méco. På ett sätt känns det synd att lämna bloggen just nu, eftersom det hade varit kul att skriva om vilka storstjärnor som kommer leka med Falcao på rivieran – och om Zlatan lyckas fly västerut. Samtidigt är det alltid nyttigt med en paus från sin hobby, särskilt för sådana som har en tendens att ge sig hän lite för mycket. Som jag. Sent i går kväll lyssnade jag med stort intresse på en lång radiointervju på RMC Sport med Ligue 2-klubben Nimes president Jean-Louis Gazeau. Sedan började jag fundera över vilka av den lilla föreningens unga talanger som skulle stanna och vilka som var aktuella för spel i Ligue 1. Sådana tankar har inte normalt funtade människor. De tänker på jobbet, sina familjer, tv-serier och kanske klättring eller ommålning av balkongräcken. Typ. Jag ska försöka att bli lite vanligare de närmaste veckorna, hänga på stranden i den lilla staden vid Atlantkusten utan att tänka på att något Ligue 1-lag faktiskt kan ha träningsläger just där. Jag ska hugga ved, bada och leka kurragömma. Men när ingen ser smyger jag iväg, plockar upp telefonen och klickar in på Nimes officiella hemsida – bara för att kolla läget. … och tack så enormt mycket till alla er som läst, gett insatta kommentarer och snälla tillrop! Ni har gett massor av inspiration och nya idéer. Zlatanometern sjunker några snäpp, eftersom inga nya trovärdiga flyttrykten om svensken har dykt upp i dag. L’Équipes uppgifter om att Leonardo skulle gå in som tränare tillsammans med Carlo Ancelotti, för att sedan ta över på bänken, får dock värdet att stanna vid höga 50 procent. Zlatan har som bekant sagt att PSG behöver en erfaren stortränare. Det är inte ”Leo”. Leonardo fick betala för sin arrogans Få hade nog räknat med den stenhårda domen mot Paris sportchef Leonardo, som stängs av i nio månader efter sin berömda knuff mot domaren Alexandre Castro. Inte PSG, inte Fotbollsfrankrike och knappast Leonardo själv. Hela historien har varit en orgie i undanflykter. När den temperamentsfulle brasilianaren först konfronterades med uppgifterna om knuffen sa han att ”inget hade hänt, vi diskuterade”. När han sedan blev överbevisad av tv-bilderna valde han att skylla ifrån sig på matchdelegaten Marc-Gérald Biolchini. Men när Biolchini sa att han inte alls var upphov till knuffen hänvisade Leonardo till bilder från övervakningskameran och upprepade gång på gång att det var han som blivit attackerad. Ingen trodde honom

**id 158**

Rollspel och äventyr Har nu fått releasedatum spikat till 18e september, ska bli trevligt att spela det gamla favoritspelet ännu en gång! Det intressanta är hur pass uppdaterad grafiken är, väldigt låga systemkrav så jag är lite orolig att det nästan bara är stöd för högre upplösningar.. Spännande med nya karaktärer och lite sånt också, + allt nytt från bg2 om jag inte läst fel. Vad tror ni? Kan bli trevligt att ha på paddan och slöspela ibland också! Mjo, är ju trevligt att de uppdaterar och fixar till en sån gammal klassiker lite. Vad jag förstår är dock grafiken inte något de bråkat med sådär särskilt...se t.ex. Jaaaa. Mer nytt än jag förväntade mig. För övrigt så står sig grafiken riktigt bra fortfarande, både BG1 och 2, finns ingen anledning att ändra på den. Förutom upplösningen då självfallet, BG1 hade djävulskt låg upplösning utan mods.

**id 159**

En förstudie som undersöker befintliga tjänster samt utvecklarnas hantverk för att uppnå machine intelligence. Författare: Marcus Österberg Version: Webbversion 1.0 Släppt: 2018-06-06 Licens: Allmän handling Ladda ner som ebok hos: Innehållsförteckning - SammanfattningHypotes 1: bearbeta och förstå anamnes och patientberättelserHypotes 2: röst- och konversationsbaserat användargränssnittHypotes 3: Computer Vision och deep learningSammanfattat - Bakgrund till artificiell intelligens (AI)Vad menas med “intelligens”?AI är inte bara en sak, men för det mesta är det machine learning som avsesTräna upp neurala nätverk för att efterlikna en hjärnaDeep learning orsaken till förnyat intresse i AIEn självinstruerande maskin? Supervised vs Unsupervised vs Reinforcement vs Transfer!Att skapa en maskin med minne för detaljer?Vad är bra nog som resultat för machine learning?Styrkor som talar för machine learningVad är bristerna idag? Toy problems, bland annat! - Vad vi undersöktHypotes 1: Natural Language Processing (NLP) för att bearbeta anamnes och patientberättelserHypotes 2: Tal- och konversationsbaserade gränssnitt kan underlättaHypotes 3: Computer vision för att maskinellt se, skapa eller inspektera bilder (ibland med deep learning)Etiska frågeställningar - Resultat - Slutsats – vad vill vi göra framåt? - Appendix Sammanfattning Nedan följer en sammanfattning av våra tre hypoteser, vad vi undersökt och tankar framåt. Vår avsikt har varit att undersöka leverantörernas erbjudande samt att få koll på hur man går tillväga för att göra grundjobbet själv. Vi kan redan här konstatera att det inte är artificiell intelligens (AI) vi jobbat med utan snarare machine learning (ML). De personer som verkar se nyktert på hajpen kring AI tycks vara eniga om att ML visserligen är ett delområde inom AI, i akademiska kretsar, men att vi kommer få vänta minst några årtionden till innan vi har en meningsfull AI. Så i rapporten kan vi möjligen relatera till den förhoppning som finns med AI i framtiden men vi vill vara tydliga med att vi anser att machine learning är ett mycket lämpligare begrepp för var teknikutvecklingen står idag. Möjligen att även machine intelligence, som används en del i akademiska sammanhang, sätter rätt förväntningar. Hypotes 1: bearbeta och förstå anamnes och patientberättelser Först behöver vi göra åtskillnad på begreppen anamnes och patientberättelse. Med anamnes avses i denna rapport den av vårdpersonal inskrivna sjukdomshistorien, visserligen lämnad av patienten vid vårdtillfället, men det är ett styrt samtal med ett mål om att få en bra helhetsbild så som vi i vården vill strukturera historien för att ge bakgrunden till det vi kommer att göra. En patientberättelse däremot är så som man berättar det mer spontant och i andra sammanhang. Anledningen att vi behöver göra skillnad beror på att vi i vården har mängder med anamnes kopplade till besök. När det gäller berättelser kan det lika gärna vara en app i form av en hälsodagbok, eller så som de utan styrning skulle logga sin hälsa. Anamnes kan sägas vara information given vid en viss tidpunkt och individens berättelse blir information som täcker in en tidsperiod. Genom tekniken naturlig språkförståelse, NLP (Natural Language Processing), kan vi plocka ut vad en person pratar om, och vad de har för symptom (genom NER, Named Entity Recognition). På så vis kan vi slå upp mot medicinska kodverk, vårdplaner och riktlinjer vad som är en lämplig aktivitet. Under förstudien har vi främst matchat anamnes från thorax mot kodverket ICPC (International Classification of Primary Care). Men metoden kan naturligtvis användas med andra kodverk som används, till exempel Snomed CT, ICD-10 och KVÅ. När vi utvärderat Amazons AWS-tjänst för NLP hälsar den vänligt men bestämt att den inte stödjer svenska, och vi är inte trygga med att automatiskt översätta utan att förlora eller förvanska information. Men att göra NLP mer manuellt (och på svenska) verkar vara görbart genom ramverk som NLTK (Natural Language Toolkit) samt att man kan bearbeta det

**id 160**

Infing funderar: Ice age Han påminner om nån i Ice age! Han kanske känner sig som nån i Ice age? Tack snälla för din kommentar...jag blir alltid lika glad! Född på 60-talet, gift, stor- och småbarnsmamma + styvmormor. Trädgårdsfixar och fotograferar, med intresse för ja, nästan allt faktiskt :-)

**id 161**

Karin Lindén bjuder in till: Retreat på Lönnbacka med praktik av KUM NYE tibetansk meditation & yoga som leds av Stig Albansson 28-30 juli Dessutom med mat av Angelina Naturalis: Vad du kan förvänta dig En tid med trevligt umgånge, en plats som inspirerar, praktik som ger avslappning och djupare kontakt med din kropp, utsökt närande och vacker mat. Stillhet och meditation blir centrala delar, men också tid för samtal och promenader i den livgivande naturen. Några ord från Karin om Lönnbacka Skogen. Väntar på dina fötter och dina sinnen. En del av meditation och träning kan komma att vara i just skogen. Här kommer vi nära naturen också i oss själva. Vad är Kum Nye? Lite kort om Kum Nye: Det kallas yoga men liknar inte det vi förknippar med yoga i väst. Alla kan delta och man behöver inte alls vara tränad för att få ut något av praktiken. Vi använder fysiska kroppen men tränar egentligen mer den inre subtila kroppen och energin. Rörelserna kan vara både lugna och mycket dynamiska, men det handlar inte om att göra dem “rätt”. Vi rör oss och känner rörelserna, men är ännu mer intresserade av hur det känns i kroppen. Vi kallar allt vi upplever i kroppen för känslor & förnimmleser (feelings & sensations) Ett ytterligare försök att beskriva hur Kum Nye är: “Vi sitter först en stund. Rörelserna kan vara stående, sittande och ibland ligger man på golvet. Fokus är på hur kroppen rör sig, och hur upplevelsen är i kroppen. Det är faktiskt viktigare att känna vad som händer i kroppen än att göra rörelserna “rätt”. Bara genom detta, kommer förändringar att ske. Vi kommer väcka upp de delar som är avstängda, och låta de som är överaktiva komma mer i balans. Vi arbetar också med andningen, och andas på ett speciellt Kum Nye-sätt som känns ovant i början men snart blir till stor hjälp. När vi rör oss, rör vi oss ofta långsamt. Detta för att känna mer vad som pågår. Men inte alla övningar är långsamma och stilla. En del är mycket kraftiga och dynamiska, och det är mellan dessa kontraster vi börjar känna en större kontakt med ett inre lugn och stillhet. Tystnad, stillhet, balans, och att känna oss mycket mer levande är vad praktiken leder till. Vi sitter också mellan rörelserna och det sittandet leder till meditation. Kum Nye – Tibetan Yoga, A complete Guide to Health and Well-Being, 115 Exercises & Massages by Tarthang Tulku Rinpoche. Based on the Tibetan medical system, Kum Nye consists of exercises developed by Rinpoche to relieve stress and promote the deep relaxation necessary to experience the full benefits of meditation. It is both a natural healing aid and a means for deepening meditation. An effective means to become fully comfortable in our embodiment, Kum Nye consists of breathing, massage, postures and movement exercises that release blockages and allow energy to flow unobstructed through body and mind, restoring the wholeness of being. Kum Nye integrates and balances physical and psychological approaches to harmonize the energies of body and mind. The deep relaxation produced releases a vibrant, intense flow of feeling that renders all experience richer, healthier and more beautiful. Tider Helgen börjar och slutar med gemensam middag Fredag 28 juli Samling runt 15-16 Middag kl 17 Kum Nye Introduktion och praktik kl 18.30-21 Lördag 29 juli Morgonpraktik kl 8-8.45 Frukost kl 9 Praktik kl 10-12.30 Lunch och Fri tid kl 12.30-15 Praktik kl 15-17 Middag kl 17.30-19 Meditation kl 20-21 Söndag 30 juli Morgonpraktik kl 8-8.45 Praktik kl 10-12.30 Lunch och Fri tid kl 12.30-14.30 Praktik kl 14.30-16.30 Middag och Avslutning kl 17 Bra att ha med: lediga kläder meditationskudde om du har yogamatta och/eller filt Retreaten leds av Stig Albansson Jag kom i kontakt med Kum Nye på en 6 månaders utbildning/retreat i Human Development på Nyingma Institute i Berkeley Kalifornien -96/97. Något i praktiken talade till mig och den har funnits med sedan dess. Började leda grupper när jag kom tillbaks till Sverige. Framförallt har dessa grupper hållits på Föreningen för tibetansk buddhism i Göteborg. Sedan 2010 har jag lett en

**id 162**

Eduard Schön Eduard Schön, född 23 januari 1825, död 27 maj 1879, var en österrikisk tonsättare, känd under pseudonymen E. S. Engelsberg. Schön har komponerat omtyckta, särskilt humoristiska manskörer, dessutom pianosonater, stråkkvartetter och orkesterverk, vilkas publicering han dock förbjöd i sitt testamente. Källor[redigera | redigera wikitext] - Svensk uppslagsbok. Malmö 1931.

**id 163**

Alla gillar vi att göra saker och ting själv och vissa saker får man göra själv och andra inte. Svårigheten är att känna till vad det faktiskt är man får och inte får göra. Då vissa saker kan leda till att försäkringen inte gäller längre eller att man faktiskt begår ett brott. Visserligen är det ett brott som sällan leder till domstol men om det upptäcks kan det göra det. Därför måste man se till att man känner till vad man själv får göra. Då det är roligt att bygga och fixa saker och ting själv så är det något som vi verkligen rekommenderar. Det finns nämligen en gör-det-själv person i oss alla. Det betyder dock inte att alla är lika bra på det. 1. Vet dina begränsningar Något som många inte tänker på är om de faktiskt kommer att slutföra projektet de påbörjat. Det är nämligen väldigt viktigt att känna till ens egna begränsningar. Så att man inte påbörjar något som man senare inte gör klart. Det leder ofta till att man måste ta in en hantverkare eller att det aldrig blir klart och förstör hemkänslan. 2. Var ärlig mot dig själv När du ska göra ett större projekt och du har tiden för att slutföra det så måste man tänka på om man kommer att göra jobbet bra. För man kan självklart bygga en altan själv men om man bygger fel så kommer någon annan behöva göra om jobbet. Något som tar rätt mycket på självkänslan och dessutom kostar mycket mer i slutändan. Så var ärlig mot dig själv och tänk på om du har kompetensen att göra jobbet bra eller inte. 3. Kostnadsöversikt Många har inte alla verktyg som behövs och inte heller materialet som behövs liggandes hemma. Så ibland kan det bli billigare att låta någon annan göra jobbet än att köpa in allt. Detta gäller enbart om det är ett enda projekt man tänkt göra och ingenting mer. Då är det bortkastade pengar. 4. Planering Försök att planera arbetet så noggrant som möjligt så att du vet att du har tid, pengar och rätt utrustning när du behöver den. Det är inte alltid enkelt att planera ordentligt om man inte har gjort något projekt tidigare men det är en nyttig erfarenhet. För ofta bygger man inte allt på en gång utan gör det i etapper. Vilket gör att man då också måste planera så att man har rätt material och utrustning på plats när man ska göra jobbet. Annars kommer det ta mycket längre tid än vad det behövt göra. 5. Budgetera och jämför priserna Att göra en budget över vad saker och ting kostar och att följa den är väldigt viktigt när man bygger om själv. För hela vitsen utöver att det är roligt är självklart att spara pengar. Därför är det viktigt att man både budgeterar projektet och jämför priser mellan olika butiker. Då kommer man i längden att göra arbetet mycket billigare och enklare. Om man ska flytta många och tunga saker så kan det vara så att man ibland behöver en kranbil för att lyckas med detta. Det finns flera omständigheter då man faktiskt inte har så många alternativ till detta då det ibland saknas hiss eller att den som finns är för liten. Något som då kan krävas att man använder sig av en kranbil för att få in sakerna i lägenheten. Det finns flera olika alternativ utöver detta när man faktiskt behöver en kranbil och det kan vara något så enkelt som att man behöver fälla ett träd. Om trädet då står dåligt till så kan det krävas att man helt enkelt använder en kranbil när man fäller det. Man använder då oftast fällningssättet som kallas för segmentfällning. Det betyder att man fäller trädet bit för bit istället för allt på en gång. Något som minskar risken för att personer eller egendom ska bli skadade. Då krävs det också en kranbil för att kunna göra detta. Men det finns många fler anledningar till att det ibland är som så att man behöver en kranbil. Oftast är det som sagt att man behöver lyfta upp något tungt till en lägenhet. Hyra en kranbil Att hyra en kranbil är inte speciellt svårt då det finns gott om företag som hyr ut sådana. Oftast får man även med en person som sköter den om man själv inte har rätt utbildning. Det är på många sätt det enklaste sättet att flytta på. För även om det enbart är lådor som ska bäras upp så kan det i vissa fall saknas hiss. Då är en kranbil något som markant underlättar det man försöker göra. Man kan då enkelt dela upp de personer som hjälper så några packar på kranen och andra packar ur kranen. Men som med allting idag så är det enklast att

**id 164**

Skulpturparkernas år Vårt Husbilsår 2020 kan sammanfattas som Skulpturparkernas år. Skulpturparkernas år, känns bättre än att kalla det för Coronans år, även om pandemin har präglat hela vårt resande under året. På grund av detta envisa virus och den smittorisk det för med sig har vi valt att hålla oss inom Sveriges gränser under hela året. Dessutom hade vi i åtanke att det skulle gå att komma hem ganska snabbt om något skulle hända. Ett avsteg från detta gjorde vi i samband med att Brittas mamma vart sjuk och inlagd på sjukhus i Vasa. Då tog vi husbilen över till Finland och var där lite drygt tre veckor. Bortsett från dessa Finlandsveckor, har vi åkt en del kortare turer i Sverige. På dessa resor har vi besökt fyra skulpturparker vilket inte alls var planerat från början. Våren 2020 tillbringade vi hemma i vårt vackra Torshälla Hela våren och en bit in på sommaren tillbringade vi hemma i Torshälla. På våra dagliga promenader passerar vi ett tiotal skulpturer, av alla som finns i vår närmaste omgivning, utan att tänka så mycket på det. Enligt den lilla plan som var utstakad för 2020 års husbilsresor skulle vi åkt ner i Europa i slutet av april och vara ute 8-10 veckor. Italien och Kroatien längtar vi till så dit hade säkert resan gått. Sommaren hade kanske tillbringats i Sverige och på hösten kanske ytterligare en Europaresa. Nu vart det inte riktigt så på grund av den pågående pandemin. Under våren var det ju dessutom rekommenderat att gamla och sköra 70 plussare skulle hålla sig hemma (har aldrig känt mig så gammal som då). Icke nödvändiga resor skulle inte göras o.s.v. Dessutom saknades lust för att ge sig iväg med husbilen under rådande omständigheter. Första juni 2020 kom vi igång med några kortare resor. Första turen gick till min födelsestad Karlskoga och Boforsudden, där vi hälsade på släktingar bland annat. Kristinehamn och den trevliga ställplatsen vid gästhamnen fick också ett besök. En liten tur på sammanlagt en vecka. 18 juni åkte vi till Lyrestad för att fira midsommar vid kanalen. Stannade flera dagar och cyklade varje dag längs med kanalen. En dag till Sjötorp för att köpa rökt Sik en annan till Hajstorp för en fika, en tur till Töreboda osv. Förflyttade oss sedan ett par mil till Mariestad, för att träffa husbilsvänner under några dagar. Solen sken och det var varmt och skönt. Två veckors karantän i Korsnäs, Finland I juli vart Brittas mor sjuk och hamnade på sjukhus, efter ett par dagar försämrades tillståndet hastigt. Vi fattade då beslut om att åka över till Finland trots rådande pandemi och följande morgon tog vi färjan från Kapellskär över till Nådendal. Finland hade ju karantänskrav om 2 veckor för svenskar, men vi hade ju eget boende i husbilen så det var inga problem. Vi kunde ju vistas utomhus och fick hjälp med att handla matvaror. Tyvärr avled modern 89 år gammal, och begravning kunde ske medan vi var kvar. Sensommarens resor Först en tur till Vingåker där vi övernattade, för att sedan fortsätta till Kvarntorp för ett besök på Kvarntorpshögen och den högt belägna skulpturparken. Här hittar du ett inlägg om det >>> Konst på hög Därifrån till Askersund och den centralt belägna ställplatsen med utsikt över hamnen. Fortsatte nästa dag till Hjo där vi övernattade på parkeringen bakom biblioteket. Åt en pizza på en restaurang när vi fick se vår förra husbil åka förbi fönstret. Vi rundade Vätterns sydligaste spets och stannade en natt på ställplatsen i Huskvarna. Dagen därpå fortsatte resan till Gränna där vi hade bestämt träff med husbilsvänner. På kvällen gick vi på restaurang hela sällskapet och åt plankstek. Följande dag åkte ett par vidare men vi plus ett par stannade en dag till och turistade lite i det mysiga Gränna. När vi sedan lämnade Gränna åkte vi till Trosa för en övernattning, innan denna lilla tripp nådde sitt slut. Resa i ljuva september Denna septemberresa startade med en tur till Mariestad och efter en övernattning fortsatte vi till Trollhättan och en plats vid kanalen

**id 165**

ANVÄNDARVILLKOR FÖR WEBBGALLERIAN 2018-09-01 1. ALLMÄNT 1.1 Webgallerian Scandinavia, Box 93, 184 21 Åkersberga, Org. nr: 556898-4453, E-post: hej@younitedboutiques.se("Webgallerian") driver och upprätthåller en marknadsplats på hemsidan www.younitedboutiques.se("Webbplatsen"). 1.2 Webbplatsen är en gemensam marknadsplats för olika webbutiker ("Företag") och via Webbplatsen kan du som kund köpa en mängd olika produkter och tjänster från olika Företag. 1.3 Dessa användarvillkor reglerar användningen av Webbplatsen. GENOM ATT ANVÄNDA WEBBPLATSEN OCH GENOM ATT ACCEPTERA DESS VILLKOR BEKRÄFTAR DU ATT DU HAR LÄST, FÖRSTÅTT OCH ACCEPTERAT DESSA VILLKOR. Om du inte accepterar dessa villkor, kan du inte använda Webbplatsen. 1.4 Dessa villkor och annan information på Webbplatsen kan ändras och uppdateras. Du är skyldig att hålla dig informerad och uppdaterad om dessa villkor. Vi rekommenderar därför att du besöker och läser igenom dessa villkor varje gång du besöker Webbplatsen. 2 ANVÄNDARKONTO OCH REGISTRERING PÅ WEBBPLATSEN 2.1 För att kunna utnyttja erbjudanden och för att använda MinGallerian måste du registrera ett användarkonto("Konto"). 2.2 Registrering av Kontot sker genom att du fyller i uppgift om namn, e-postadress, adress och genom att du skapar ett lösenord för Kontot. 2.3 För att utnyttja erbjudanden du får via WebNyckeln och göra köp på Webbplatsen måste du vara över 18 år eller ha inhämtat målsmans tillstånd. Genom att acceptera dessa villkor bekräftar du att du uppfyller detta krav. 2.4 Du är skyldig att lämna fullständiga och korrekta uppgifter vid registrering av Kontot samt att hålla dessa uppgifter uppdaterade. 2.5 Du ansvarar för ditt lösenord och för att alltid hålla detta hemligt. Du ansvarar för säkerheten för ditt lösenord och du ansvarar själv för all obehörig användning av Webbplatsen och via Kontot som görs med detta lösenord. 2.6 Om du misstänker att någon annan använt ditt lösenord utan ditt tillstånd måste du genast kontakta Webgallerian, vilket du kan göra på följande sätt: E-post:hej@younitedboutiques.se 2.7 Webgallerian ansvarar inte för kostnader, skador och liknande som uppkommer på grund av att Kontot innehåller felaktiga och/eller inaktuella uppgifter. 2.8 Webgallerian har rätt att avbryta kundrelationen och inaktivera Kontot vid brott mot dessa villkor samt vid misstanke om missbruk av användarkontot eller inloggningsuppgifter. 3 KÖP PÅ WEBBPLATSEN 3.1 Allmänt 3.2 Via Webbplatsen kan du köpa varor från olika Företag. I anknytning till varje vara på Webbplatsen framgår vilket Företag som säljer och levererar varan. 3.3 Köp ingås med det Företag som valt att sälja sina varor via Webbplatsen och inte med Webgallerian. Detta innebär att de allmänna villkor som tillämpas av Företaget gäller för köpet. Allmänna köpvillkor för respektive Företag finner du i kassan och även på varje Företags butikssida i Webgallerian. 3.4 Webgallerian hjälper Företagen att administrera betalningar och förmedlar kontakten mellan dig och Företagen. På uppdrag av Företagen ser Webgallerian även till att du får en orderbekräftelse på ditt köp. Eftersom köp ingås mellan dig och Företaget kan Webgallerian inte hållas ansvarig för eventuella förseningar eller fel i den vara eller tjänst som du köper. 3.5 Vid försening av eller fel i vara kan du vända dig antingen till Webgallerians "first line support" eller till det Företag ifrån vilket din vara levererats. Uppgifter till Företagets kundtjänst hittar du till exempel i Företagets allmänna villkor eller på Företagets webbplats. 3.6 Priser och Betalning 3.7 Samtliga priser som anges på Webbplatsen är inklusive moms. Vid beställning via Webbplatsen gäller de priser som anges på Webbplatsen. Betalnings- och fraktavgifter anges separat. 3.8 När du ska betala för ditt köp har du möjlighet att välja att betala med bankkort eller genom MasterPass™, förutsatt att du har anslutit något av dina bankkort till MasterPass™. Är du inte ansluten till MasterPass™ men vill ansluta dig ska du kontakta din bank. Du slussas även vidare till din bank om du väljer

**id 166**

Möbler är de saker vi inreder våra hem med som ska tillfredsställa olika typer av dagliga behov, till exempel att sitta, ligga, förvara, och så vidare. Men många skulle nog hålla med om att inredning är mycket mer än så. Att välja möbler och placera ut dem i hemmet innebär en möjlighet att skapa en

**id 167**

Lagen om distansavtal med bland annat tydliga krav om information om ångerrätt, gäller enbart om ett avtal som ingås inom ramen för ett av säljföretaget organiserat system för att träffa avtal på distans (ex webshop, kundkorg, köpknapp med e-signering av avtal) och om kommunikationen uteslutande sker på distans. Vid tecknande av privatleasingavtal finns ett avtalsmässigt glapp mellan att leasingtagaren bestämmer sig för bilen fram tills att den lämnas ut efter att leasingavtalet undertecknats. För att minimera bilhandlarens risk vid bl.a avhopp, har vi tagit fram en beställningsblankett som binder leasingtagaren vid sin bilbeställning, fram till dess att leasingavtalet skrivs under, leasingavtalet med leasinggivaren (vilket oftast sker först i samband med leverans). I villkoren kopplade till denna beställningsblankett finns regler om skadestånd vid avbeställning före leverans. Â© 2020 MRF | Ansvarig utgivare fÃ¶r mrf.se Ã¤r Tommy LetzÃ©n, utsedd av MRF (Motorbranschens RiksfÃ¶rbund) och registrerad hos Myndigheten fÃ¶r radio och tv.

**id 168**

De flesta varit i Turkiet har säkert upptäckt att det finns mat och dryck precis överallt. Turkisk mat är fantastiskt god varierad och i många fall nyttig. Den som åker till Turkiet för att äta kommer inte bli besviken. Speciellt inte om man åker till Istanbul, som likt många andra storstäder, kan erbjuda en stor variation av mat från landets olika regioner. Vi hade förmånen att upptäcka Turkiet och dess mat från flera platser, vilket resulterade i denna artikel om mat från Turkiet. Detta är vår matresa genom det turkiska köket! Vad bör man äta i Turkiet? Vad bör man då äta i Turkiet? Pide, Gözleme, Köfte och Kebab i alla dess former. Listan på maträtter i Turkiet kan göras lång. Vi tänkte därför att vi skulle guida dig genom de mest populära maträtterna vi åt under vår resa genom Turkiet. Vi ger också några tips de restauranger som vi testade de olika maträtterna på så att du som besöker Turkiet kan njuta samma kulinariska upplevelse som vi fick göra. Dessa tips är speciellt användbara för dig som ska resa till Istanbul, Göreme och Pamukkale. Men förhoppningsvis även användbart för dig som besöker andra delar av Turkiet, då dessa populära turkiska maträtterna återfinns över hela landet. Pide Pide kan bäst förklaras som en ovalformad version av en pizza, eller en öppen pirog om man så vill. Det finns dock olika typer av Pide. Den vanligaste sorten, och den som du som turist kommer att stöta på kallas för Içli Pide. Denna typ av pide har sina rötter i norra Turkiet och den lilla staden Bafra. Precis som med pizza finns det massor av smakkombinationer så det är en bra rätt om man exempelvis reser med barn eller någon som är kräsen med maten. Pide är extremt populärt i Turkiet och det vore en stor förlust att besöka landet utan att äta detta. Pide var det vi åt mest av i Turkiet, då det fanns precis överallt, i Pamukkale, Kappadokien såväl som i Istanbul. Att det fanns så många varianter och att det var billigt bidrog även det till att vi åt detta så pass ofta. Riktigt gott och ingen pide smakade som den förra. Ett tips, om du vill äta pide som ett proffs, är att beställa den med ett okokt ägg ovanpå den nygräddade piden. Detta visste vi inte och fick därför äta pide som de residioter vi är. En annan sak som kan anses vara idioti är att jämföra pide med pizza. Pide är pide och pizza är pizza! Menemen En annan vanlig maträtt som är vanligt till frukost är Menemen. Menemen beskrivs ofta som “en turkisk omelett”. Detta är inte helt korrekt då äggen, som återfinns i en sås baserad på tomater och paprikor, är pocherade och inte i en äggröra som man tänker sig att en omelett ska vara. Ingredienserna för en Menemen kan variera beroende på vilken typ av Menemen man beställer men en traditionell Menemen innehåller, förutom ägg, tomater, grön paprika och grön chili. Ofta blandas även ost ned i röran tillsammans med kryddstark korv (Sucuk) för att smaksätta rätten ytterligare. Till Menemen är det vanligt att det serveras bröd som man använder för att få upp den goda tomatsåsen. Ett tips är att undvika att beställa en traditionell turkisk frukost och en gryta Menemen under samma sittning. Båda beställningarna är massiva och man måste ha en extremt stor aptit om man ska få ner alltihop, speciellt om man bara är två stycken. Vi beställde aldrig menemen på restaurang men vi åt den som en del av frukostbuffé på ett av hotellen vi bodde på. Lahmacun Precis som Pide så beskrivs även Lahmacun som en turkisk version av pizza. Vi skulle snarare beskriva Lahmacun som pizza på tunnbröd, som är mycket sprödare än det man brukar kalla för pizza. I våra ögon var Pide mer likt en pizza till smak och konsistens. Med detta sagt så är Lahmacun ett gräddat tunt bröd som toppas av diverse tillbehör som köttfärs, lamm, paprika, lök och andra grönsaker. Precis som många andra rätter i Turkiet har även andra länder i mellanöstern sin version av Lahmacun. Armenien, Libanon och Syrien är alla länder som har liknande rätter men

**id 169**

Går nu vidare med en uppföljning av senaste inlägget. Några vanliga banker och marknader har valts ut. Förutsättningen är att du köper aktien i ISK (investeringssparkonto). Hittar dock väldigt få skillnader i courtage och växling ifall du istället köper i kapitalförsäkring eller vanlig depå. Möjliga aktier i ISK inom norden Avanza, Nordea, Nordnet, och Skandiabanken har inga begränsningar i aktier som går äga i ISK för Norden, förutom Island. Aktieinvest har däremot kraftiga begränsningar, bara ett 30-tal stora aktier går att köpa i Norge t.ex. Märkligt nog tycks ingen av bankerna erbjuda handel av Isländska aktier, inte ens i vanlig aktie- och fonddepå. Handelsbanken, som inte är med i jämförelsen, är den enda aktör jag hittat som klarar av Isländska aktier. De nämner även att aktier i Japan är okey i ISK, men en stor nackdel är att man verkar behöva handla via kontor. Amerikanska aktier Även här är exemplet att du köper för 20 000 kr. Nordnet och Avanza toppar även här också. Nordeas okända växlingsavgifter gör att de kan vara dyrast. Lägger du större ordrar lär Skandiabanken bli bästa alternativet p.g.a. avsaknad av växlingsavgift. \*Aktieinvests avgifter beror på hur många aktier som ingår i ordern, se förklaringen ovan till Norgeexemplet. \*\*Nordea har som enda bank ett tillägg som ser ut att avse även USA, nämligen "Utländska avgifter i % av köpeskillingen 0,1-0,3%" men de har inte besvarat frågan om det är aktuellt i USA. Möjliga aktier i ISK i USA Avanza har minst begränsningar, och Nordea framstår också som ett bra val i just denna fråga. Men ingen erbjuder direkt handel på OTC eller Pink Sheets för ISK-depån\*. Nordnet har märkligt nog ett mindre utbud än Avanza, och Aktieinvest har ett i sammanhanget dåligt utbud. Skandiabanken sticker ut genom att de inte ens redovisar vilka aktier man kan köpa. Att New York t.ex. var okey fick jag reda på genom ett mailsvar. Har skickat följdfrågor om hela utbudet. De har visserligen en riktigt bra frågesupport, men allt känns allt ändå lite osäkert. Hur vet man t.ex. om något ändras och hur sprids infon internt utan ett "dokument"? Länkar till ISK-utbudet: Nordea Avanza Nordnet Skandia? \* Genom Avanza kan man köpa sekundärlistade aktier i USA om primärlistningen är okey, t.ex. Tesco PLC. Vet inte hur andra banker gör. Rättvisande bild eller inte? Till att börja med är Nordeas fula drag att inte redovisa växlingsavgiften en försvårande faktor. En annan oklarhet är om alla banker använder samma valutakurser som utgångspunkt. Om Skandiabankens "inga avgifter" utgår från en annan valutakurs än Avanzas påslag på 0,25 procent så kan allt kastas på ända. Skandiabankens mailsvar är dock oväntat bra och tål att lyftas fram i dagsljuset: "Då Skandiabanken i dagsläget inte är någon valutabank så tar vi inte ut någon valutaväxlingsavgift, vi ”skär” alltså inte någonting i priset när du handlar med utländska värdepapper. Vi får kurser från vår valutabank som vi använder oss utav för handel av utländska värdepapper." En gissning, eller kanske förhoppning, är att det finns en gemensam valutanivå (valutafixing?) som bankerna utgår från. Jämför med riksbankens info. Men jag tycker det är svår läsning och får ingen överblick över denna fråga. Angående Avanzas och Nordnets avgifter är de kanske något "dopade" eftersom de kopplas till den för tillfället svaga dollarn (inte SEK). Att Skandiabanken inte klart och tydligt kan redovisa möjliga börser för investeringar i ISK försvårar bilden i den delen. Sammanfattning och fortsättning Jag tycker att Avanza leder, följd av Nordnet. Skandiabanken hade mycket väl kunnat utmana om topplatsen ifall de kunnat redovisa sitt utbud på ett tydligt sätt. Aktieinvest är en udda fågel, och

**id 170**

Blev att åka färja igår, inte gjort det sen jag var i Norge och jobbade Ett lass till Ekerö och det går så mycket fortare än att köra runt hela svängen. Lika obehagligt nu sin det var när jag började på Tine

**id 171**

Dom är en domstols slutliga, formella avgörande i saken prövad av en jury eller domare i en civilrättslig tvist eller ett brottmål. En dom kan också avgöra en oklarhet om ett rättsligt förhållande. Med denna uppdelning kan man indela domar i tre grupper Civilrättsliga domar Brottmålsdomar och En dom är det slutliga steget i en juridisk process. En dom som fälls förutsätter att det finns en eller flera domare och ett normsystem (lagar), som ska tillämpas. I civilmål fordras en part som anhängiggjort talan och en motpart, ofta betecknad svarande samt ett yrkande. I ett brottmål fordras en åklagare och en misstänkt som anklagas för ett påstått brott. I domen skall finnas: en rubrik som redogör för uppgifter om rätten och parterna, enrecit som redogör för de yrkanden och invändningar som uppkommit under huvudförhandlingen samt grunderna för dessa, och domskäl som redogör rättens motiveringar för domslutet. 3 Dom enligt svensk rätt Historik[redigera | redigera wikitext] Om tiden innan lagar nedtecknades vet vi föga. Det sannolika är att ett visst rättssystem upprätthölls och att domar avkunnades vid till exempel stöld eller falskt vittnesmål. Senare följdes den av mosaisk rätt, som påstås ha överlämnats av Moses. Den mest kände domaren i förkristen tid var kung Salomo. Domar avkunnades också av präster och de avkunnades då ”inför Herrens ansikte.[1] Straffrätten[redigera | redigera wikitext] I ett brottmål kan domen bli skyldig eller icke skyldig, med undantag för Skottland och Nederländerna där domen kan bli inte bevisat skyldig. Olika åtalspunkter kan i samma mål kan rendera olika domar. En fällande dom i ett brottmål åtföljs vanligtvis av en påföljd. Dom enligt svensk rätt[redigera | redigera wikitext] Historik[redigera | redigera wikitext] De svenska landskapslagarna började nedtecknas omkring 1220, vilket år Västg

**id 172**

Vi börjar längta hem lite nu, till våra rutiner, vårt hus och till dagis.Och till alla de bloggar som jag följer så slaviskt hemma. Mellan jobb, shopping, hanging-out och fotografering här så har jag inte riktigt haft tid att besöka dem så som jag brukar. Lånade lite bilder från en av mina favoriter Fingerspitzengefuhl som hängt våra prints så fint hemma.Tack för det.Translation: I found our prints at the

**id 173**

Båtresa längs Telemarkskanalen: Skien-Ulefoss-Lunde-Dalen-Kviteseid-Akkerhaugen-Notodden. Under söndagen så inledde vi vår resa på Telemarkskanalen, genom att vi blev uppslussade genom slussen i Skien, och sedan så fortsatte vi glida fram till slussarna vid Løveid/Skotfoss, där vi också omgående blev uppslussade till en sjö som heter Norsjø. Efter att vi blivit uppslussade vid Løveid/Skotfoss passerade vi genom en relativt smal kanal, som ledde ut i sjön Norsjø. När vi kommit ut till Norsjø så passade vi på att äta pizza i en restaurang som var belägen alldeles invid slussområdet vid Løveid/Skotfoss. Efter lunchen som bestod av pizza, så fortsatte vi söderut i sjön Norsjø, och var ner och vände i sjöns sydöstra del, innan vi fortsatte till en brygga invid lanthandeln Joker i Klovholtstrakten, där vi stannade till och köpte glass. Efter glasstoppet så fortsatte vi norrut igen på sjön Norsjø. Tyvärr uppskattade inte min mamma denna etapp av båtresan, då det för tillfället gick stora vågar på sjön så att båten gungade och slog rejält i vågorna. Efter en vågig etapp över den relativt stora sjön, så nådde vi så småningom fram till Ulefoss, där vi övernattade i gästhamnen, efter en liten kvällspromenad i trakten. På ön ”Store Munken” i sjön Norsjø, så finns ”Munken Vertshus” som är en restaurang med stuguthyrning, vilket jag kan tänka mig att kan vara ett trevligt ställe att stanna till och äta på. Tyvärr så var inte restaurangen öppen under sommaren 2019, då vi reste på Telemarkskanalen. Som ett tips så finns det några smidiga sätt att upptäcka Telemarkskanalen hemifrån, även om det naturligtvis är trevligast att uppleva kanalen på plats! Dels så finns större delen av Telemarkskanalen att upptäcka med "Google Maps", vilket man finner här. "Googel Maps" kan även vara ett praktiskt hjälpmedel för planering av en eventuell resa på Telemarkskanalen. Dessutom så har norska NRK sänt det trevliga "slow-TV-programmet" som går under namnet "Telemarkskanalen minutt for minutt". Där får man får följa M/S Victoria från Skien till Dalen, under en sommardag 2012, på samma sätt som NRK sänt andra "slow-TV-program" under parollen ”Minutt for minutt”, där man exempelvis kan följa hela Hurtigruten mellan Bergen och Kirkenes, liksom ett flertal norska järnvägar med mera. Programmet "Telemarkskanalen minutt for minutt" finns i sin helhet att beskåda på NRK:s webbsida, som man finner här. Här finns för övrigt en YouTube-film, där man kan färdas längs Telemarkskanalen i ett uppskruvat tempo, på cirka 31 minuter. Även om en resa på Telemarkskanalen hemifrån inte är lika trevlig, som en resa på riktigt längs kanalen, så är hoppas jag att dessa virtuella resor kan inspirera till riktiga kanalresor framöver! Måndagen inleddes med att vi blev uppslussade genom slussarna vid Ulefoss och Eidsfoss, efter en stunds väntan på att de båda passagerarfartygen M/S Victoria och M/S Telemarken skulle hinna bli uppslussade vid Ulefoss, innan vi kunde påbörja dagens första slussning. Därefter fick vi återigen vänta en längre stund på de båda passagerarfartygen M/S Victoria och M/S Telemarken (som varit upp till Lunde och vänt), innan vi fick ta oss an kanalens största slusstrappa som finns vid Vrangfoss och består av hela fem slusskammare. Under väntetiden inför slussarna vid Vrangfoss så han även en fin träbåt anlända (som jag tror att hörde hemma i Oslotrakten), som skulle åt samma håll som oss, så vi fick sedan slussa genom dagens resterade slussar tillsammans med den fina träbåten. Vid slussarna i Vrangfoss, så fick alla fritidsbåtar (som

**id 174**

Annie Lööfs spritnota med kollegorna strider mot regeringskansliets föreskrifter och näringsdepartementets egna regler. Aftonbladet har granskat departementets notor från flera toppkrogar. Näringsminister Annie Lööf I måndags sparkades Tillväxtverkets generaldirektör Christina Lugnet efter en skandal med omfattande internrepresentation. Näringsminister Annie Lööf (C) var inte sen att kritisera henne och kommer nästa vecka att ta andra generaldirektörer i örat för att stävja alltför vidlyftiga utsvävningar. Men på hennes eget departement sker också övertramp. Julsprit för 20 000 kr Den 19 december hade hon julmiddag med 20 av sina kolleger från näringsdepartementet på Villa Bonnier. Sällskapet drack sprit, fördrink och 14 flaskor vin. Notan på 19 385 kronor skickades till skattebetalarna. Först nu, efter att Aftonbladet har begärt ut alla handlingar, har Lööfs statssekreterare Håkan Ekengren begärt löneavdrag för spriten. Stamkunder på toppkrogar Sparkade Christina Lugnet, som är van vid lyxtillställningar på Grand Hôtel, behöver inte känna sig helt borkommen på näringsdepartementet. Annie Lööfs folk internrepresenterar också på flera av Stockholms toppkrogar. Ett favoritställe är Villa Källhagen på Djurgårdsbrunnsvägen. Den 7 december var ett gäng på 13 personer där och åt julbord för 7 242 kronor. Den 7 juni i år hade ett annat gäng på 12 personer "sommaravslutning" där och åt en meny bestående av förrätten nobissallad med pocherat ägg, enrisrökt rostat sidfläsk och lagrad parmesan. Till huvudrätt serverades grillad majskyckling med chevresauterade Gotlandsmorötter och rödvinsfond. Måltiden avslutades med tryfflar. Till matens serverades röd bourgogne och husets vita vin. Notan på 8 442 kronor gick till skattebetalarna. Varmkorv och öl för 18 000 kr Samma kväll åkte ett annat gäng på 12 personer från näringsdepartementet båt till Fjäderholmarna för sommaravslutning på restaurang Rökeriet. Det blev vitt vin, skärgårdsbuffé och en nota på 8 102 kronor till skattebetalarna. Men internrepresentationen består inte bara av tjusiga tillställningar på bra restauranger. Ytterligare en av sommaravslutningarna anordnades i Bobergshallen, som ligger i näringsdepartementets egna lokaler i gamla posthuset på Vasagatan i Stockholm. Där hade man bunkrat upp med bland annat 150 varmkorvar och 200 starköl för 18 320 kronor. Richard Aschberg Dela

**id 175**

Posted on 4 januari, 2013 by Dan Frendin Svara Hur skiljer sig de underliggande tankarna när det gäller mitt nya sätt att undervisa från det mer traditionella som jag använde mig av tidigare? Om vi tittar på det traditionella sättet först med föreläsningar, lärobok, instuderingsfrågor och prov så hade det sina rötter ända från det att folkskolan skapades 1842. Kunskapen fanns hos läraren och i läroboken. Det var lärarens uppgift att förmedla den till eleverna. Eleverna skulle försöka minnas den till speciella prov som man gjorde individuellt utan någon hjälp. Jag säger inte att det var en dålig pedagogik. Den har fungerat i de flesta ämnen i över hundrafemtio år. Den är bra när man skall lära sig grundläggande kunskap som man behöver kunna utantill som man inte kan hålla på att slå upp hela tiden. Men vårt samhälle har förändrat sig sedan 1800-talet och vår samlade kunskap har nu blivit mycket, mycket stor. Med vår tekniska utveckling kan vi hantera fakta på ett helt annat sätt än tidigare och det är inte längre självklart att all kunskap kan finnas i en lärobok eller hos en lärare. Utvecklingen går väldigt fort inom många områden och den digitala utvecklingen möjliggör saker som man inte kunde tänka för bara några år sedan. Vilken arbetsgivare låter sina anställda lösa problem genom att de får sitta själva, inte titta i böcker eller på internet och absolut inte tala med någon kollega? Den arbetsgivaren skulle betraktas som synnerligen konstig. Men det är så som vi behandlat våra elever när vi examinerat dem med prov. I min ungdom arbetade jag som läroboksillustratör och fick illustrera ett par biologiböcker för gymnasiet. För varje bild jag skulle ta fram fick jag lov att hitta 3-5 olika förlagor. Jag gick då igenom alla de läroböcker i biologi som då fanns på den tiden och fick en överblick hur olika samma sak kunde illustreras. En del bilder som jag hittade var till den grad förenklade så att de gav en felaktig bild av verkligheten. Vissa saker var nästan omöjligt att illustrera med bara en bild för att man skulle förstå det rätt. Detta gav mig en viktig erfarenhet av hur viktigt det är att titta på flera olika källor för att få en så rättvisande bild av verkligheten som möjligt. Om vi skall lära eleverna om verkligheten, ska vi inte då också träna eleverna att använda sig av flera olika källor när de skall förstå ett fenomen eller lösa ett problem? För att eleverna skall vara förberedda för att komma ut i dagens samhälle med alla dess krav och en värld full av fakta från olika typer av källor så måste vi undervisa och examinera dem på ett sätt där de får träna att: 1. samarbeta och samtidigt kunna jobba självständigt när det behövs 2. hantera och kritiskt granska olika källor till kunskap 3. förstå hur den vetenskapliga processen att skaffa sig kunskap kan se ut 3. kommunicera sin kunskap på ett förståeligt sätt 4. se hur vetenskap hänger samman med samhället i stort 5. utveckla en självdisciplin 6. själv driva sin kunskapsprocess Detta är inte alls lättare jämfört med att utbilda och lära sig på det traditionella sättet. Man kan slippa provstressen och andra negativa yttringar som fanns i det gamla sättet. Samtidigt ställer detta nya sätt krav på att man t.ex. utvecklar en självdisciplin på ett annat sätt än tidigare som kan vara nog så svårt för dagens ungdomar. Det man kan vinna på det nya sättet är att: 1. undervisningen blir mer verklighetsanpassad 2. eleverna får en kompetens de kan känna att de har nytta av direkt och i arbetslivet senare. 3. genom att utgå från elevernas egna frågor så mycket som möjligt äger eleverna sin läroprocess på ett annat sätt än tidigare. 4. genom att arbeta med t.ex. ”flipped classroom” frigörs tid för läraren att hjälpa eleverna på lektionstid med sina uppgifter istället för att lägga den mesta tiden på föreläsningar. Publicerat i Lärande, Pedagogik | Märkt examination, Flipped classroom, kompetens, Prov, självdisciplin, verklighetsanpassad | Kommentera Lärande för hållbar utveckling inom UNESCO och övriga FN.

**id 176**

Engelbert Humperdinck (sångare) Engelbert Humperdinck, egentligen Arnold George Dorsey, född 2 maj 1936 i Madras, Indien, är en brittisk sångare och musiker. Innehåll - 1 Biografi - 2 Karriär - 2.1 Eurovision - 3 Referenser - 4 Externa länkar Biografi[redigera | redigera wikitext] Humperdincks familj flyttade tidigt till England, och han kom att växa upp i Leicester. Han var ett av tio syskon.[1] Hans far tjänstgjorde i den brittiska militären och hans mor var operasångerska och lärde även ut fiol.[1] Han rönte stor framgång i slutet av 1950-talet och flyttade till USA av skatteskäl. Senare har han haft dubbelt boende, i Kalifornien och England. Han har dock endast brittiskt medborgarskap. Karriär[redigera | redigera wikitext] De största framgångarna kom 1967 med låtarna "Release Me", "There Goes My Everything" och "The Last Waltz". Han har förärats 63 guldskivor och 24 platinaskivor samt Golden Globe och Grammies.[1] Han har sålt fler än 150 miljoner skivor över hela världen.[1] Han fortsätter att vara aktiv inom musikbranschen och under 2010-talet har Humperdinck gjort framträdanden över hela Europa, bland annat i Ryssland, Rumänien, Nederländerna och Belgien, samt i Israel.[1] Eurovision[redigera | redigera wikitext] 2012 representerade Humperdinck Storbritannien i Eurovision Song Contest 2012 i Baku i Azerbajdzjan med låten "Love Will Set You Free".[2] Han blev därmed den äldsta manliga artisten i tävlingens historia. Eftersom Storbritannien är med i The Big Five behövde inte Humperdinck först kvalificera sig. Han öppnade finalen från startposition 1 den 26 maj i Bakus kristallhall.[3] Han kom dock endast på 25:e plats av 26 tävlande bidrag med sina 12 poäng.[3] Referenser[redigera | redigera wikitext] - ^ [a b c d e] ”Participant Profile”. EBU. Arkiverad från originalet den 11 maj 2012. https://web.archive.org/web/20120511041104/http://www.eurovision.tv/page/history/year/participant-profile/?song=26783. Läst 27 maj 2012. - ^ Roxburgh, Gordon. ”'Love Will Set You Free' for the United Kingdom”. EBU. http://www.eurovision.tv/page/news?id=49523&\_t=love\_will\_set\_you\_free\_for\_the\_united\_kingdom. Läst 19 mars 2012. - ^ [a b] ”ESC 2012 - Final Result”. EBU. Arkiverad från originalet den 29 maj 2012. https://web.archive.org/web/20120529205225/http://www.eurovision.tv/page/baku-2012/about/shows/final. Läst 27 maj 2012. Externa länkar[redigera | redigera wikitext] - Wikimedia Commons har media som rör Engelbert Humperdinck (sångare). - Engelbert.com - Deltagarprofil på eurovision.tv

**id 177**

Det är ren fröjd att skapa! Men jag måste erkänna att inspirationen kommer när den kommer. Det går ju inte liksom tvina fram idér utan man får ta vara på när det där "ahaa"dyker upp! Så funkar det för mig iallafall ;) Igår fick jag en idé att vrida trasmatta remsor runt en vanlig blomvas. Jag har inte använt något lim utan bara vridit runt remsorna hårt. Blev lite somrigt och gulligt! Och det behövs nu när våren verkar dröja ett tag till! Kram Annaleena

**id 178**

Vet du vad ditt namn betyder? Vet du var det kommer ifrån, och varför du fick det? Såhär gick det till när jag fick mitt: Min mamma tänkte sig att jag skulle heta Amanda. Så fint, så vacker betydelse. Hon som bör älskas. Jag var ett efterlängtat barn, mammas första. Att jag borde älskas var självklart. Men namnet, det stötte på patrull. Så säger i alla fall familjelegenden. Ja, i min familj har vi sådana, berättelser som berättas om och om igen. Det är få berättelser som blir sämre av att berättas många gånger, de flesta vinner på det, faktiskt. I alla fall sägs det att mammas planer på att ge mig det vackra namnet Amanda fick stora delar av släkten att hota med att inte komma på dopet, eftersom ett nyfött barn verkligen inte skulle utsättas för ett sådant namn. ”Vadå”, tänker nu nittiotalisten som råkat ratta in P1s radiogudstjänst, ”halva min bekantskapskrets heter ju Amanda, inte är det något fel på det?” Och nittiotalisten har rätt. Men på sjuttiotalet, när jag föddes, var en amanda ett städredskap som en använde för att borsta smulorna från den vackert brungrönrandiga duken på furubordet, och inget barn förtjänar att bli liknat vid ett städredskap. Så mamma tänkte om. Efter ett par olika förslag som föll av olika anledningar, fastnade hon, och uppenbarligen släkten, för Maria. Sjuttiotalets och världens vanligaste namn, Jesus mammas namn, men ett som känns som jag, trots att det betyder ”den bedrövade”, och trots att samma namn ironiskt nog sedermera skulle ges åt en städmopp som såldes i varenda mataffär. Om det var så att det hos min mamma fanns någon slags vag, undermedveten förhoppning om att hennes äldsta dotter skulle vara en ordentlig, skötsam och framförallt renlig och städintresserad person, skulle den förhoppningen krossas rätt snart. Men ändå. Namn betyder något. Enligt en del källor brukade kinesiska föräldrar förr i tiden ge sitt nyfödda, eller ännu inte födda, barn ett fult och förolämpande namn, så att inte andarna skulle ta barnet. Den rosenkindade babyn kunde kallas ”hundansikte” eller ”exkrement”, för att ett barn som fått ett dylikt namn måste ju ratas av andarna. Tack och lov behövde inte barnet släpa på detta namn i resten av sitt liv, utan fick ett nytt i vuxen ålder. Flera afroamerikanska bekanta jag har, har namn i still med Innocence och Miracle, som uttrycker föräldrarnas tacksamhet eller förhoppningar. Och många av våra små har också namn som eventuellt uttrycker föräldrarnas önskan och hopp, som Victor – segrare, eller Ebba – stark själ. Namn har betydelse. Inte minst för att dessa namn kommer användas till och om barnet, varje dag, hela tiden. Namnet, liksom hur vi talar om och med våra barn, präglar dem. En judisk pojke får sitt namn när han är åtta dagar gammal. Den här judiske pojken fick namnet Jesus, Yeheshua. Det namnet betyder ”Gud räddar”. Nu var inte namn av den här sorten särskilt ovanliga. Bibelns hjältar heter saker som Jonatan – Guds gåva, eller Daniel – Guds domare. Men just den här pojken var speciell. Så speciell att världen aldrig skulle bli densamma igen. Hans mamma visste det. Hans styvfar visste det. Snart visste många om det. Vad gör det med en liten pojke om han ständigt får höra att han är världens hopp? Hur ska ett barn leva med vetskapen om att han är Jerusalems befrielse, frälsningen för alla folk? Berättade Maria och Josef för Jesus om vad som sagts om honom, eller höll de det för sig själva? Bibeltexten ger oss ingen riktig ledning. Nästa kapitel berättar om när Jesus är tolv år gammal. De allra flesta föräldrar har förhoppningar och förväntningar på sina barn. Vi ser dem växa, ser olika talanger och drag, uppmuntrar visst och försöker uppfostra bort annat. Vi pratar med dem, påverkar dem, försöker göra vårt bästa för att hjälpa dem välja väg i livet. Och ibland, rätt ofta kanske, försöker vi styra dem till att välja den väg vi själva vet, eller tror i alla fall,

**id 179**

Svaret hon fick var minst sagt oväntat-det visade sig att hennes rötter sträckte sig ända till Indonesien och en slavmarknad i Kina. Lyssna på en fascinerande släkthistoria i måndagens avsnitt av Släktband. Programmet om släktforskning som sänds i Sveriges Radio P1.

**id 180**

24. PHAD blandade grönsaker med ingefära. Kyckling 95 :- Fläsk 95 :- Biff 95:- 25. PHAD BAMBOU Wok i ostronsås med bambu, lök och champinjoner. Kyckling 95:- Fläsk 95:- Biff 95:- 26. PHAD THAI i tamarindsås med ägg, morot, vitkål, purjolök, krossade jordnötter, lime och kokosmjölk. Kyckling 95:- Fläsk 95:- Biff 95:- 27. PAPAYA chili, vitlök, lime, tomater, räkor och jordnötter. vitlök, lime, koriander, tomat och krossade jordnötter. Kyckling 95:- Fläsk 95:- Biff 95:- 29. KHAI omelett med tomat och ägg. Serveras med ris. Kyckling 95:- Fläsk 95:- Biff 95:- 30. PHAD PRIK med svartpeppar. Kyckling 95:- Fläsk 95:- Biff 95:- 31. HUSETS SPECIAL sweetchilli, sambal och kokosmjölk. Kyckling 95:- Fläsk 95:- Biff 95:- 32. LAB med rödlök och mynta. Kyckling 95:-

**id 181**

Unga och valet av nyhetsämnen Sammandrag Den unga publiken är flerspråkig, flexibel och helt digital. Den unga publiken är inte intresserad av printmedia med gårdagens nyheter eller lineära tv-sändningar som summerar nyhetsdygnet. Den unga publiken prenumererar inte på dagstidningar. De under 35 år konsumerar nyheter som har en global förankring, som handlar om framtiden och som handlar om ny teknologi. De läser om vilka länder som är trygga att resa till, hur man ska löneförhandla eller hur bolånemarknaden utvecklar sig. Medieveteranerna Jens Berg och Sami Kallinen har gjort ett gediget arbete där de själv utvecklat ett verktyg för att kartlägga vad den unga publiken läser. I sin rapport Unga och valet av nyhetsmedier har de processat 46 000 artiklar från 29 olika nyhetsmedier och med hjälp av olika markörer sätter de fingret på de nyheter som engagerar den unga publiken i åldern 18-34. Det finns fortsättningsvis en efterfrågan på bra berättelser, god journalistik och intressant innehåll. Men det gäller att hjälpa publiken hitta det. Förord Så funkar det! Då jag var liten var de så kallade Så funkar det-böckerna väldigt populära bland barn i generation X, generation Y och bland oss xennialer, det vill säga vi som är födda mellan 1978 och 1982 och inte riktigt passade in i någondera av de stora generationerna. Styrkan i böckerna var att de på ett överskådligt sätt förklarade hur världen, kroppen, naturen och många andra saker helt enkelt funkade. Greppet fungerade bra på oss barn, då vi skulle lära oss eller göra något nytt för första gången. Nu visar det sig att den unga publiken, den som alla mediehus vill nå, verkar söka sig till just en slags Så funkar det-journalistik. Medieveteranerna Jens Berg och Sami Kallinen har gjort ett gediget arbete där de själv utvecklat ett verktyg för att kartlägga vad den unga publiken läser. I sin rapport Unga och valet av nyhetsmedier har de processat 46 000 artiklar från 29 olika nyhetsmedier och med hjälp av olika markörer försökt sätta fingret på de nyheter som engagerar den unga publiken i åldern 18-34. Den unga publiken är flerspråkig, flexibel och helt digital. Den unga publiken är inte intresserad av printmedia med gårdagens nyheter eller lineära tv-sändningar som summerar nyhetsdygnet. Den unga publiken prenumererar inte på dagstidningar. Den unga publiken konsumerar nyheter som har en global för- ankring, som handlar om framtiden och som har en teknisk förankring. De läser om vilka länder som är trygga att resa till, hur man ska löneförhandla eller hur bolånemarknaden utvecklar sig. Det mediala landskapet har förändrats drastiskt. I din hand håller du en rapport som ger en god överblick över detta. Då jag 2008 började jobba på Radio Extrem handlade de flesta veckomöten om lyssnarsiffror och hur man skulle få upp dem. Då jag tio år senare avrundade min radiokarriär på Yle Vega var det få veckomöten som handlade om lyssnarsiffror. Däremot tittade vi varje vecka på webb- statistik, engagemang på sociala medier och hur många starter våra Arenaklipp hade. Det finns fortsättningsvis en efterfrågan på bra berättelser, god journalistik och intressant innehåll. Men det gäller att hjälpa publiken hitta det. Helsingfors 3.1.2018 Ted Urho Verksamhetsledare, Tankesmedjan Agenda Kapitel 1: Inledning Målet med den här utredningen är ambitiöst. Vi söker kort och gott svaret på frågan vilka ämnen i nyheterna som intresserar en ung publik. Vi har i vår analys utnyttjat ett nytt verktyg som på basis av en automatiserad textanalys placerar nyheter som handlar om samma ämnen på samma plats på en ämneskarta. Vi har tagit fram data om åldersprofilerna på sammanlagt 29 olika nyhetsmedier och via det har vi skapat ett verktyg som med hög sannolikhet kan säga vilka ämnen som de unga läser om i våra nyhetsmedier. Det är åtminstone oss ve- terligen första gången som de här verktygen används på det här sättet. Vi har gjort den här undersökningen dels för att vi upplever att det här är en viktig fråga och dels för att den här informationen hit- tills har saknats. Mediehusen gör den här typen av undersökningar för att utreda hur de egna varumärkena går hem i olika grupper, men vi har inte stött

**id 182**

Kungliga nyheter och porträtt Ghislaine är Grace Kellys okända företrädare som Monacos furstinna och inledde också hon sitt yrkesliv som skådespelerska...Ghislaine Marie Françoise föddes den 13 oktober år 1900 som dotter till Robert-Joseph Dommanget och hans hustru Marie Louise (född Meunier). Födelsestaden var Reims, som är beläget i norra Frankrike. Ghislaine visste tidigt vad hon ville syssla med i livet - teater, och efter studierna vid Dames de l'Assomption i Paris blev hon, främst tack vare fördelaktiga kontakter, antagen vid Théâtre Déjazjet i samma stad. Som skådespelerska använde Ghislaine rätt och slätt endast sitt förnamn, eftersom det var ovanligt i sig.I juli 1923, när Ghislaine var 22 år, gifte hon sig med den 37 år äldre aktören Paul Diey. Äktenskapet blev inte långvarigt och kort efter brytningen avled faktiskt Paul.Men Ghislaine hann inte sörja över det, eftersom hon kort därefter blev förälskad i den relativt framgångsrike filmskådespelaren André Brulé. Strax innan deras ende gemensamma son, Jean-Gabriel, föddes 1934, gifte sig paret vid en ceremoni i Paris.Äktenskapet blev emellertid inte särskilt lyckligt. De båda hade kringflackande liv med karriärer på var sina håll och träffades inte särskilt ofta. Ghislainesandra make;skådespelarenAndré Brulé(1879-1953) En av dessa många teaterresor förde Ghislaine till Monaco 1942. Här fick hon möjlighet att träffa landets härskare, furst Louis II. Han var 72 år och ogift (dock hade han arvingar genom sin adopterade dotter Charlotte) och blev av allt att döma blixtkär i den 30 år yngre Ghislaine.- Jag visste direkt att hon skulle bli min hustru, berättade han senare, och mycket riktigt inledde de ganska snart ett förhållande. När Ghislaine väl hade skiljt sig från André Brulé kunde hon stå brud för tredje gången. Bröllopet mellan fursten och aktrisen ägde rum i juli 1946 och var inte på långa vägar en så stor pr-händelse som furst Rainiers bröllop med skådespelerskan Grace Kelly tio år senare. Trodde Ghislaine att livet som furstinna märkvärt skulle förändra livet misstog hon sig. Något ekonomiskt överföd var det inte tal om; Louis II var känd för att leva över sina tillgångar. Paret bodde allt som oftast på familjegodset Le Marchais utanför Frankrike och besökte sällan Monaco. På grund av detta var Ghislaine relativt anonym bland monegaskerna -

**id 183**

Paret köpte Harry Scheins lyxvilla för 19 miljoner kronor, efter en budgivning på 6 miljoner kronor. Paret har dock inte fått tillträde till villan i Danderyd förräns i april. Paret hann dock inte flytta in innan Harry Scheins villa förstördes i en stor brand. Polisen meddelade branddagen den 24 februari att man inte hittat någon naturlig orsak till varför det började brinna och misstänkte därför att någon tänt eld på villan, enligt Aftonbladet. I början av mars anhölls tv-kändisens sambo misstänkt för mordbrand. Paret har ännu inte betatalat hela köpesumman. En handpenning på 1,9 miljoner kronor har betalats in. Resterande cirka 17 miljoner kronor skulle betalas in i samband med tillträdet i april. I och med att endast handpenningen betalats in och att tillträdet inte skulle ske förrän i april så ägs villan juridiskt av Eva Ficher. Harry Schein testamenterade 2005 i princip hela hans kvarlåtenskap till Eva Fischer som efter en långdragen tvist 2010 tilldelades arvsrätten efter Harry Schein. Polisen genomförde en husrannsakan i tv-kändisens bostad och beslagtog datorer och mobiltelefoner och gick igenom hennes privata brev. Dessutom fördes tv-kändisens sambo bort inför parets dotter. - Det var en overklighetskänsla. Det var som en avgrund som öppnade sig, berättar hon för Aftonbladet. Advokat Ulf Klementsson berättar i rättsalen att hans klient nekar till brottet. Han har inte tänt eld på villan. - Det var inte jag som tände eld, och om rätten anser det så menar jag att inget brott har begåtts eftersom jag äger villan, försvarar han sig. Men Tingsrätten häktar tv-kändisens sambo på sannolika skäl misstänkt för grov mordbrand. - Det är så dubbelt allting. Jag har ju förtroende för polis- och rättsväsende. De gör väl vad de ska, säger tv-kändisen för Aftonbladet, som själv inte är misstänkt. Men samtidigt har hon svårt att tro att hemmes sambo skulle ha tänt eld på villan. "Han är rationell. Det här är ju sjukligt – det är inte friskt."

**id 184**

När det gäller matlagning är det bara en sak som diskuteras just nu – thanksgiving såklart! Vi ska till Jeffs kusiner på själva dagen så kalkon behöver jag inte tänka på, men kanske någon god side dish eller kaka att ta med… Dagen efter firar vi thanksgiving nummer två med kompisar i Philly så det blir mycket firande i år. Nu ska jag se om jag får några roliga tips i New York Times dining-bilaga som självklart handlar om thanksgiving-panik, vad annars?! Om du tycker om blomkal, sa skall du gora Ina Garten’s cauliflower gratin med gruyere (googla Ina Garten cauliflower gratin). En Annan favorit som vi ater till allt ar stekt mini brysselkal. Koka brysselkalen sa den blir nastan helt mjuk, lat rinna av, stek sedan med vitlok, salt och peppar sa den far farg! Supergott! Brukar gora likadant med broccolini och aven krydda stekpannan med lite red pepper flakes. Åh, den låter urgod gratängen! Och brysselkålen också. Tror att jag gör den där gratängen och tar med till vår kompis på fredagen. Kul och tack för tips 🙂 Den ar urgod! Racker med en god sallad och brod till. Åh den där traditionen har vi ju inte här i Sverige, fast vi äter ju gås som är lite likt ändå. Jag älskar både brysselkål och rödkål till stekt fågel, så gott. Förra julen gjorde jag hemmagjord rödkål med äpple och kanel som blev väldigt god. Brysselkål förväller jag först i vatten så att den blir ”al dente”, låter svalna och torka innan jag fräser på dem i SMÖR och tillsätter salt, socker, peppar och grovhackade valnötter. Hoppas att ni får trevligt! Oj, grå text på svart bakgrund, jag ser ingenting längre 🙂 Gud vad skönt det låter med en helg nu. Borde införas is Sverige också. Ska bli väldigt skönt 🙂 Men du, har bloggen blivit konstig – är det något jag borde fixa? Ser ut som vanligt på min dator! Nu ser bloggen vanlig ut igen! Det var en svartgrå bakgrund igår så det var jättesvårt att läsa texten! Trevlig helg Amy!

**id 185**

Skillnad mellan versioner av "Så börjar du släktforska" Versionen från 18 juni 2013 kl. 10.09 Släktforskning är jakten på en svunnen tid. Men jakten sker inte via historieböckerna, där väldiga krigshärar blandas med en namnlös allmoge i invecklade historiska skeenden. I stället tar vi en annan väg in i historien – vägen via den enskilda människan av kött och blod som grät och svor, dansade och skrattade här på jorden före oss. Vi låter våra egna förfäder utgöra utgångspunkten när vi går på upptäcktsfärd i det förgångna. Att börja släktforska innebär inte att rusa i väg till första bästa arkiv för att lusläsa gamla luntor. Arkiven står där de står, och dit är det inte bråttom. I stället gäller det att få fram så mycket uppgifter som möjligt om släkten innan du gör ditt första arkivbesök. Innehåll - 1 Varför släktforska? - 2 Börja med dig själv - i dubbel bemärkelse - 3 Leta efter släkten på vinden - 4 Vad vet faster Birgitta? - 5 Vad behöver jag för redskap? - 6 Läs böcker och gå på kurs! - 7 Varför gå med i en förening? - 8 Vilken förening ska jag gå med i? - 8.1 "Jag har hört att man kan forska via Internet..." - 8.2 Hur långt tillbaka i tiden kan man komma? - 8.3 Hur forskar jag utomlands? - 9 Se även Varför släktforska? Förr i tiden, då många levde ute på landet eller i en landsortsstad, då yrken gick i arv i generation efter generation och de flesta hade sin släkt runt sig i sin vardag, hade man inte något större behov av att släktforska. Ville man veta något, gick man till släktens äldre, eller någon granne, och fick höra allt om förfäderna och vilka man hörde ihop med. Kanske det var så att man var besläktad med hela byn, eller rent av hela socknen. Man levde så att säga mitt i sitt ursprung. Nuförtiden, då de flesta inte ens känner sina egna kusiner, och många gånger lever långt ifrån sitt ursprung, blir behovet mycket större att få veta. Och då räcker det inte med att gå till en granne, eller någon kvarlevande äldre släkting... Man får ta saken i egna händer och själv börja släktforska. Börja med dig själv - i dubbel bemärkelse Sätt dig ner med ett anteckningsblock och skissa upp vad du redan vet. Då får du fort reda på i vilken ände du ska börja nysta och vilka frågetecken du vill börja med att räta ut. Skriv även upp uppgifter som till en början verkar suddiga, minnen från barndomen om människor som fanns då och man kanske inte hade 100% koll på. Dessa minnesbilder kanske så småningom får namn och kanske visar sig vara viktiga personer i ditt släktträd. När du har en "karta" över det du minns själv så är du beredd att ta steg två, att börja leta efter mer konkreta spår. Leta efter släkten på vinden Gå igenom byrålådorna och vinden och andra gömmor på jakt efter saker som kan berätta om släkten. Kanske kan du hitta morfars inskrivningsbok i det militära och några överblivna ransoneringskort från andra världskriget. Farmors gamla glasögon ligger överst i en liten kartong med brev som farfar skrev till henne när han jobbade borta. I botten på kartongen ligger deras bröllopsfoto. På baksidan har farmor antecknat dagen då kortet togs: »Söndagen den 17 maj 1953». Fotografen hade sin ateljé i Norrköping – kom farmor från Östergötland? Vad vet faster Birgitta? Har du någon kontakt med de äldre i släkten? När du börjar släktforska är det verkligen dags att damma av kontakterna. Släktforskning är ett bra sätt att skaka liv i släktrelationer som legat i dvala. Att besöka varandra över en kopp kaffe och ett fotoalbum är alltid mycket givande för alla parterna, både den som precis har börjat släktforska och för den som får berätta om sina minnen. Ett bra tips är att sätta sig tillsammans med den äldre släktingen (eller den jämnåriga kusinen, om man själv tillhör de äldre) och titta på ett gammalt fotoalbum och låta släktingen berätta om när

**id 186**

Det är inte lätt att hänga med i svängarna i familjepolitiken. I ena stunden är det ytterst angeläget att pappor är hemma med nyfödda barn. Till vänster vill man till och med tvångsdela föräldraförsäkringen för att uppnå det målet. Regeringen har inte gått lika långt, men man har ändå kokat ihop en särskild jämställdhetsbonus. En pappa som inte är hemma en god del av sitt barns första levnadsår är inte en pappa som faller de styrande i smaken. I nästa stund ansluter sig M, FP och C till de rödgröna partierna och argumenterar för att det ska bli tillåtet med assisterad befruktning av ensamstående kvinnor (Brännpunkt 28/2). Då är det inte viktigt med en pappa annat än i rollen som spermadonator, för vilken barnet kan förbli helt anonymt.

**id 187**

Denna artikel har skapats av boten Lsjbot och kan bland annat innehålla språkliga fel eller ett märkligt val av bilder. Mallen kan tas bort efter kontroll av innehållet. Fler robotskapade artiklar med denna mall finns i kategorin robotskapade artiklar. Misstänkta systematiska fel kan anmälas på Wikipedia:Robothjälp. Multfiskar (Mugilidae)[1] är en familj av fiskar. Multfiskar ingår i ordningen multartade fiskar, klassen strålfeniga fiskar, fylumet ryggsträngsdjur och riket djur.[1][2] Enligt Catalogue of Life omfattar familjen Mugilidae 81 arter[1]. Multfiskar är enda familjen i ordningen multartade fiskar.[1]

**id 188**

Fysioterapin, Karlahuset Vi arbetar med psykiatrisk fysioterapi, vilket innebär en helhetssyn på människan. Kropp och själ fungerar som en helhet - genom kroppen och via rörelse påverkas tankar, känslor och mående. En behandling vid Fysioterapin syftar till att stödja dig att träna upp mer flexibla strategier och ett mer tillåtande förhållningssätt till dig själv och dina besvär. Vem kan söka hjälp hos oss? En förutsättning för behandling på Fysioterapin är att du behandlas inom inom vuxenpsykiatrin i Örebro, Lekeberg eller Hallsberg eller inom kliniken för Barn och unga vuxna i Region Örebro län. Psykiatrisk sjukgymnastik på annat håll Psykiatrisk fysioterapi erbjuds också i Karlskoga och Lindesberg samt på ätstörningsenheten i Örebro. Vänd dig till din närmaste psykiatriska enhet.

**id 189**

Vasa Sport Vasa Sport, eller Sport, (fi: Vaasan Sport, officiellt Hockey Team Vaasan Sport OY) är en ishockeyklubb från Vasa i Österbotten, grundad år 1939 som IF Sport (Idrottsföreningen Sport).[1] Sport deltog i den första upplagan av FM-ligan säsongen 1975/76 men klubben blev degraderad redan efter första säsongen och fick försätta spela i division 1 och 2 till säsongen 2000/01 då man fick spela i den nybildade Mestis. Laget blev kvar i Mestis till och med säsongen 2013/2014 och vann ligan tre gånger (2009, 2011, 2012) Sedan 2014/15 spelar man i högstadivisionen FM-ligan som ersättare till Jokerit som gick över till KHL.[2] Innehåll - 1 Kända spelare som spelat i Sport - 1.1 NHL-spelare som spelat i laget - 2 Externa länkar - 3 Referenser Kända spelare som spelat i Sport[redigera | redigera wikitext] - Jonas Hemming [1] - Håkan Hjerpe [2] - Marko Luomala [3] - Jari Munck [4] - Jani Nikko [5] - Oskar Osala [6] - Jukka Seppo [7] - Patrik Westerback [8] NHL-spelare som spelat i laget[redigera | redigera wikitext] - Chris Allen, Florida Panthers - Matthieu Descoteaux, Montreal Canadiens - Dale Dunbar, Vancouver Canucks, Boston Bruins - Ian MacNeil, Philadelphia Flyers - David Saunders, Vancouver Canucks - Janis Sprukts, Florida Panthers - Oskar Osala, Washington Capitals - Brody Sutter, Carolina Hurricanes Externa länkar[redigera | redigera wikitext] - Vaasan Sports webbplats - Red Armys webbplats - pohjalainen.fi, artiklar om Sport - Sport på jatkoaika Referenser[redigera | redigera wikitext] - ^ ”Historia”. Arkiverad från originalet den 28 december 2017. https://web.archive.org/web/20171228000435/https://vaasansport.fi/sv-se/klubben/historia/70/. Läst 27 december 2017. - ^ ”Elitprospects: SPORT”. http://www.eliteprospects.com/team.php?team=423&teamhistory=complete. Läst 27 december 2017. - Vasa Sport - Sportklubbar bildade 1939 - Sport i Vasa

**id 190**

… för det går mot mörkare tider… Med tilltagande ålder, upplever jag, att nutiden tycks rusa förbi mig , i ett alltmer ökande tempo hela tiden. Jag har märkt, andra i min ålder säger likadant och vi vet varför. Vi får ett annat perspektiv på begreppet tid, då vi åldras. Vi ser mest bakåt av naturliga skäl… Vi har, tycks det, framtiden bakom oss…innan nuet har hunnit passera… Tänk efter , hur långa tyckte vi inte, att sommarloven var, då vi var 12 år ? Sommarlovet varade en evighet. Hur lång tid varar sommaren för oss nu, då vi är äldre ? En blinkning tycks det ! Men allt handlar egentligen om, hur du förbrukar din tid. Det gäller att fylla den med positiva erfarenheter och upplevelser. Det är det, som ger oss livskvalitet. Jag kan inte sitta av mitt liv framför en tv, eller planlöst surfa på internet, för att inte tala om att maniskt fippla på en ifåne, väntande på något som aldrig kommer att ske. I den ålder jag är i, kan allt ta slut på bråkdelen av en sekund. Jag har en närstående, som drabbades av en blödning i hjärnan och är bunden till en rullstol och behöver assistans 24 timmar om dygnet . Så ditt liv kan förändras på en sekund från ett liv med möjligheterna att vara fysiskt aktiv till ett passivt liv, där du är helt beroende av andra människor för att få ditt livs basala behov tillfredsställda . Därför vågar jag inte att chansa, utan jag försöker, så gott jag kan, utnyttja den tid jag har kvar av mitt aktiva liv, till det som ger mig mest utbyte. Att inte göra något, det är min återstående tid för dyrbar ägna att sig åt ! Jag vill leva i den riktiga världen, inte i en låtsasvärld, där man hela tiden måste tänka, “om jag …” eller “man skulle”. Leva i en värld som ger mig upplevelser och erfarenheter, det innebär för egen personlig del, att jag bland andra sysselsättningar får flyga med mina modeller. I och med att jag är 100 % segelflygare, kommer jag med nödvändighet ut i naturen för att kunna utöva min hobby. Det tar mig till vackra och intressanta platser. Exempelvis Hovs Hallar. Där jag aldrig någonsin tröttnar på utsikten från Platån. Jag ser alltid något nytt, varje gång jag är där. Kan jag inte flyga, kan jag sitta med kikaren och iakttaga. Det ger mig så mycket, för alla mina sinnen påverkas och då minns jag även efter en lång tid ögonblicken, ljuden och dofterna.. Men för det mesta lyckas jag flyga med mina modeller, även om förhållandena är marginella. Efter 44 års modellflygande på Hovs Hallar, påstår jag, att jag känner platsen och kan avgöra, om det är flygbart eller inte. 2016 innebar många fina flygningar på HH. För den delen på flera andra ställen också, för sällan har jag flugit så mycket, som jag gjort senaste året. Jag tröttnar aldrig på att flyga ! För min personliga del har det oväntade, nästan blivit det väntade… Det tycks alltid hända mig något, jag inte kunnat förutse, då jag är ute för att flyga med mina modeller.. Det är det oväntade, som ger krydda i min tillvaro. Det jag inte hade kunnat förutse, men som ändå hände. Här kommer lite bilder på mig och Pär, då vi varit ute med våra modeller. Vi flyger våra modeller, vi sitter inte på en bänk och pratar om det ! Det är därför, vi är så ungdomliga och öppna i våra sinnen ! Det är med dina sinnen som med din ytterdörr…låser du din dörr släpper du inte in någon eller något…du kommer att få vänta förgäves på besök. Är dörren till dina sinnen stängd, då har du heller inget att minnas… Buckle up and join our ride ! Den kommersiella flygtrafiken ritar sina mönster, som skriften från en spretig stålpenna på ett foliopapper 1922. Varmfronten kommer lite hotfullt glidande in. En i sinnet ung pilot…förväntansfull… Pär Lundqvist i olika startpositioner… Avslappnad start med en Lunak. En pojk på väg med bestämda steg… …mot pilotplatsen

**id 191**

Alldeles, alldeles ny är webbutiken Grannfrun.se! Här finns det de allra finaste saker i en perfekt mix. Det är tjusigt, mysigt och glatt på samma gång. Inför julen vill jag ha allt! Mer juliga saker för den bästa julstämningen får man leta efter. Kolla in mattorna och kuddarna! In med det i huset och julstämningen är där på momangen! För er som bor i närheten av Katrineholm behöver ni inte ens lita på posten såhär i juletid. Köp i lugn och ro på nätet, ta sedan en sväng förbi Grannfrun och hämta sakerna direkt, kan det bli bättre?! Och såklart har även Grannfrun en blogg, kika här!

**id 192**

Bullet symboliserar bra standard till ett riktigt bra pris, prisvärda produkter med ett stort urval kort och gott.

**id 193**

Finnas katalogiseringsinformation är fritt tillgänglig för alla, men användningen av digitala bilder, baksidestexter, digitalt innehåll som Finna länkar till och beskrivningar kan vara begränsad genom lag eller avtal. Läs mer om rätten att använda materialet. I Finna.fi-tjänstens öppna gränssnitt api.finna.fi kan vem som helst använda metadata som har producerats av biblioteken, arkiven och museerna. Gränssnittet innehåller också länkar till bilder och annat material som erbjuds via finna.fi, men som kan omfattas av begränsad användningsrätt. Finna är en tjänst som utvecklas stegvis allt eftersom nya organisationer ansluter sig. Betaversionen lanserades i december 2012 och den första egentliga versionen i oktober 2013. Om du inte hittar den information du söker i Finna i dag, kommer den kanske att finnas där i framtiden. Nationalbiblioteket ansvarar för utvecklingen och administrationen av Finna, men tjänsten utvecklas tillsammans med Finnas samarbetspartner. De arkiv, bibliotek och museer som medverkar i Finna ansvarar för innehållet. Finna är född som en del av undervisnings- och kulturministeriets projekt Det nationella digitala biblioteket (2008–2017). Finna har skapats med hjälp av VuFind och andra program med öppen källkod, och Finnas källkod får användas fritt.

**id 194**

Lågprisflyg släpper ut minst British Airways och Lufthansa får sämst betyg i SvD:s unika ranking över vilka flygbolag som orsakar störst utsläpp av koldioxid. I topp ligger flera lågprisbolag, bland andra Ryanair. Störst betydelse för klimatpåverkan har hur många personer som packas in i kabinen, enligt SvD:s undersökning. Om du måste flyga, välj då något av de flygbolag som får tre stjärnor i SvD:s lista över hur stor klimatpåverkan de olika flygplansflottorna orsakar. Skillnaden är stor. De två bolagen som bara får en stjärna, Lufthansa och British Airways, släpper ut 40 procent mer koldioxid än de som får tre stjärnor.

**id 195**

För ventilationsdragning högre upp och/eller längre ifrån toaletten. Utluftning från toaletten kan ske genom vägg eller tak. (Det är alltid enklast att gå ut genom en vägg, takgenomföring är besvärligare att montera och göra tät.) Tänk på att utluftningen inte bör hamna vid entrén eller uteplatsen. Täta alla skarvar noga med silikon. Villa 9000 med 230 V fläkt kan installeras med upp till 10 meter ventilationsrör samt 4 st 90° krökar. Utluftning kan ske genom vägg eller tak, till exempel upp i kallvind och ut genom lämplig sida av huset. . T.ex. upp i kallvind och ut genom lämplig sida på huset. För Villa 9010 med 12 V fläkt rekommenderas max 2 st. 90˚ krökar och 4 meter rör. Alla Separett Villa är försedda med kondensuppsamlare vilket gör att ventilationsröret inte behöver isoleras. Levereras med 2st raka skarvrör samt 2st väggfästen.

**id 196**

varför är inte j a g med i den här videon?? mina smycken, mitt weave & för att inte glömma min pojkvän pharrellär juh redan med!! gaaah! den här dansar vi till i sommar punkt

**id 197**

I morse såg jag ett välbekant ansikte i tidningen. Min gamla pluggkompis Jenny! Som jag inte haft kontakt med på många år. Artikeln berättar om att hon och hennes man adopterat tre barn från Sydafrika.Jag hittade det här bildspelet från när dom åkte för at hämta hem två små tvillingtjejer. Sitter här och blinkar tårar för att det är så himla cool och för att vi pluggade ihop och för att hon är sig precis lik och för att flickorna är så fina och ja ni vet alltihop. ja nu grinar jag med. hurra för alla barn! Men åh vad fint! Åh....så vackert. Tårarna rinner så klart. alla: eller hur! man blir alldeles glad :) Åh jättefint! Har läst om dem tidigare. HUr hittar man själva artikeln? sagt o gjort: i dagens svd står det om hur dom har det idag: http://www.svd.se/nyheter/inrikes/artikel\_3838473.svd . och här den från 2008: http://www.svd.se/nyheter/inrikes/artikel\_2117101.svdäsch nu börjar jag gråta igen :) Ett glas rött åtminstone

**id 198**

Mannen och gärningen[redigera | redigera wikitext] Han har utfört fältarbeten på flera platser, framför allt i Asien, alltifrån irakiska Kurdistan och södra Iran till Bhutan och Bali. Hans första fullskaliga monografi, Political Leadership among Swat Pathans (1959), var ett viktigt bidrag till den då pågående kritiken av strukturfunktionalismen. Med stöd i spelteori och aktörorienterade modeller om maximering, analyserar Barth politik, inte som ett medel för social integration, utan som ett verktyg för individer i deras maximering av makt. Models of Social Organization (1966) är en teoretisk essä som presenterar ett dynamiskt aktörsbaserat alternativ till de orubbliga modellerna för kultur och samhälle som då ännu gällde inom brittisk socialantropologi. Barth har även varit redaktör för och bidragit till viktiga böcker i studiet av etnicitet (Ethnic Groups and Boundaries, 1969) och forskningsstrategier i komplexa sociala system (Scale and Social Organization, 1978).

**id 199**

Ett binärträd är en datastruktur av trädtyp i vilken varje nod har högst två barn. En vanlig användning är i form av ett binärt sökträd. Varje träd har en rot, det är den nod i trädet som inte har någon förälder. Om man följer en väg från rot och går längst ner kommer man till ett löv. Löv är noder som saknar barn. Definitioner[redigera | redigera wikitext] - En riktad kant är länken mellan en nod och ett barn (pilarna i bilden). - Rotnoden är noden utan någon förälder (noden längst upp i bilden). Det kan bara finnas en rotnod. - Ett löv är en nod utan några barn. - Djupet för en nod är antalet steg från rotnoden till noden. Rotnoden är på djup 0, dess barn är på djup 1, osv. - Höjden för trädet är det största djupet i trädet. Ett träd med bara en rotnod har höjd 0. - Syskon är noder med samma förälder. - Delträd eller subträd är en del av trädet. Källor[redigera | redigera wikitext] Se även[redigera | redigera wikitext] |Den här artikeln behöver källhänvisningar för att kunna verifieras. (2020-03)Åtgärda genom att lägga till pålitliga källor (gärna som fotnoter). Uppgifter utan källhänvisning kan ifrågasättas och tas bort utan att det behöver diskuteras på diskussionssidan.

**id 200**

Populära resmål relaterade till Österrike Bad Gastein är en svenskfavorit när det gäller skidåkning. Den lilla österrikiska alpbyn har länge varit en favorit bland både barnfamiljer och säsongare. Orten är förutom åkningen mest känd för sitt uteliv och sina härliga spaupplevelser. Saalbach är en mysig by i genuin österrikisk alpstil som lockar med kul och omväxlande skidåkning. På gågatan finns flera restauranger, barer, diskotek, butiker och ställen där man kan uppleva en rolig after-ski, gärna tidigt på eftermiddagen. Sölden i Österrike är snösäkert och här startar skidsäsongen redan i oktober. Skidanläggningen består av tre toppar på över 3000 meter, samt två fantastiska glaciärer. Sölden är dessutom känt för sitt vilda nattliv och är ett riktigt nöjesmekka. St Anton är en charmig skidort i de österrikiska alperna med hög klass och mycket orörd off-pist. Här finns ett stort och bra pistsystem, en del butiker samt många mysiga restauranger och barer. Undvik sportlovsveckorna om du inte gillar party. Schladming i Österrike är en klassiker i alpinvärlden som passar för hela familjen. Skidsystemet är fördelat på fyra fjäll med väldigt många olika backar. Nattlivet är hett och det finns mycket att göra när du inte står på skidorna. Zell am See är en alpby vid den vackra sjön Zeller See och är omringad av höga alptoppar. Sommartid finns vackra vandringsleder och vintertid massor av skidbackar och skidspår. Byn är populär året runt och har många hotell och restauranger. Obertauern som ligger i Österrike har en lång säsong som varierar från november till maj. Här har många hotell ski-in och ski-out, och skidsystemet är både modernt och varierat. I Obertauern trivs både familjer och de som gärna dansar på bordet hela natten. Obergurgl är Alpernas diamant. Den här vackra österrikiska skidorten är täckt av snö året runt. Liftsystemet är toppmodernt och har därför minimalt med köer. Obergurgl med sina 110 kilometer långa nedfarter satsar på god kvalitet och harmoni.

**id 201**

Hemtjänsten innefattar olika insatser för att underlätta vardagen i den egna bostaden för dig som har svårigheter att klara detta själv. Hemtjänsten utgår alltid ifrån vad du klarar av själv och meningen är att du skall ta så aktiv del som möjligt i de dagliga sysslorna. Hemtjänstinsatserna kan vara allt från enklare serviceinsatser till personlig omvårdnad. Du som bor hemma och har behov av hjälp och stöd kan ansöka om hemtjänst. Din ansökan lämnas till en biståndshandläggare som sedan utreder och fattar beslut. Ansökan prövas individuellt och i bedömningen tas hänsyn till vad du själv kan klara av. Vad kan hemtjänsten hjälpa till med?Serviceinsatser Serviceinsatser innefattar exempelvis inköp av dagligvaror, tvätt och klädvård samt städning. I skötsel av hemmet ingår inte trädgårdsarbete, snöskottning, fönsterputsning, storstädning eller städning av källare, vindsutrymmen eller andra utrymmen som den enskilde sällan utnyttjar. Hemtjänsten kan normalt inte heller hjälpa till med skötsel av husdjur. Hjälp med exempelvis gräsklippning och snöskottning kan man köpa av kommunens serviceteam Personlig omvårdnad Med personlig omvårdnad avses stöd och hjälp vid uppstigning och sänggående, på- och avklädning, hjälp med att sköta daglig hygien med mera. Personlig omvårdnad kan också vid behov ges nattetid. Hjälpen kan också bestå av rehabiliteringsinsatser, exempelvis träning och aktivering, för att bibehålla och förbättra funktionsförmåga. Uppdaterad: 2013-04-26 Av: Lena Uvhagen KontaktBiståndshandläggare Servicetelefon 0581-817 01Hemtjänstchef i norra kommundelen0581-846 29Hemtjänstchefer i Lindesberg0581-812 560581-812 67Hemtjänstchef i Frövi0581-834 01Hemtjänstchef i Fellingsbro0581-834 90 Lindesbergs kommun | 711 80 Lindesberg | Tfn: 0581-810 00 vx | Fax: 0581-131 29 | Besöksadress: Stentäppsgatan 5, 711 35 Lindesberg | Org.nr: 212000-2015

**id 202**

HTC One M8 Dual Sim Detaljer och recensioner | HTC Sverige KUNDVAGN ()DELSUMMAPRODUKTER\_\_ SMARTPHONES Med HTC One (M8) Dual-Sim kan du nu ha två sim-kort i din Smartphone samtidigt. Detta gör den till den perfekta företagstelefonen, då du kan på ett enkelt sätt skilja på jobbsamtal och privata. HTC One (M8) Dual-Sim är också perfekt för resenären, nu är det över med besvärliga sim-korts byten när du reser. Nu kan du använda ett lokalt kontant kort samtidigt som ditt ursprungliga sim kort är aktivt. Köp nu

**id 203**

Första turen till makrillebåden i år slutade med en del makrill samt en del andra arter dock inga bjässar. Mvh Joakim Första turen till makrillebåden i år slutade med en del makrill samt en del andra arter dock inga bjässar. Ja idag var det inte mycket att skriva om. Inte ett napp när jag o barnen försökte få lite makrill till middag o när regndropparna blev större så vände vi hemåt igen. Mvh Joakim Jag o Hampus åkte ut på en liten tur i fredags den 7 Augusti. Vi provade syd Slubbers och lyckades få en mattorsk och en vittling samt några småtorskar. Det största nöjet denna soliga dag var Tumlarfamiljen som dök upp o visade sig endast någon meter från båten detta gjorde Hampus mäktigt imponerad. Mvh Joakim WriteFlash('’); //–> Hej Glömde en vända ute på sjön. Vi var ute och fiskade makrill den 22 juli o lyckades få hela 36 makrillar och ett gäng taggmakrillar. Hampus o Linus fick några makrillar då och som dom kämpade för att få upp fiskarna. Mvh Joakim I dag var det dags för den nyinstiftade tävlingen som skulle gå av stapeln den 5 juni 2010. Platsen blev vald vid avfärden med båtarna och blev en fin vik på Tjörn. Tack Roger för att du fick ihop detta, Hoppas det blir årligt återkommande. En stadig vind gjorde det att valet passade alla kaststilar det innebar om man ville ha vinden här eller där så var det bara att flytta på sig till en annan plats. Fisket började efter en genomgång av reglerna, Enkla regler där vinnaren var tvungen att få en godkänd öring för att priset skulle delas ut, Priset var idag en Whiskey som skulle avnjutas i hemlighet hos vinnaren. Vid 2045 var vi klara med detta och fisket drog igång ett par dragande i några flugor var det enda i början. Roger plockade av några mindre varianter. Mats o Mikael hade större fisk efter och Joakim fick en liten, Magnus fick flera mindre o en näbbis. När tävlingen avslutades i total tystnad klockan 0030 (det var inte så hela tiden skall jag påpeka, Tack Roger) så var det tyvärr ingen som hade fått någon godkänd så priset delades aldrig ut denna gång. Grillningen gick smärtfritt med en sådan suverän glöd kunde det inte gå fel men fiskesuget var inte över ännu för en del av oss klev ut i vattnet igen efter att ha avnjutit den goda maten och Mikael fick då den största denna kvällen den mättes upp till 41cm samt att ett antal fiskar till blev tillbakasläppta igen. 0200 gav vi upp och åkte hemåt i sommarnatten. På väg 20:05 Mikael 01:21 Mvh Joakim Idag (läs förste juni) var det dags att ta revansch på regnbågarna efter debaclet i vintras. ett underbart väder o massvis med vak i gråtåsvattnet så kunde inte gå fel. Fem fina regnbågar fick jag och ett par tappade samt ett antal påslag på torrflugorna. Magnus fick en o tappade några o Persson tappade ett antal . Mvh Joakim En kort morgontur blev det men ingen fisk bara en krånglande motor så jag gav upp efter 1,5 timmes fiske Blåsigt o kallt o duggregn va fan e sommaren? Mvh Joakim Är på Orust i Svärföräldrarnas sommarstuga vilket vi är någon vecka varje vår.. Förra våren fick jag Öringar på 3,2 & 2,8kg här så jag vet att det finns fin fisk.. Det blir mest sena kvällar när ungarna sover som jag kan sticka ut så även denna gång.. På tredje kastet denna kväll sög det i och efter en ganska rejäl fight så fick jag en Öring på ca 2kg fram till fötterna där den helt sonika bestämde sig för att lämna tillbaks flugan till mig… snopet men har haft bra fiske hitills med några fiskar på 1- 1,5 kg så nöjd ändå med de fiskedagar jag haft.. Klockan närmade sig 23 och det blev ganska rejält mörkt, vet av erfarenhet att det smyger rackare längs strandkanten så jag smög omkring och spanade när jag

**id 204**

När flygplanet skakar, fasten-seat-belt-skyltarna tänds och flygkaptenen ber alla passagerare att sätta sig på sina platser och spänna fast sina säkerhetsbälten. Han säger ”vi är på väg in i ett turbulent område”. Det som upplevs och benämns som turbulens kan delas in i två kategorier, skakningar som känns som vibrationer och vertikala hävningar och sjunkningar. Turbulens kan kallas ”en oordnad luftrörelse” eller ”luftgropar” som vi ibland kallar det fast några sådana egentligen inte finns. Skakningar som känns som om man åker på ett tvättbräde, innebär ingen egentlig flygsäkerhetsrisk men kan kännas väldigt obehaglig så klart. Om det blåser mycket kan luftens friktion mot markytan göra att luftströmmen störs med turbulens som följd. Detta känns oftast i samband med start och landning. På högre höjd kan även turbulens t.ex. uppstå i gränsskiktet mellan olika luftströmmar, där en luftström blåser i en riktning och en annan luftström blåser i en annan riktning. Dvs. man passerar genom en plötslig vindriktning eller vindskjuvning. Väderförhållanden som förorsakar stora vertikalrörelser i luftrummet ökar oftast i intensitet ju närmare ekvatorn man flyger. Luften där flygplanet färdas kan liknas vid ett hav. Precis som havet har något i form av vatten som rör sig upp och ner, har luften strömmar som rör sig åt olika håll och därmed också påverkar flygplanet. Då flygplanen är utrustade med en väderradar och piloterna är tränade för att undvika hård turbulens är sannolikheten att stöta på en hård variant väldigt liten. Turbulens upplevs som kraftiga stötar i kabinen. De kan ibland kännas som att flygplanet faller ner från himlen och fångas upp igen. Men vid varje nedåtgående gupp kommer det också ett uppåtgående gupp, precis som på havet. Den vanliga missuppfattningen att flygplanet tappar höjd bygger alltså på att guppet känns mer vid ned- än uppgång. De flesta olyckorna orsakade av turbulens drabbar kabinpersonalen, som ju ofta är de som inte har bälte på sig. Att respektera fasten-seat-belt-skyltarna och ha bältet på är därför ett ganska säkert sätt att slippa bli skadad om turbulensen uppstår. Och det är viktigt att inte bara sätta på sig bältet utan spänna fast det ordentligt över höfterna. Det kan kanske kännas som att flygplanet skulle gå sönder när turbulensen är svår men flygplan är byggda för att klara mycket mer än så. Blir det ändå skakigt förklarar en bra pilot vad som händer – till exempel att vingarna ska röra sig, för att minska skakningarna. Normalt är att vingarna och vingbalken är byggda för att kunna röra sig mer än 2–3 meter i höjdled utan någon som helt fara för flygplanet. Flygplan är byggda för att tåla betydligt starkare turbulens än den som kan uppstå under så kallade extrema turbulensförhållanden och är inte i någon fara. Inför och under varje flygning kontrollerar piloterna vädersituationen och följer med hjälp av egen väderradar upp väderförändringar och väljer flygväg med hänsyn till denna väderinformation. Sammanfattningsvis kan man säga att turbulens upplevs som obehagligt men förorsakar mycket sällan några olyckor. Så länge du sitter fastspänd så har du inget att oroa dig för. Turbulens är alltså inget annat än osynliga vågor i det osynliga havet av luft som flygplanet färdas i. Tycker du att det är obehagligt med turbulens? Så obehagligt så att det hindrar dig att flyga eller att du måste ta till säkerhetsåtgärder för att kunna flyga? Vi hjälper dig gärna. Läs mer om hur vi jobbar med flygrädsla här, och ring oss sedan så får vi prata om just dig och din rädsla. När flygplanet skakar, fasten-seat-belt-skyltarna tänds och flygkaptenen ber alla passagerare att sätta sig på sina platser och spänna fast sina säkerhetsbälten. Han säger ”vi är på väg in i ett turbulent område”. Det som upplevs och benämns som turbulens kan delas in i två kategorier, ska

**id 205**

Andra Petrusbrevet Andra Petrusbrevet är en skrift som ingår i Nya Testamentet. Allmänt anser man att brevet är en pseudepigrafi, som har utgivits under falsk namn för att ge den aposteln Petrus auktoritet.[1]

**id 206**

« Vet ni vilken grupp människor om snattar mest? Det där med att vi alla är olika fast ändå så lika 7 oktober 2010 | Vackert • Viktigt | Inga kommentarer Om du har en timme över tycker jag du ska titta på Sommarpratarna del 1 på svt play. Alla lever så otroligt olika liv. Men någonstans, i sorg, smärta men också glädje möts vi liksom. Det är så vackert. Hej Den här bloggen har varit mycket genom åren. Den har alltid varit ett uttryck för min kreativitet på olika sätt. Med tiden har det skalats av och kvar blev kärnan av allt. Tankarna och den livslånga, livsavgörande relationen till Gud. Tron som ger mig liv och hopp varje dag.

**id 207**

#0004c0 Hexfärgkod Hexdecimalsfärgkoden #0004c0 är en mellanmörk nyans i blå . I RGB-färgmodellen #0004c0 består av 0% röd, 1.57% grönt och 75.29% blått. I HSL-färgutrymmet #0004c0 har en färgton på 239° (grader), 100% mättnad och 38% ljusstyrka. Färgen har en ungefärlig våglängd på 464.35 nm.

**id 208**

Integritetspolicy Om Aller Media, våra webbplatser och denna integritetspolicy Aller Media AB, org.nr 556002-8325, Box 27717, 115 91 Stockholm, (”Aller Media” eller ”vi”) ger i Sverige ut ca 35 olika titlar – se komplett lista på vår hemsida – och levererar läsglädje till över 3 miljoner svenskar varje månad. Aller Media finns i Sverige sedan 1894 och har huvudkontor i Stockholm. Aller Media erbjuder både tryckta och digitala tjänster. Vi kan i vissa fall även erbjuda dig möjlighet att använda våra applikationer, tjänster och verktyg via en mobil enhet, antingen genom en mobilapplikation eller genom en mobilanpassad webbplats. Bestämmelserna i denna integritetspolicy gäller även för all mobil åtkomst och användning av mobila enheter. När du använder Aller Medias olika tjänster samlar vi in dina personuppgifter och behandlar dem i enlighet med den här integritetspolicyn. Därför är det viktigt att du läser och förstår integritetspolicyn innan du använder Aller Medias tjänster. Om du inte godkänner integritetspolicyn bör du inte använda våra tjänster. Aller Media är personuppgiftsansvarig och därmed ansvarig för behandlingen av dina personuppgifter. Vi är måna om att skydda dina personuppgifter och angelägna om att dina personuppgifter alltid behandlas säkert. Vi följer alla tillämpliga lagar och regler som finns för att skydda privatpersoners integritet och använder oss av lämpliga och rimliga fysiska, tekniska och organisatoriska säkerhetsåtgärder i förhållande till mängd och känslighet av personuppgifter. Vissa sidor på våra webbplatser innehåller länkar till webbplatser från tredje part. Dessa webbplatser har egna integritetspolicyer och Aller Media är inte ansvarigt för deras verksamhet eller deras informationsrutiner. Användare som skickar information till eller genom dessa tredjepartswebbplatser bör därför granska integritetspolicyerna för webbplatserna innan några personuppgifter skickas till dem. Behandling av dina personuppgifter Denna integritetspolicy beskriver hur vi samlar in, använder, sparar, lämnar ut och skyddar dina personuppgifter. Som nämnts ovan är Aller Media personuppgiftsansvarig för behandlingen och följer alla tillämpliga lagar och regler som finns för att skydda privatpersoners integritet, inklusive EU:s direktiv om integritet och elektronisk kommunikation 2002/58/EG samt EU:s allmänna dataskyddsförordning 2016/679 och eventuella ändringar av, tillägg till eller regleringar som ersätter, implementerar eller kompletterar sådana lagar, förordningar, föreskrifter och regler. För insamling, hantering och lagring av information som inhämtas via cookies och andra elektroniska hjälpmedel, samt information om profilering som vi genomför för marknadsföringsändamål, hänvisas till avsnittet ”Om cookies, pixlar, adblockers och profilering” nedan. Vilka personuppgifter samlar vi in och varifrån? Om du beställer en prenumeration av oss, om du besöker eller registrerar dig på våra webbplatser eller i övrigt använder våra tjänster kan du komma att lämna information till oss som anses utgöra personuppgifter enligt tillämplig personuppgiftslagstiftning. De typer av personuppgifter som vi samlar in kan, beroende av sammanhanget, omfatta: - namn och kontaktinformation inklusive adress, mobilnummer och e-postadress; - personnummer; - leverans- och faktureringsinformation, betalningsinformation och annan information som du lämnar i samband med köp eller leverans av en produkt eller tjänst; - olika typer av demografisk information; - information om preferenser och intressen baserat på användning av Aller Medias webbplatser; - användarnamn och lösenord till våra tjänster; - annan information som är relevant för kundundersökningar, annonser, tävlingar eller erbjudanden; och/eller - annan användargenererad information som du aktivt väljer att dela med dig av via våra webbplatser. Insamling av dina personuppgifter kan ske från följande källor: - någon av Aller Medias webbplatser, t.ex. när du beställer en prenumeration, beställer något av våra nyhetsbrev, eller deltar i någon av våra tävlingar; - när du beställer en prenumeration genom att fylla i en av Aller Medias fysiska kuponger; - webbplatserna se och gebortentidning.se, när du beställer en Aller Media-prenumeration; - webbplatserna tidningskungen.se, tidningsbutiken.se, tidningstorget.se, tidningsmagasinet.se eller lehtikuningas.fi, när du beställer en Aller Media-prenumeration; - appen Pling; - när du handlar i Aller Media shop; - när du kontaktar oss via e-post; - genom avtal eller annan affärskontakt, om du är kontaktperson för någon av våra avtalspartners

**id 209**

Chinos från RIVER ISLAND. Hällor i midjan samt gylf med knapp och dragkedja. Snedställda fickor i sidorna samt två fickor baktill som försluts med knapp.Tillverkad av 100% Bomull. Brittiska River Island har lagt hela världen för sina fötter med sitt streetinspirerade, trendiga mode. Spana in deras kollektioner här nedan. Och du, missa inte accessoarerna – där snackar vi perfekta väskor. Standardleverans: Fri frakt vid köp över 199kr, 3-5 arbetsdagar. Expressleverans: 59 kr, 1-3 arbetsdagar (upp till 3 dagar för postnummer som börjar på 62 och 82-98). 14 dagars returrätt. Klicka här för mer information om byten och returer. Vårt nyhetsbrev är fullspäckat med de senaste trenderna, exklusiva kampanjer, VIP-förtur till reor och födelsedagspresenter. Om du signar upp nu så får du 15% rabatt på ditt första köp – hur bra? Vi visste väl att en fashionista som du inte skulle missa detta drömmiga. Här är koden som ger dig 15% rabatt på ditt första köp – shop ’til u drop! Ange koden i kassan. Går inte att kombinera med andra erbjudanden. Nlyman.com – Nelly.com´s nya satsning på herrkläder för mode- och skönhetsmedvetna män. Nlyman.com inspirerar män med nyheter och stiltips varje dag. Vi erbjuder kläder från mer än 350 varumärken till bra priser och snabb leverans. Oavsett tillfälle har vi den rätta stilen för dig från välkända varumärken som Filippa K, Jack & Jones, Tiger of Sweden, Tommy Hilfiger, Selected Home, Diesel, Nudie Jeans, River Island, och Cheap Monday. Betalningsalternativ

**id 210**

Edward Frankland, född den 18 januari 1825, död den 9 augusti 1899, var en brittisk kemist. Frankland blev 1851 professor i kemi vid Owens College i Manchester och var 1865–1885 professor vid Royal School of Mines i London. Han bidrog med flera viktiga upptäckter till den organiska kemin, exempelvis upptäckten av dimetylzink och dietylzink. År 1853 publicerade han ett arbete över lysgasen och inkluderade där en berättelse över sina epokgörande undersökningar över tryckets inflytande på lågors lyskraft. Han var 1868 regeringskommissarie vid undersökningen av flodernas föroreningar samt lämnade viktiga bidrag till vattnets kemi och teknologi. År 1881 besökte han Stockholm för att meddela upplysningar i fråga om vattenledningsverkets utvidgande. Frankland blev 1853 ledamot av Royal Society och 1885 ledamot av Vetenskapssocieteten i Uppsala. Han författade bland annat Researches on the isolation of the radicals of organic compounds (1853), Influence of atmospheric pressure on the light of gas, candle, and other flames (1853) och Composition and quality of water used for drinking and other purposes. Frankland tilldelades Royal Medal 1857 och Copleymedaljen 1894. Hans son Percy Faraday Frankland (1858–1946), från 1900 professor i kemi vid universitetet i Birmingham, skaffade sig ett namn som bakteriolog. Källor[redigera | redigera wikitext] Frankland, Edward i Nordisk familjebok (andra upplagan, 1908)

**id 211**

Körde ben idag på Balance. Riktigt bra pass. Fortf fokus på kontakt och mkt enbensövningar. Avslutade med knäböj, lätt, 6sek excentriskt. Riktigt jobbigt! Lite bilder från passet:) Det känns så jäkla bra just nu. Är i min bästa form någonsin och har gjort en sån muskelökning det här året. Vill få fett % lägre fortf men det är så kul att se sig själv och sin utveckling i spegeln. Varje dag når jag min bästa form någonsin. Hårdheten kommer och att samtidigt bygga muskler under diet känns grymt! Håller kolhydraterna uppe och känner mig inte låg. Har verkligen hittat en balans. Nu dags för målet efter passet. Älskar Potatis! Mums! 2 kommentarer till Dagens benpass Tack! Kram Tja! Tänkte bara berätta att en såkallad ”Julija” använder dina bilder på sin Facebook! 🙂 http://www.facebook.com/julija.je

**id 212**

Dessa hallongrottor har jag på recept hemma,de går även att baka dem på margarin yyyyyistället för smör.Jättegoda och möra ,samt lätta att göra.Jag brukar göra 20 stycken yyyyypå denna sats. viviwallin29 oktober 2009 Nu har jag bakat dina hallongrottor två gånger, bägge gångerna med väldigt gott resultat! Fattas bara annat med så mycket gott smör i! yyyyyFörsta gången toppade jag med vaniljkräm under sylten och idag bakade jag med glutenfritt mjöl eftersom min mamma är glutenallergiker!. Disen23 juli 2010 Jättegoda, fast mina blev inte så fina och "rann" ut lite. Kanske jag gjorde dom för stora. yyyyyMen jag försöker igen, för dom var så goda.

**id 213**

Socker/sukker, glukossirap/glukosesirup, VETEMJÖL/HVEDEMEL/HVETEMEL (17%), palmfett, kakaosmör/kakaosmør, kondenserad SKUMMJÖLK/SKUMMETMÆLK/SKUMMET MELK, kakaomassa/masse, SKUMMJÖLKSPULVER/SKUMMETMÆLKSPULVER/MELKEPULVER av SKUMMET MELK, LAKTOS, MJÖLK-/MÆLKE-/MELKEFETT, vassle-/valle-/myse-pulver (av MJÖLK/MÆLK/MELK), fettreducerat / fedtfattigt kakaopulver, salt, emulgeringsmedel / emulgator (SOJA-/SOYALECITIN), jäsningsmedel / hævemiddel (E500), naturlig vaniljekstrakt. (Kan innehålla: HASSEL-NÖT/-NØD/-NØTT, MANDEL, GLUTEN (KORN/BYG, HAVRE)). Mindst 25% kakaotørstof. Näringsvärde:Näringsvärde per 100 Gram energi 2073 Kilojoule energi 495 Kilokalori fett 23.9 Gram varav mättat fett 13.9 Gram kolhydrat 64.6 Gram varav sockerarter 48.8 Gram protein 4.5 Gram salt 0.44 Gram Socker/sukker, glukossirap/glukosesirup, JORDNÖTTER/JORDNØDDER/PEANØTTER, SKUMMJÖLKSPULVER/SKUMMETMÆLKSPULVER/MELKEPULVER av SKUMMET MELK, kakaosmör/kakaosmør, kakaomassa/masse, palmfett, LAKTOS, vassle-/valle-/myse-pulver (av MJÖLK/MÆLK/MELK), MJÖLK-/MÆLKE-/MELKEFETT, salt, emulgeringsmedel / emulgator (SOJA-/SOYALECITIN), ÄGGVITE-/ÆGGEHVIDE-/EGGEHVITEPULVER, hydrolyserat MJÖLK-/MÆLKE-/MELKEPROTEIN, naturlig vaniljekstrakt. (Kan innehålla: HASSEL-NÖT/-NØD/-NØTT). Mindst 25% kakaotørstof. Näringsvärde:Näringsvärde per 100 gram Energi 485/2032 kilokalori/kilojoule Fett 23 gram varav mättat fett 9.10 gram Kolhydrat 60.20 gram varav sockerarter 50.80 gram Protein 8.60 gram Salt 0.60 gram

**id 214**

#000436 Hexfärgkod Hexdecimalsfärgkoden #000436 är en mycket mörk nyans i blå . I RGB-färgmodellen #000436 består av 0% röd, 1.57% grönt och 21.18% blått. I HSL-färgutrymmet #000436 har en färgton på 236° (grader), 100% mättnad och 11% ljusstyrka. Färgen har en ungefärlig våglängd på 465.9 nm.

**id 215**

Smakar underbart gott Instruktioner Sätt ugnen på 200 grader Kör smör, solrosfrön, mjöl, havregryn och råsocker i en matberedare. Ta bort en tredjedel av blandningen och spara till toppning. Tillsätt 1 msk vatten och blanda till en pajdeg. Tryck ut degen i portionsformar och ställ i kall medan du bereder fyllningen. Fyllningen: Koka jordgubbar, rabarber och socker utan lock 10 minuter så att en del vätska kokar bort. Blanda ut potatismjölet I vattnet och tillsätt i frukten. Fyll pajskalen med frukten och toppa resterande pajdeg. Grädda mitt i ugnen 15-20 minuter. Servera med glass eller vaniljsås. Publicerat den 4 juni 2010 Gjorde den som en stor paj och det blev stor succe bland vännerna. Hade även kokoksflingor i degen. Mums!

**id 216**

Att återvinna gammal belysning och sätta in i en helt ny miljö, kan bli riktigt snyggt. Industrilampor är ett bra exempel, jag har sett flera bilder där stora lampor i aluminium placerats i kök eller på kaféer. Vi hade själva med en stor industrilampa till Retromässan i mars. Fynda gör man kanske bäst på störra loppisar, auktioner eller möjligen Tradera. Industrilampor är populära, så det kan krävas lite tur om man ska få tag på dem billigt. Skrivbordslampor av märket Luxo tycker jag själv är väldigt snygga.

**id 217**

Jag bara Älskar att blogga Posted on maj 11, 2009 by Stefan Jag gör som de andra bloggbrudarna (Tonårsmorsa och Mymlan/Sofia).. Jag måste också få säga vad jag tycker om Elisabeth Höglunds krönika i Expressen om bloggar… För det första så gillar jag inte hennes påhopp på Linda Rosing… En sån är Linda Rosing. När jag vill plåga mig riktigt mycket, brukar jag gå in på hennes blogg och läsa. Detta säger en hel del om Elisabeth själv.. hon är så nyfiken.. hon vill gärna vara med om allt detta… för hon själv är ju en halvkändis nu när hon varit med i ”Let´s dance”.. men det är ingen som bjuder in henne… och då blir hon lite putt och måste gå in och läsa vad hon själv missade…. Jag tycker naturligtvis inte så här. Tvärtom. Den fråga jag vill ställa är, varför så många i dag lägger ut hela sitt privatliv till allmänt beskådande på nätet? Har folk inget behov av en ”privat sfär” längre? Varför ska allt i ens liv vara tillgängligt för alla? Fick dessa bloggare inte tillräcklig uppmärksamhet, när de var barn? Eller finns det andra motiv? Nu ska jag svara på detta Elisabeth.. Jag är en kvinna som fick bröstcancer.. istället för att spy ut allt skit som jag samlar på mig iform av tankar över min älskade make så började jag att blogga.. här kan jag värka ur mig precis all skit som samlas i huvudet på mig… så inte jag ska plåga familjen med att vara sur och må dåligt… för den bästa terapin är att skriva av sig… Att det sen blir väldigt privat får människor som läser min blogg ta… för det är en sjukdom som är privat.. och som inte många pratar om, mer än i oktober.. och knappt då.. Jodå.. jag har mina privata saker som jag aldrig skulle lägga ut på bloggen… Dessutom tror jag att jag har hjälpt någon som hamnat i samma situation att förstå sjukdomen.. och att det inte är kört… Min barndom är för privat för att jag ska skriva om jag fick tillräckligt med uppmärksamhet då… och det ska du bara skita i… Ja, pengar. En del bloggare påstår, att de bloggar därför att de älskar att skriva. Det tror jag inte ett dugg på. Det är pengarna de i bästa fall kan dra in på att blogga, som de är ute efter. Jag får inte ett enda öre för att jag bloggar… och om nu någon tycker att jag är värd något så får de väl säga till… fast en slant till min insamling till cancerfonden eller till Davids insamling till barncancerfonden hade gjort mig glad.. för den där laptopen jag vill ha lär jag nog aldrig få… så jag får nog köpa en själver…. Jag bloggar för att jag älskar min blogg.. utan min blogg hade jag antagligen inte levt idag.. tänk.. en blogg som har räddat livet på en person.. när ska det skrivas om det? Maria, on maj 11, 2009 at 11:24 said: Det är ju som jag skriver/säger.. att utan bloggen vet jag inte om jag hade orkat med den här resan.. och sjukdomen i sig… För livet är skört.. man vet aldrig vad som händer.. om en timme eller i morgon.. Kram Pys kramar till dig Jag tycker att det är så skönt att blogga.. mår jag dåligt så går maken in och läser och så tar vi de det hållet…Så slipper vi prata cancer… Jag vet hur många sidvisningar jag har.. och jag är glad för varje liten visning.. för det betyder att någon har varit inne och läst.. och kanske lärt sig något… Så skönt att veta att det sitter någon som bryr sig och blir orolig för mig.. om jag inte visar att jag lever… gillar sånt… gunsan, on maj 11, 2009 at 13:23 said: Ja.. jag bryr mig inte om vad hon drivs till.. men man går inte ut och talar om att om man vill plågas så går man in och läser en blogg som man stör sig på… Jag läser inte Blondinbellas för jag kan inte med den.. och det är bra… Leo Beata, on maj 11, 2009 at 13:32 said: Tack Pysan för att du skriver som du gör! Jag tycker det är sorgligt att Elisabeth Höglund dissar tjejerna som fångar möjligheterna… och så

**id 218**

från Sappa Här på vår sida kan du med enkelhet jämföra olika mobiloperatörer emot varandra. Du kan sortera deras kanalpaket efter pris och storlek och du kan även välja att läsa mer om respektive operatör eller fördjupa dig i deras utbud av olika prisplaner, erbjudanden, rabatter och vilka nyheter dem kommit med på det senaste. Det är viktigt att du jämför tv-abonnemang innan du bestämmer dig för vilken typ av operatör och vilken sorts kanalpaket du vill ha. Vill du ha ett stort utbud med många kanaler med flera tilläggstjänster och tillvalspaket, då hamnar du i den dyrare klassen, men om du däremot skaffar ett Boxer kontantkort så får du tillgång till 41 kanaler och betalar enbart för dem månaderna som du själv valt att tanka på ditt kontantkort. Om du inte jämför tvabonnemang före du bestämmer dig så har du inte heller full koll på utbudet som finns och kan på så sätt omöjligt finna det kanalpaketet som är billigast för dig och samtidigt erbjuder dig mest möjliga tv kanaler som passar dig för minsta möjliga kostnad. Boxer kontantkort Med ett kontantkort till din tv ifrån tex Boxer så kan du nu alltså se dina favoritkanaler på din tv utan att behöva teckna upp dig på ett abonnemang med bindningstider och uppsägningstider. Du väljer själv vilket kanalpaket du vill tanka och för hur mycket saldo du vill tanka. Beroende på saldots storlek så behåller du dina tv kanaler olika länge. Detta passar perfekt för dig som enbart vill ha dina tv kanaler i perioder och inte hela tiden året om. Med ett boxer kontantkort så kan du välja mellan boxers alla olika mix paket med ett totalt utbud av 41 st olika tv kanaler. Så kanalutbudet är väldigt stort även när det gäller tv kontantkort i förhållande till tv abonnemang. Du betalar en specifik kostnad på ditt kanalpaket beroende på hur länge du vill tanka på, men sen när du väl tankat på ditt kontantkort första gången så betalar du en lägre avgift när du endast fyller på ditt kontantkort. Detta kan du läsa mer om på undersidan för Boxer kontantkort. Bra tv-abonnemang Alla vill vi väl ha ett bra tv-abonnemang, men vad är då ett bra tvabonnemang och vem erbjuder ett bra tvabonnemang? Här på tvabonnemanget.se kan du läsa om alla operatörer och alla deras prisplaner på deras undersida som du når via startsidan. Där finner du all information som är värd att läsa om operatören och de specifika kanalpaketen som dem erbjuder sina kunder. Det står även mycket att nyttigt som är bra att veta tex vilka erbjudanden och tillvals kanalpaket som operatören erbjuder sina kunder. Det står även med operatörens alla tilläggstjänster som extra boxar, extra kanal kort och så vidare. Klickar du vidare på länken under respektive kanalpaket så kan du läsa mer om den prisplanen på dennas egna sida. Där kan du fördjupa dig mer på just vad det kanalpaketet innehåller och kan erbjuda dig som kund i prisväg, antal kanaler, uppsägningstider, bindningstider med mera. Kanalpaket En mängd olika kanalpaket finns där ute på marknaden idag. Så hur vet man vilken man ska välja? Genom att använda vår jämför tv abonnemang funktion på sidan så kan du enkelt finna ett billigt tv-abonnemang med rätt antal kanaler för dig. Du kan hitta det billigaste tv abonnemanget eller även välja att sortera efter hur många kanaler som kanalpaketet innehåller och på så sätt hitta det största kanalpaketet till det lägsta priset. Välj kanalpaket efter vad du tittar på och vilka kanaler som ingår i kanalutbudet, detta är minst lika viktigt som antalet kanaler och priset i sig. Hellre få kanaler som du tycker om än många kanaler som du ändå inte har någon nytta utav. Playtjänster De flesta kanaler har idag sin egen playtjänst där du kan se på dina tv kanaler, filmer, serier och favoritdokumentärer direkt på internet via din TV, dator, surfplatta eller mobil. Nu erbjuder tv kanaler användarna att använda playfunktioner i offline läge, så det innebär alltså att du kan ladda hem ett par stycken serier till din telefon ifrån tex SVTPlay för att sedan kolla på dem vid ett senare tillfälle när du inte längre har internet täckning. Det varierar stort mellan de olika operatörerna och tv kanalerna hur stort utbud det är på playtjänsterna och vilka möjligheter man har som gratis kund och vad det kostar att bli premiumkund. Valen är många men

**id 219**

THE MINIGOLF EXPERIENCE MINIGOLF BY THE SEA 18 HÅL I MARIN MILJÖ Glöm trälådor och sliten bangolf. Golfbaren är den riktiga minigolfens hem. Våra banor är tävlingsklassade och utformade av proffs för största möjliga spelglädje och spänning. 19-20 augusti - 17-21 Minigolf 21 augusti 17-21 Minigolf, Mat & Bar 22-23 augusti 11-21 Minigolf, Mat & Bar 24-25 augusti 17-21 Minigolf 26 augusti - stängt pga tävling, Krillan Cup (för-SM) 27-28 augusti - 11-21 Mat & Bar, 18-21 Minigolf (SM pågår) 29-30 augusti - 11-21 Mat & Bar, 18-21 Minigolf (SM pågår) September helger 11-18 - Minigolf, Mat & Bar Med reservation för ändringar! OBS! grupper 10+ kan boka övriga tider 30 MAJ – 16 AUGUSTI 21-23 AUGUSTI Minigolf Barn (upp till 12 år)= 60 kr Spela en till runda = halva priset! Minigolf med spelvärd & tävlingsarrangemang = 250 kr (OBS måste förbokas!) Här på Golfbaren vill vi kunna ta emot alla besökare, vi kör därför alltid drop-in med mycket få undantag under alla våra öppettider. Men är ni en större grupp på 10 eller fler rekommenderar vi våra Combos där vi adderar även mat & dryck samt ett tävlingsupplägg och garanterad starttid. INGEN SOMMAR UTAN GOLFBAREN 18 HÅL proffsig minigolf direkt på bryggan Direkt på bryggan och med egen sandstrand har banan naturligt fått ett marint tema med lokala inslag. En minigolfupplevelse tillägnad Ekerö och den svenska sommaren. Combos Droppa in som du är eller skräddarsy ett event för kompisgänget eller företaget Det finns afterwork – och så finns det afterwork. Slå dig fri från trånga kontor, trista möten eller planlöst slösurfande och fyll själen med sjöbris, ögonen med grönska och sinnet med kluriga minigolfutmaningar. Frossa i sommar i vår oas på bryggan, med tävlingsklassade banor som tar minigolfen på största möjliga allvar. Addera välkomstbubbel, en rejäl matbit hos vår granne sjökrogen och du är på god väg att skapa ett sommarminne av rang! Sa vi att ni dessutom får er alldeles egna spelvärd som tar hand om er under besöket? Vi följer myndigheternas riktlinjer och kan just nu endast ta emot gruppbokningar upp till 48 personer. För mer info kontakta vår bokning. Pris från 500 kr/per person Pris avser 10-80 personer Inget av ovan som passar, kontakta oss så försöker vi hitta en bra lösning! Golfbarens egen Viktor Lindgren gick en runda igår och fick i några spik. Han satte allihop faktiskt, men antalet omtag med kameran är en hemlighet…;-) De är spelade i nummerordning och de flesta hål har flera spellinjer och varianter som funkar, men prova gärna Viktors. Han vet vad han gör, och kom ihåg hans namn, för om några år kan han vara Golfproffs, just nu går han på college i USA. Inför SAGM reserverar vi oss för att reglerna kan komma att påverka vissa av spel-linjerna som Viktor valt nu. Tävlingsledningens och bandesignerns grundinställning är dock att fri väg till hål gäller. Men detta bestäms slutligen tillsammans med domaren på plats i god tid innan tävlingen i höst. Minigolf, mat & dryck EVENTS Utmana chefen, sommarfiera affärslunchen eller lär känna kollegornas vinnarskallar på kick-offen. Minigolfen väntar på er! Tillsammans med mat, dryck, proffsiga spelvärdar och ett härligt sommarhäng ger vi er The Minigolf Experience. DATES Glöm stel tystnad, tafatta skämt och fladdriga blickar. Ta med dejten till Golfbaren och bryt isen med riktigt rolig minigolf och en kall glass, fortsätt med somriga drinkar och god mat hos vår granne. Minigolf, kärlek och respekt! FRIENDS Ta med kompisgänget, svärmor eller din bättre hälft på en runda minigolf på bryggan. Roliga banor, nervkittlande tävling och garanterad sommarfeeling. Upplagt för mycket skratt och kanske en och annan glädjetår. Låt slaget börja! På jakt efter sommarens mest fängslande ögonblick, vyer och smultronställen? Tänk lokal

**id 220**

yyyyyoch uppskattar prima råvaror. Allt under samma tak i en härlig speciell atmosfär. Välkommen in till oss ! GOURMETPÅSEN Beställ vår populära Gouremetpåse eller köp ett presentkort på en påse till en vän. HÄR PRESENTKORT Vi säljer presentkort för Gourmetpåsen, gäller även i hela Stadskällaren. Det här är Stadskällaren Gourmetpåsen är en förberedd lyxig fredagsmiddag för två. Av säsongens bästa råvaror och utbudet i saluhallen skapar vi härliga menyer. Vällagad lunchmat med fräschör och stort inslag av vegetariska komponenter. Stadskällaren är en mötesplats för alla som älskar god mat och bra råvaror. Här har vi skapat en skön miljö med modern mat i vår restaurang och bar som samsas med vår saluhall. Där hittar du allt från lokalproducerat kött och ostar till fantastiska olivoljor, Japanska kolgrillar eller sommarens bästa tillbehör. Här blandas allt i en härlig mix där några äter, någon hänger i baren och andra shoppar coola köksprylar. Allt under samma tak, på Stadskällaren. Välkommen in!

**id 221**

Sveriges Bästa Cheesecake Cheesecake är något väldigt speciellt ska ni veta. Inte nog med att det är den godaste dessert som någonsin uppfunnits, för mig kommer den även högt upp på listor som bästa förrätt, huvudrätt, snack, frukost, vickning och sällskap till Sauternes. Jag skulle kunna vara sambo med en Cheesecake när jag tänker efter. Ja, det var värt att bli varnad för, receptet på Cheesecake alltså...Låter ju alldeles utomordentligt gott, men ack så många kolhydrater...Tack! Magiskt god är den! Ok, Veniero's kanske har världens bästa cheescake men man kan snabbt konstatera genom att kolla på deras hemsida att de definitivt inte har läst din lista över förbjudna tillbehör och toppings... Men det är väl för att de inte kan svenska alternativt skiter i vad du tycker. Troligtvis både och./Hon i Bryssel

**id 222**

Många är vi som gör våra inköp över nätet. Det kan vara kläder, möbler, mat och så vidare. En del av oss beställer även utanför landets gränser. Men trots bekvämligheten så kanske det gnager i bakhuvudet om hur säkert det är egentligen. Till att börja med finns det vissa fördelar med att använda sig av kreditkort, nämligen: Om du exempelvis betalar för en produkt som du sedan inte får eller om företag du handlar av går i konkurs då är det kortföretaget som står för garantin. Med ett kreditkort minskar du dessutom risken för att exponera all personlig information kopplat till ditt bankkonto. 3. Var försiktig med erbjudanden som verkar för bra för att vara sanna och lämna inte ut mer information än nödvändigt. 4. Handla bara från trovärdiga webbplatser. Om du känner dig osäker, ta kontakt med företagets kundtjänst genom att ringa eller mejla. 5. Kolla om om det står https i adressfältet och titta efter symbolen hänglås. Då vet du att du är på en säker betalningssida. 6. Jämför gärna priser på flera nätbutiker och stäm av slutsumman innan du betalar. Kontrollera samtidigt om det tillkommer extra avgifter som till exempel tull och moms.

**id 223**

Så här hanterar vi dina personuppgifter För att kunna erbjuda dig våra tjänster behöver vi behandla dina personuppgifter. Vi värnar om din integritet och samlar inte in fler uppgifter än vi behöver. Vi säljer aldrig uppgifterna vidare till tredje part. Det är viktigt att du läser och förstår vår dataskyddspolicy innan du beställer eller använder våra tjänster. Har du några frågor om vår dataskyddspolicy kan du alltid kontakta oss på kansli@algen.se. Genom att vara medlem i Älgskadefondsföreningen accepterar du vår dataskyddspolicy och vår behandling av dina personuppgifter. Du godkänner också att Älgskadefondsföreningen använder elektroniska kommunikationskanaler för att kommunicera och skicka information till dig. Här förklarar vi hur vi samlar in och använder dina personuppgifter. Vi beskriver också vilka rättigheter du har. Insamling och användning av data Vilken information samlar vi in? Denna dataskyddspolicy täcker all data som vi samlar in, till exempel från webbplatser, sociala media, kontakt per telefon eller mejl och på evenemang/mässor. Vi kan komma att kombinera personuppgifter som samlats in på ett sätt (t.ex. en webbplats) med personuppgifter som har samlats in på ett annat sätt (t.ex. på kurser). Information som du ger till oss Du kan direkt eller indirekt komma att ge oss information om dig själv och ditt företag på ett antal olika sätt, såsom när du blir medlem, kontaktar oss via vår hemsida, per e-post, brev eller telefon, när du anmäler dig till en arrangemang eller liknande, när du anmäler att du vill få information från oss eller interagerar på våra sociala medier. Denna information kan vara: - Person- och kontaktinformation som namn, adressinformation, e-postadress, mobiltelefonnummer, personnummer, mm. - Betalningsinformation så att vi kan se vem som betala medlemsavgift, göra banköverföringar i samband med skadeersättningar men i förekommande fall fakturaadress, annan faktureringsinformation, mm. Information vi samlar in om dig När du kommer i kontakt med oss kan vi samla in information om (observera att vi inte alltid nödvändigtvis samlar in all nedannämnd data): - Person- och kontaktinformation som namn, adressinformation, e-postadress, mobiltelefonnummer, personnummer, mm. - Information om tjänster och leveranser med detaljer angående de tjänster du beställer, t. ex. informationsmaterial, konferensdeltagande, medlemssammankomster eller liknande. - Historisk information som deltagande på utbildningar och möten, betalningshistorik o.d. - Enhetsinformation som t.ex. IP-adress, språkinställningar, webbläsarinställningar, tidszon, geografisk information, operativsystem, plattform och skärmupplösning (via statistikverktyg och nyhetsbrevssystem). Informationen du ger oss är nödvändig för att ingå ett medlemskap hos oss eller för andra syften. Det kan till exempel vara för att vi ska kunna förbättra vår information och tjänster till dig eller utföra vårt uppdrag och våra åtaganden gentemot dig som medlem. Personnummer behandlas för att vi ska kunna tillgodose medlemmens förväntningar på oss enligt våra stadgar. Läs även mer om hur vi använder cookies i vår cookiepolicy. Vad gör vi med informationen? Tillhandahålla, utföra och förbättra våra tjänster All data används för att tillhandahålla, utföra och förbättra våra tjänster till våra medlemmar och andra intresserade. Här kan du se vilka uppgifter vi behandlar, i vilka situationer och vilken rättslig grund vi stödjer vår användning på. När du blir medlem, anmäler ersättningsanpråk, deltar i kurser, utbildningar, beställer information, m.m. Rättslig grund: Utföra våra stadgeenliga åtaganden gentemot enskild medlem eller annat avtalsförhållande samt berättigat intresse. Rättslig grund: Utföra våra stadgeenliga åtaganden gentemot enskild medlem eller annat avtalsförhållande samt berättigat intresse. När du kontaktar oss via e-post och telefon Rättslig grund: Utföra våra stadgeenliga åtaganden gentemot enskild medlem eller annat avtalsförhållande samt berättigat intresse. Rättslig grund: Samtycke eller berättigat intresse. När du är identifierbar på bilder och film som vi publicerar Rättslig grund: Berättigat intresse eller Samtycke. När du deltar i våra kvalitetsuppföljningar och kundnöjdhetsundersökning Svar på frågor i löptext Rättslig grund: Berättigat intresse eller samtycke. Kommer vi dela vidare din information? Vi kommer aldrig att sälja dina personuppgifter till tredje part utan din tillåtelse

**id 224**

Riksdagsledamoten William Petzäll har avlidit. Det bekräftar hans familj via Svenska Brukarföreningen Anhöriga. Petzäll blev 24 år. Den förre SD-politikern William Petzäll har avlidit, det bekräftar hans familj för Aftonbladet via Svenska brukarföreningen Anhöriga. – Jag fick veta det för bara en stund sedan, säger Agneta Söderlund, ordförande i Svenska Brukarföreningen Anhöriga, vid 18-tiden. Hittades i lägenhet William Petzäll hittades bara två timmar tidigare avliden på en soffa i sin mammas lägenhet av en nära anhörig. Enligt Svenska Brukarföreningen dog Petzäll troligen av en överdos. – Jag har följt hans kamp, säger Agneta Söderlund. Polis och ambulans kallades snabbt till lägenheten. Läkare på plats konstaterade att han var död. – Lägenheten är tills vidare avspärrad för teknisk undersökning, men för närvarande har vi inget som tyder på att mannen utsatts för något brott. En rättsmedicinsk undersökning kommer att göras för att fastställa dödsorsaken, säger Lars Grimbeck, kommunikationschef vid Hallandspolisen. Sökte efter hjälp Petzäll har under flera år brottats med drogproblem, och tidvis varit inlagd på behandlingshem för sitt missbruk. I juni i år skrev hans mamma Annika Petzäll en debattartikel i Aftonbladet där hon kritiserade hur hennes son hade behandlats av missbrukarvården: "Läkare har sagt att jag ska ställa in mig på det värsta, att nästa gång han använder också kan vara den sista." Han fick inte den hjälp han sökte efter. – Jag vet att han gick och väntade på att få komma in på en behandling. Han har kämpat så, säger Agneta Söderlund, ordförande i Svenska Brukarföreningen Anhöriga som var medförfattare till artikeln. William Petzäll har vid flera tillfällen beskrivit för Aftonbladet om hur han reviderat många av sina åsikter efter avhoppet från Sverigedemokraterna, och att han som politisk vilde har kunnat fokusera mer på sin hjärtefråga, narkotikapolitik. Riksdagen högtidlighåller Petzäll valdes in i riksdagen för Sverigedemokraterna 2010. Året därpå lämnade han partiet men satt kvar i riksdagen som politisk vilde. På sin hemsida uppger riksdagen att man kommer att högtidlighålla minnet av William Petzäll tisdagen den 18 september. "Riksdagsledamot William Petzäll, invald för Dalarnas valkrets, har hittats avliden i dag den 1 september. William Petzäll valdes in i riksdagen år 2010", skriver man på hemsidan. På lördagskvällen nåddes också hans tidigare partikamrater i Sverigedemokraterna av dödsbudet. "Det är med stor sorg vi tagit emot detta besked. Vi minns William Petzäll som en uppskattad kamrat och en politisk talang av sällan skådat slag. Våra tankar går nu till William Petzälls anhöriga", skriver partiets pressansvarige Martin Kinnunen i ett pressmeddelande. William Petzäll blev 24 år gammal. Josefin Westin John Granlund Pontus Ahlkvist Dela

**id 225**

Locoid, Locoid Crelo och Locoid Lipid - 1177 Vårdguiden - sjukdomar, undersökningar, hitta vård, e-tjänster Vad är Locoid, Locoid Crelo och Locoid Lipid? Locoid, Locoid Crelo och Locoid Lipid är medelstarkt verkande kortisonläkemedel som används vid eksem och psoriasis. Det verksamma ämnet i medicinen är hydrokortisonbutyrat. Recept och högkostnadsskydd Locoid finns som kräm, salva och kutan lösning. Locoid Lipid finns som kräm. Locoid Crelo finns som kutan emulsion. Kutan betyder att den ska användas på huden. Alla former av Locoid är receptbelagda. Medicinen ingår i högkostnadsskyddet för läkemedel. Högkostnadsskyddet innebär att den kostnad man har för läkemedel som man får på recept minskar stegvis under en tolvmånadersperiod tills man har betalat ett maxbelopp. Det verksamma ämnet i medicinen, hydrokortisonbutyrat, dämpar inflammation och minskar därmed svullnad och rodnad. Det dämpar också klåda. Hur använder man medicinen? Man smörjer på medicinen i ett tunt lager på de hudområden som ska behandlas. Om det inte är händerna som ska behandlas ska man tvätta händerna efteråt för att undvika att få medicinen i ögonen. Locoid kräm är lämplig att använda på eksem som vätskar sig. Locoid salva är fetare än krämen och passar bättre på torra och fjällande hudförändringar. Eftersom salvan är fet kan den kännas kladdig. Det kan därför vara bra att använda krämen på dagen och salvan på natten. Locoid Lipid är en fet kräm som passar när huden är torr. Krämen innehåller mer fett och mindre mängd vatten än Locoid kräm, men den är inte lika fet som Locoid salva. Locoid Crelo kutan emulsion är lättare att stryka ut, konsistensen är ungefär som en vanlig hudlotion. Den är lämplig att använda behandling av vätskande eksem och på hud där det växer hår. Locoid kutan lösning är en tunn vätska som också är lämplig att använda på hud där det växer hår. Lösningen kan också droppas i öronen mot inflammation i hörselgången. Locoid kräm och Locoid Lipid ska förvaras i skydd mot kyla. När ett läkemedel är utskrivet på recept är dosen anpassad efter den person som ska använda medicinen. Därför är det viktigt att följa de anvisningar om dosering som står på etiketten på läkemedelsförpackningen. Då får man bästa möjliga resultat av behandlingen och samtidigt minskar risken för biverkningar. Vid hudbesvär smörjer man på medicinen 1-2 gånger per dag. När huden blivit bättre kan man ofta minska dosen. Vid inflammation i hörselgången droppar man till en början 3-5 droppar av Locoid kutan lösning i örat 3 gånger per dygn. Efter några dagar kan man ofta minska dosen till 2-3 droppar 1 gång om dagen. Om man inte blivit bättre i hörselgången inom 10–14 dagar bör man kontakta en läkare. Det är viktigt att kombinera behandlingen med mjukgörande kräm. Då läker huden bättre. Man ska inte använda medicinen på utslag kring munnen, på öppna sår eller vid hudsjukdomen rosacea. Kortison kan förvärra en infektion i huden orsakad av till exempel virus eller bakterier. Man ska därför inte använda medicinen om inte infektionen behandlas samtidigt. Risken för biverkningar är stor om man använder läkemedlen i ansiktet. Man ska därför inte använda dem i ansiktet om inte en läkare har rekommenderat det. Man ska också undvika att få läkemedlen i ögonen. Känsliga områden ska bara behandlas under kort tid. Det gäller till exempel i armhålorna eller ljumskarna. Om man avbryter behandlingen plötsligt kan hudbesvären blossa upp igen och kan då bli värre än innan behandlingen påbörjades. Därför bör man avsluta behandlingen med att gradvis trappa ner dosen. Man ska inte använda den kutana lösningen i öronen om det har gått hål på trumhinnan. Det är ovanligt att man får biverkningar av medicinen. Risken för biverkningar ökar om man

**id 226**

Stadsteatern/Backa Teater: 2005 - våren 2008 Angereds Teater: hösten 2008 - pågående. Nuvarande projektledare: Kristina Ros mars 2013 – pågående 2004 Utredning - beslut om en barnteaterakademi På uppdrag av Göteborgs kulturförvaltning gör Catharina Bergil och Lena Fridell en utredning om behovet av en instans med uppgift att säkra och främja den höga kvalitén i den svenska barnteatern i allmänhet och den Göteborgsbaserade i synnerhet. Utredningen kan bland annat identifiera ett behov framförallt hos frigrupperna av olika former av stöd för fler beställningar av nyskriven dramatik. Den 15 december 2004 klubbas beslutet igenom i kulturnämnden: Göteborg ska få en Barnteaterakademi. Verksamheten ska drivas med medel från Göteborgs Stad Kultur och sortera under Backa Teater. Verksamhetens övergripande mål blir att utveckla barn- och ungdomsdramatiken och att öka utbudet och kvalitén på barn- och ungdomsteater. Specifika mål: ge möjlighet för unga dramatiker att utforska och pröva idéer för dramatik för barn och ungdom; skapa samarbetsmöjligheter och kontakter mellan teatrar, dramatiker och andra aktörer på barnkulturfältet; skapa debatt och fokusera på barn- och ungdomsteatern som konstform. 2005 Verksamheten byggs upp Under våren byggs verksamheten upp på Backa Teater under ledning av projektledaren och dramaturgen Lucia Cajchanova. Snart är följande projekt och arrangemang på banan: Verkstadsgruppen - en skrivarverkstad med ungdomar Med inspiration från bl a Royal Court i London, vänder sig Barnteaterakademin till gymnasier i hela regionen och efterlyser texter från unga skribenter. Syftet är att stimulera unga människor att delge sina berättelser och utifrån dem skapa sceniska verk. Ett 50-tal bidrag kommer in och fem unga skribenter från olika stadsdelar väljs ut och får sedan arbeta med att skriva manus under dramaturghandledning. Manusutvecklingsgruppen Med syftet att stimulera nu verksamma dramatiker att även skriva pjäser för barn och ungdom beställs manus från fyra yngre intressanta författare, som under skrivprocessen får de fyra dramatikerna dramaturgstöd. I metoden ingår även momentet att få uppleva sin text läsas och undersökas på golvet av professionella skådespelare. Soppsamtal Två soppsamtal organiseras med syftet att introducera Barnteaterakademin för branschen i Göteborg och regionen, samt inventera idéer för framtida verksamhet. Kvällar då Barnteaterakademin inte bara bjuder in till samtal utan även bjuder på soppa... Soppsamtal: Tema Seminarier, 28 november 2005, Backa Teater Soppsamtal: Tema Visioner, 5 december 2005, Backa Teater 2006 Soppsamtal: Tema Nya berättelser, 16 januari 2006, Backa Teater Branschseminarium: Välkommen till framtiden, 30-31 maj 2006, Backa Teater Soppsamtal: Arbabi, 20 november 2006, Folkteatern Soppsamtal: Andersson och Hillebrand, 11 december 2006, Angereds Teater, Andra Stället Ny projektledare, ny konstruktion I början av hösten 2006 tillsätts en ny projektledare samt en referensgrupp bestående av personer från ett antal teatrar/organisationer i Göteborg. Förändringen sker på önskemål från Backa Teater som fortsätter som administrativ huvudman men som inte längre kan bistå med personella resurser. I och med tillsättandet av referensgruppen säkras också en bred förankring i det lokala barnteaterlivet. Utöver förankring i organisationerna, eftersträvas även en spridning av olika professioner i referensgruppen. Projektledare under hösten 2006: Brita Papini. Fr o m januari 2007: Carin Asplund. 2007 4 nya grovmanus Kurs: Barn och Ungdomsteater, Kultur - Historia - Nutid Eli Levén - som 2010 debuterade med romanen Du är rötterna som sover vid mina fötter och håller jorden på plats och Guldbaggenominerad till bästa manuskript för Nånting måste gå sönder. De två författarna förses mad varsin dramaturg samt team av skådespelare och regissör som stöd för skrivprocessen. Båda texterna planeras att få sin presentation under Barnteaterns 10-årsjubileum i oktober men under hösten visar det sig att Eli hamnar i tidsnöd och det tas beslut om att skjuta det projektet något på framtiden. Soppsamtal: Dramatikerförbundet berättar, Våren 2007, Masthuggsteatern Soppsamtal: Besök av palestinska teatergruppen Al Harah, Våren 2007, Folkteatern Barnteaterakademin på Teaterfestival för unga: Å

**id 227**

Fula grönsaker börjar bli ett känt begrepp – grönsaker och frukt som inte är perfekta – men goda ändå. Kan man överföra begreppet till vin? Då menar jag förstås inte defekta viner – eller viner gjorda på undermåliga druvor. Jag är helt enkelt ute efter att ifrågasätta vad som är bra vin – eller ännu hellre – hur ska ett vin smaka för att ge en stor upplevelse? Kanske är det individuellt och subjektivt. Men det många kallar korrekt i en vinsmak gör ofta vinet tråkigt, anonymt och sterilt. Utan att uppmana till att göra defekta viner vill jag slå ett slag för viner med – årgångsvariation, skörhet och personlighet. Heja det som inte är perfekt!

**id 228**

Lördagsmatinéarna i operahusets foajé är en fröjd för örat och erbjuder ett efterlängtat andningshål. Fritt inträde! Läs mer... Nästa föreställning: lör 17 okt 2015 15:00 Huvudfoajé PianoEspoo: Andsnes på Operan PianoEspoo, en internationellt erkänd festival som ordnas vartannat år, får sin höjdpunkt på Operans huvudscen den 25 oktober. Stjärnan i det avslutande recitalet är den världsberömde norske pianisten Leif Ove Andsnes. Läs mer... Nästa föreställning: sön 25 okt 2015 19:00 Huvudscenen En stämningsfull natt Också i år ger Nationaloperans orkester och solister en stämningsfull konsert på allhelgonadagen i Johanneskyrkan. Läs mer... Nästa föreställning: lör 31 okt 2015 19:00 Helsingfors, Johanneskyrkan Tedans på Operan Operan bjuder in alla seniorer till en tedans i positiv anda. Läs mer... Nästa föreställning: ons 4 nov 2015 15:00 Huvudfoajé Symfoni nr 2 En stor orkester, en kör, en sopran, en alt, 80 minuter musik - Gustav Mahlers andra symfoni är storskalig musik såväl till det yttre som innehållsmässigt. Läs mer... Nästa föreställning: tis 9 feb 2016 19:00 Musikhuset i Helsingfors Hela repertoaren

**id 229**

Thisted är en stad vid Limfjorden i Thy i norra Jylland. År 2007 hade Thisted 12 886 invånare. Thisted är huvudort i Thisteds kommun och i Thisteds socken. Staden är uppkallad efter guden Tyr. Thisted är slutstation för Thybanen och var 1904–1969 slutstation för Thisted–Fjerritslevs järnväg. Några utbildningsinstutitioner i staden är EUC Nordvest, Thisteds gymnasium, Thy Utbildningscenter och Thisteds sjukvårdsskola. Thisted är vänort med Uddevalla. Personligheter från staden[redigera | redigera wikitext] Författaren Jens Peter Jacobsen var från Thisted. Andra kända personligheter är journalisten Reimer Bo Christiansen, popduon Junior Senior och Søren Dahl, som i flera år har gjort programmet Café Hach på Danmarks Radios P4. Externa länkar[redigera | redigera wikitext]

**id 230**

Trött på att bära runt på en onödigt tung bössa? Behöver du något som är lite lättare så att du orkar hålla en bra anläggning lite längre eller vill du bara ha en bössa som är lite annorlunda och snygg? Carbonlight kan då vara något för dig. Carbonlight är Sakos absolut lättaste studsare hittills. Med en stock i kolfiber byggt med CFRP (Carbon Fiber Reinforced Polymer) teknik vilket är samma metod som används inom bil- och flygindustrin väger bössan in på 2,4 kg (utan skott och kikarsikte). Som jämförelse kan nämnas att Sako 85 Synthetic Black väger 2,8 kg med i samma lådstorlek och Sako85 Classic 3,2 kg (träkolv). För den oinvigde och även många andra kan det tyckas att skillnaderna är så stora att det inte borde spela någon praktisk roll. Men varje hekto, varje gram kostar energi. Med den låga vikten kommer dock vissa begränsningar. Carbonlight finns idag endast med liten låda det vill säga Small vilket innebär att dagens kaliberutbud för Carbonlight är begränsat till 22-250 Rem, 243 win, 260 Rem, 7mm-08 Rem och 308 win. Med låg vikt kommer nämligen ökad rekyl därav denna avgränsning. Testvapnet är i 308 winchester vilket får anses vara den kalibern av de nämnda som är mest populär bland jägare. Det första man märker med Carbonlight är just hur kusligt lätt den är. Den är faktiskt löjligt lätt. Carbonlight är även väldigt välbalanserad vilket förstärker känslan av viktlöshet. Hade jag inte vetat vikten utan fått gissa hade jag sagt 2 kilo trots att all mitt förnuft och kunskap inte hade hållit med mig. Carbonlight stocken som förutom är väldigt snygg att titta på, om man som jag gillar det karaktäristiska mönstret som kolfiber bilder, även belagd med Soft-Touch som gör den väldigt behaglig att hålla i. En helt blank och slät kolfiberstock hade annars bara känts plastig och billig. Jag gillar att man valde att hålla sig till den metallfärgen på lådan och pipan. Det ger en snygg kontrast mot den svarta stocken som tycks skimra i silver när ljuset faller på. För att spara ytterligare lite vikt och öka snygghetsfaktorn är den kallhamrade och flytande pipan flutad och endast 515mm lång vilket är en fullt tillräcklig längd för kalibern. Pipan är dock inte gängad från fabrik och det hänger nog dels ihop med att det är svårt att få gängskyddet snyggt på en flutad pipa och dels att man inte vill uppmuntra brukaren till att lägga på onödig vikt på bössan. De flesta köper nog ändå Carbonlight för den låga viktens skull så att betala mer för gängningen när en dämpare troligtvis ändå inte är aktuellt blir bara en onödig kostnad för köparen. Sako 85 har några fina premium egenskaper som alltid är värda att nämnas. Lådorna är alltid anpassade till kalibern så att bössan inte blir onödigt stor och tung. Det bidrar även till ett mer balanserat estetiskt intryck. Ovanpå lådan har du Sakos integrerade laxspår med rekylklack för deras Opti-lock ringar. Systemet med Opti-lock ger ett skottfast montage och möjligheten för jägaren att ta av och på kikarsiktet utan att träffbilden förflyttar sig. Kryssmagasinet i stål med en kapacitet på 5 skott ligger jämnt med framstocken vilket ger ett sobert intryck. Personligen tycker jag det är både snyggar och mer praktiskt jämfört med ett magasin som sticker ut. Tack vare konstruktionen med kryssmagasin och den generösa utkastaröppningen är det inga problem att fylla på magasinet genom utkastaren när man har avfyrat ett skott. En stor fördel enligt mig när man har denna möjlighet är att man slipper att fippla med att ta ur och ladda magasinet samtidigt som man håller i bössan och försöker hålla kolla på viltet dessutom går det mycket snabbare att ladda genom utkastet. Magasinspärren har en två-stegs öppningsprocedur. Tryck in själva magasinet i framkant samtidigt som man trycker inte spärren för att lossa magasinet. Detta funkar väldigt bra för att hindra ofrivilliga magasin tapp när man rör sig i skogen. Slutstycket

**id 231**

Chloë Grace Moretz Chloë Grace Moretz om Brooklyn Beckham: ”Vi har ett förhållande” Av: Terese Ekelöw Nu bekräftar hon kärleksryktena Det har länge florerat kärleksrykten kring Brooklyn Beckham och Chloë Grace Moretz. Nu talar hon ut om förhållandet. – Ju mindre mystiskt jag gör det desto mindre kommer folk bry sig, säger Chloë Grace Moretz uppger People. Skådespelaren Chloë Grace Moretz, 19, har länge kopplats ihop med Brooklyn Beckham, 17, son till det före detta fotbollsproffest David Beckham och Spice girls-ikonen Victoria Beckham. Nu går Moretz ut officiellt och berättar att de är ett par. – Jag tror att ju mindre mystiskt jag gör det desto mindre kommer folk bry sig, så ja vi har ett förhållande, säger hon i talkshowen ”Watch what happens live!” uppger People. Ryktena kring paret tog fart redan 2014 när de sågs umgås i Santa Monica, men de har själva aldrig kommenterat förhållandet. ”De har gjort en fin son” Chloë Grace Moretz bor i Los Angeles och har under de senaste veckorna varit och hälsat på Brooklyn Beckham i London. Efter att paret lagt upp kärleksfulla bilder av varandra på Instagram började återigen rykten blossa upp. När Chloë Grace Moretz återvände till Los Angeles skrev hon på Instagram att det var skönt att komma ifrån europeisk press. Men Brooklyns kända föräldrar Victoria och David Beckham har hon inget emot. – Han är en bra pappa, hon är en bra mamma. De är genuint bra föräldrar det är det som är viktigast, de har gjort en fin son, säger Chloë Grace Moretz i ”Watch what happens live”.

**id 232**

Kungl. Musikaliska akademien instiftades av Gustav III år 1771. Idag är Akademien en fristående institution som förenar tradition med ett aktivt engagemang i dagens musikliv. ”Akademien har till ändamål att främja tonkonsten och musiklivet. Den skall därvid följa utvecklingen inom det svenska och internationella musiklivet, ta initiativ för att gagna musikkulturen samt på musikens skilda områden stödja utbildning, forskning och konstnärligt utvecklingsarbete.” Ur Kungl. Musikaliska akademiens stadgar, fastställda av regeringen den 27 april 2000 Skriv ut

**id 233**

Vad är Rosenthaleffekten? Rosenthaleffekten förklaras här Glädje, Energi, Självkänsla. (12 - 16 år) Tonåringar har många problem. "Glädje - Energi - Självkänsla" hjälper när puberteten knackar på. Alla tonåringar har glädje av denna dubbel-CD/MP3!Välj mellan en dubbel CD + en tryckt bok och motsvarande MP3: er + e-bok eller bådaFrån Stärk självkänslan och självförtroendet. I fjärildalen är ditt barn huvudpersonen i dessa spännande historier. Stärk självkänslan, självförtroendet och modet. Skapa glädje och trivsel. Förebygg ångest. Ditt barn är huvudpersonen i dessa nya spännande historier. Självkänsla, självförtroende og sovhjälp till ditt barn. Extra Effekter: Att inte ge upp, att acceptera egna och andras fel, att stärka sitt mod, att stå emot ångestVälj mellan 4 CD-skivor + en inbunden bok och motsvarande MP3:or + e-böker eller bådaFrån Du är fantastisk. (8 - 12 år) Stärk självkänslan, självförtroendet och modet. I ett Harry Potter-liknande trolldomsuniversum på planeten Saturnus är ditt barn huvudpersonen i dessa nya historier. Självkänsla, självförtroende og sovhjälp till ditt barn. Extra Effekter: Förebygg mobbning, stoppa avundsjuka, skapa glädje och trivsel.Välj mellan 4 CD-skivor + en inbunden bok och motsvarande MP3:or + e-böker eller bådaNytt bokomslag, men samma innehåll!Från Stärk självkänslan och självförtroendet. I nusslingträdet är ditt barn huvudpersonen i dessa fyra nya historier. Stärk självkänslan och självförtroendet. I nusslingträdet är ditt barn huvudpersonen i dessa fyra nya historier. Glada barn rabatterbjudande. (3-7 år) och (8-12 år) Självsäkerhet, självkänsla, glädje, harmoni och balans till ditt barn. Låt dina barn njuta av en stark självkänsla resten av livet.Välj mellan 4 dubbel CD-skivor + 4 böcker och motsvarande MP3:or + e-böker eller bådaFrån Glada Barn Paketerbjudande. (3-7 år) och (8-12 år) Mer glädje och självförtroende hos ditt barn. Om du vill skapa fler leenden och mer glädje, då är detta "Glada Barn Paketerbjudande" en stor hjälp.Välj mellan 4 dubbel CD-skivor + 4 böcker och motsvarande MP3:or + e-böker eller bådaFrån Glada barn rabatterbjudande. (3-7 år) och (8-12 år) Säg välkommen till: Självkänsla, självförtroende, mod, koncentration, trivsel i skolan, positivitet, lugna morgnar, läggdags i tid, glädje, fina vänskapsrelationer, tillit.Välj mellan 2 dubbel CD-skivor + 2 böcker och motsvarande MP3:or + e-böker eller bådaFrån Självkänsla rabatterbjudande. (3-7 år) och (8-12 år) Mer självkänsla, energi och glädje till både barn och vuxna.Välj mellan 2 dubbel CD-skivor + 2 böcker och motsvarande MP3:or + e-böker eller bådaFrån Självkänsla och självförtroende rabatterbjudande. (8 - 12 år) Självkänsla, självförtroende, glädje, harmoni och balans till ditt barn. Låt ditt barn njuta av en hög självkänsla resten av livet.Välj mellan 2 dubbel CD-skivor + 2 böcker och motsvarande MP3:or + e-böker eller båda.Från Glada Barn Paketerbjudande. (8-12 år) Härliga fantasiresor skapar bra en bra nattlig sömn och högre självkänsla hos ditt barn. Det är både historier som kan användas under dagen, och godnattsagor.Välj mellan 2 dubbel CD-skivor + 2 böcker och motsvarande MP3:or + e-böker eller bådaFrån Självkänsla och självförtroende. (3 - 7 år) Självkänsla, självförtroende, glädje, harmoni och balans till ditt barn. Låt ditt barn njuta av en hög självkänsla resten av livet.Välj mellan 2 dubbel CD-skivor + 2 böcker och motsvarande MP3:or + e-böker eller bådaFrån Glada Barn

**id 234**

Oavsett om du vill ha hjälp med hela eller delar av din flyttning, så kan vi hjälpa dig med allt från planering, packning, montering, transport, städning och avveckling. Tryggt, säkert och enkelt! Flyttfabriken - Er flyttfirma i Stockholm! Hos oss hittar ni ett brett utbud av olika tjänster inom flytt i Stockholm. Med vår breda erfarenhet och flexibilitet hjälper vi dig oavsett om du är privat- eller företagskund. Varmt välkommen att kontakta oss! Vi på Trollenäs Schakt AB erbjuder maskinuthyrning och schaktningsarbeten i södra Sverige. Vi utför specialtransporter såsom tunga, breda och höga i Sverige och övriga Europa. Vi ombesörjer följebilar och vägtransportledare. FLEXILAST är en fusion mellan Lastbilcentralen Eslöv Hörby och Bilfrakt Hässleholm. Ingenting får vara omöjligt. Vi lyssnar och anpassar oss till dina önskemål. Flexilast ska vara det självklara förstahandsvalet när ni har behov av transport- eller entreprenadtjänster! FLEXILAST är en fusion mellan Lastbilcentralen Eslöv Hörby och Bilfrakt Hässleholm. Ingenting får vara omöjligt. Vi lyssnar och anpassar oss till dina önskemål. Flexilast ska vara det självklara förstahandsvalet när ni har behov av transport- eller entreprenadtjänster! Blomstermåla Åkeri ABFöretaget är ett familjeföretag som drivs av Mats och Ingela Karlsson, tillsammans med sina söner Markus och Henrik.Blomstermåla Åkeri AB utsågs 2011 till årets företag i Mönsterås.En av motiveringarna var att företaget har profilerat sig som en pålitlig entreprenör och transportör med hög kompetens och servicegrad.Företaget kör transporter över hela Norden samt även inom Västeuropa. Åtar sig även trucklogistiken inne på olika tillverkande företag. Vi levererar jord snabbt och smidigt med våra lastbilar eller om ni behöver Kranbil i Göteborgs området. Våra kunder är privatpersoner, företag, kommuner, samfälligheter och bostadsrättsföreningar. Välkommen!

**id 235**

Min far hatade judar, utan undantag, till och med saktmodiga gamlingar. Det var ett nedärvt och ingrott hat sedan urminnes tider, som han inte längre behövde motivera; vilken orsak som helst, hur absurd den än var, gav honom rätt. Dessa rader är hämtade ur Gregor von Rezzoris roman "En antisemits memoarer". Von Rezzori är son till en högadlig tyskspråkig familj från Bukovina, idag beläget i gränstrakterna mellan Ukraina och Rumänien, som efter Habsburgsmonarkins sammanbrott i första världskrigets kölvatten hamnar i Rumänien. Det är ett område som ligger i periferin av periferin, med många folkslag, kulturer och religioner, och i skärningspunkten mellan öst och väst. Det är ett strikt hierarkiskt samhälle, där klassgränserna löper längs med etniska skiljelinjer. Nya tider är dock på ingång, och det som irriterar mest den tyskspråkiga överklassen är de judiska uppkomlingarnas fräcka framfart, inte minst inom kulturvärlden och de intellektuella yrkena. Det råder stortysk besvikelse över Donaumonarkins upplösning och den småstatssplittring som blev världskrigets resultat. Skulden lägger man ömsom på rikstyskarna, ömsom judarna, mest de sistnämnda. von Rezzoris roman skildrar mellankrigstidens turbulenta period. Fem fristående episoder tecknar en tidsbild på från olika platser i Rumänien och i Wien. Det formar sig till en myllrande, bullrande, doftande folklivsskildring från 20- och 30-talets Centraleuropa. Den är lika oundgänglig för förståelse av mellankrigstiden som Joseph Roths "Radetzymarschen" och Stefan Zweigs "Världen av igår" är för den tid som föregår den stora katastrofen. "En antisemits memoarer" är lika otäck som avslöjande. Med vass blick och kirurgisk precision beskriver von Rezzori hur det konservativa borgerskapet med sin fördomsfullhet, antisemitism, stortyska vurm, förakt för demokratin och rättsstaten banar väg för nazismen. Samtidigt är den konservativa högern inte nazistisk, tvärtom, i sin aristokratiska arrogans föraktar man den skränande och marscherande pöbeln, och den vulgäre proletären Hitler, man ser bara nazismen som ett användbart redskap för att stoppa bolsjevismen och genomföra en nationell revolution. Det är en inställning som kommer att visa sig högst gynnsam efter kriget, när man med upphöjd ro tvår sina händer, och lyckas rent av att framställa sig som offer. I alla fem av romanens berättelser finns det en relation till någon judisk person. Det är studiekamrater, vänner, älskarinnor. Det är frapperande, samtidigt som det är riktigt skrämmande, hur huvudpersonen trots de nära banden till dessa personer aldrig förmår att sluta se dem som judar, de är för honom genom sin etnicitet representanter för en princip, och den är inte positiv, utan främmande. Det är en avhumanisering som är närmast total. Genom sin avväpnande uppriktighet lyckas von Rezzori visa upp hela problematiken i all sin avgrundsdjupt frånstötande tydlighet. Och även om han tenderar att gömma sig bakom en estetiserande hållning, med kärlek till litteraturen som skydd mot livets obevekliga gång och verklighetens fasor, bränner det ändå till av klarsyn bortom all cynism när han skriver: det enda värde som kunde försvaras på den tiden var att tillhöra offren.

**id 236**

Efter olyckan blockerade bilarna Valldammsvägen och orsakade under en tid trafikstörningar. Räddningstjänst, polis och tre ambulanser skickades till platsen. Sammanlagt rörde det sig om två personer, varav en fick föras in till sjukhus för kontroll. Skadorna ska inte ha varit allvarliga. – Polisen lämnade platsen vid kvart i två och bärgningsbil hade då lämnat platsen, säger Mia Sandgren, informatör på LKC.

**id 237**

Teddykompaniets speldosor är omtyckta av både barn och vuxna. En söt enhörning som spelar en fin melodi när du drar den i svansen. Perfekt för att få barnet att somna tryggt.

**id 238**

Hos Naprapatlandslaget Södertälje kan du få hjälp om du drabbats av nackspärr. Att få plötslig smärta och stelhet i nacken brukar kallas för nackspärr. Förutom att det gör ont kan du ha känslan av att nacken har “låst sig”, och du kan ha svårt att vrida huvudet. Nackspärr är inte farligt, men kan kännas väldigt obehagligt och begränsande. Det kan uppstå i olika situationer, som till exempel att du gjort en specifik rörelse (ofta en vridning), att du suttit i drag eller att du sovit i en olämplig ställning. Även om nackspärr ofta försvinner av sig själv kan det ta lång tid. Därför kan det vara bra att komma och få behandling, vilket lindrar smärtan och underlättar läkningen. Vi på Naprapatlandslaget Södertälje kan också hjälpa dig att komma till grunden med varför besvären har uppstått och därmed förhindra att de kommer tillbaka igen. Utöver vår hjälp kan du själv lindra besvären hemma på olika sätt, bland annat genom att mjuka upp nackmuskulaturen med försiktiga rörelser och att hålla nacken varm. Naprapatlandslaget Södertälje hittar du på Järnagatan 16 i Södertälje. Här träffar du kunniga naprapater som hjälper dig med alla tänkbara besvär från muskler och leder. Naprapatlandslagets grundare träffades redan 1998 på Scandinavian College Of Manual Medicine/Naprapathögskolan. Vi hade alla en gemensam dröm om att kunna hjälpa människor bli friskare genom naprapati och vi märkte att det saknades en stor aktör inom branschen. Därför startade vi Naprapatlandslaget. Nu har vi ett unikt gäng duktiga naprapater som alla jobbar för vår vision: bäst på muskel- och ledbehandling! Vi på Naprapatlandslaget Södertälje arbetar med olika metoder, bland annat manipulation, mobilisering, massage, stretching, triggerpunktsbehandling och akupunktur, och vi anpassar alltid behandlingen efter just dina behov. Hos oss kan du få behandling för besvär från muskler och leder, som till exempel: Du hittar vår klinik i Badhotellet på våning 1, mitt emot Södertälje C, med Actic Södertälje park precis bredvid. Utanför kliniken finns goda parkeringsmöjligheter och du har både busshållplats och pendeltågsstation alldeles i närheten. Välkommen att kontakta oss på Naprapatlandslaget Södertälje om du har frågor, eller boka din tid redan idag! Mjuka upp dina muskler och ge din kropp den avslappning den behöver - boka en massage hos Naprapatlandslaget Södertälje på Järnagatan 16! ... Vi på Naprapatlandslaget Södertälje kan hjälpa dig som är gravid med naprapatbehandling. Mycket händer i kroppen när man är gravid Und...

**id 239**

En åldersgräns på 17 år gäller på höstens fyra SM- och junior-SM-tävlingar i orientering. Det har Svenska Orienteringsförbundets styrelse beslutat. Då ny info kommer efterhand, både från myndigheter och RF, har SOFT vid ett par tillfällen uppdaterat vad riktlinjerna och reglerna innebär specifikt för svensk orientering. Ta del av senaste uppdateringen och läs om hur höstens SM ska arrangeras. Den 14 juni blir tävlingsidrott återigen tillåten för seniorer. Samma helg blir det även fritt fram att göra "icke nödvändiga" resor inrikes. Restriktionen om att samla max 50 personer kvarstår dock. Nu har SOFT uppdaterat riktlinjerna för tävlande. Svenska Orienteringsförbundet pausar en rad utbildningar som skulle ha genomförts till hösten. Anledningen är coronapandemin och risken för smittspridning i samband med utbildningstillfällena. Svenska Orienteringsförbundet bjuder in till en digital träff med tema utbildning samt barn och ungdom. En stor del av krisstödet till svensk orientering, nästan 1,8 miljoner, ska gå till landets 23 distriktsförbund. På tisdagskvällen hade förbundet och distrikten ett möte där det bland annat informerades om fördelningen av stödpaketet. Är du mellan 18 och 25 år och ledare? Vill du utveckla ditt ledarskap? Då kanske Eldsjäl 2.0 är något för dig. I samarbete med Riksidrottsförbundet, SISU Idrottsutbildarna och Folkspel erbjuds nu ett utbildningsprogram för unga ledare. Pga av den rådande situationen med coronaviruset är sista ansökningsdag för tävlingar 2021 återigen framflyttad. Den här gången till 31 augusti. Med anledning av den pågående Corona-pandemin förlänger vi ansökningstiden för 2021 års värdetävlingar till den 31 augusti då vi troligen också vet mer om vilka värdetävlingar som kommer kunna genomföras i höst. Den 1 maj öppnar Riksidrottsförbundet (RF) ansökan om kompensationsstöd för idrottsföreningar. Stödet är en del av regeringens stödpaket till idrottsrörelsen med anledning av coronakrisen. Ansökan ska vara inne senast den 15 maj. Med de begränsningar som finns just nu för orienteringsarrangemang är det många som hittar kreativa lösningar för att kunna erbjuda banor att springa. Här vill SOFT förtydliga vad som gäller för träningsbanor och kontakter med markägarna. Svenska Orienteringsförbundet får in många frågor om coronaviruset och orientering. Vi har samlat och besvarat de vanligaste. Skogssportens Gynnare har ett antal stipendier som nu kan sökas. Senast den 31 maj ska du ha inkommit med din ansökan. Här kan du läsa om stipendierna. Nu är det hög tid att söka Elitidrottsstipendium. Den 2 maj är deadline.

**id 240**

Skrivelsen ska vara adresserad till länsstyrelsen i Skåne län, men skickas till: Överklagandet ska ha kommit in inom tre veckor från den dag då beslutet kungjorts i Post- och inrikes tidningar, eller från det datum du tagit emot beslutet om vi har skickat ut det med rekommenderat brev. Om överklagandet inte kommer in i tid kan det inte tas upp till behandling. Har överklagandet kommit in i rätt tid överlämnar byggnadsnämnden ärendet till länsstyrelsen för prövning. I överklagandet ska du tala om varför du anser att byggnadsnämndens beslut är oriktigt och vilken ändring du vill ha. Har du handlingar eller annat som stöder din uppfattning kan du sända med detta. Det är viktigt att du talar om vilket beslut du överklagar, t.ex. genom att anteckna ärendets diarienummer, paragraf och beslutsdag. Ange även fastighetsbeteckning om beslutet avser sådan.

**id 241**

Här fanns tidigare Tempus Open. De återfinns nu på https://www.tempusopen.se/. Simsport i Sverige finns som motionsform och som tävlingsform. Inom svensk simsport så ingår tävlingssimning, konstsim, simhopp och vattenpolo. Det finns ett specialidrottsförbund för simning och det är Svenska Simförbundet. Tävlingssimning är något som kan utföras individuellt, så väl som i lag. Tävlingarna sker oftast i en simbassäng där simmaren ska använda sig av ett eller flera olika simsätt. Det finns flera olika grenar att tävla i. De grenar som finns är dessa: 50, 100 och 200 m bröstsim, ryggsim och fjärilsim. 50, 100, 200, 400, 800 och 1 500 m frisim. 100, 200 och 400 m individuell medley. Tävlingssimning har varit en gren i OS sedan 1896. Konstsim, även kallat synkronsierad simning är en simsport i lag. Tävligen sker i två moment; musiksimning och figursimning. Då finns det domare som ger poäng, från 0 poäng upp till 10 poäng. Konssim har varit en gren i OS sedan 1984. Simhopp är den gren där utövaren ska hoppa från en viss höjd och i luften göra en mängd rörelser innan han eller hon landar i vattnet. Simhopp delas upp i svikthopp och höga hopp. Inom tävlingar så är det enmetershopp, tremetershopp samt höga hopp upp till 27 meter. Det går att tävla individuellt eller i par. Simhopp har varit med i OS sedan 1904. Vattenpolo är en form av bollsport, som utövas i en bassäng. Det är två lag, med sex utespelare och en målvakt per lag. En match spelas i fyra perioder, som är åtta minuter per period. Man använder en boll och det lag som gjort flest mål efter matchens slut vinner.

**id 242**

Så fort solens strålar letar sig igenom den gråa massan och när värmen stiger så vaknar människorna till liv igen,ser varandra ögonen, hejar på varandra och ler. Det är fantastiskt vilken påverkan ljus, sol och värme har på oss människor! Det är som om vi kliver ur vårt ide som vi legat och kurat i hela vintern med mys, tända ljus och gosiga täcken. Nu har vi samlat på oss energi och är redo att möta våren! Vi längtar, som alltid efter en kall och mörk vinter, efter att träna utomhus på våra härliga terrasser igen! Tills värmen och solen kommer så bjuder mars på många andra sätt att inspireras på! Vi erbjuder intressanta föreläsningar om träning och beteenden med Therese Kellin, vår Garudaguru James D´Silva gästar oss åter för Garuda Inspiration Day och vi kör igång nya kursstarter. Häng också med på vår instagram-utmaning under mars månad! Läs mer om detta och allt annat som händer på Pilates Complete under vårens första månad! Det är snart dags för nya kursstarter igen! Fördjupa dina kunskaper och få ny inspiration på någon av våra kurser. Våra klassiker Gravidpilates och Mamma+bebis blandas upp med nyheter som Yogawings och Yoga 360 Flow. Hitta din inriktning och gå på kurs hos oss i vår. Våra kurser är öppna för alla och du kan delta utan att vara Pilates Complete-medlem. Yogawings, Pilates Matwork, , MammaBebis och Gravidpilates startar igång under v 11 och Yoga 360 Flow kör igång v 12. Vill du veta mer om kroppen och förstå varför träningen fungerar så bra, eller varför den inte fungerar alls? NYHET! 2015 är vår föreläsningsserie i 2 delar om kroppens funktionella anatomi och rörelselära, om beteenden och hur man kan hantera hinder vid träning. Föreläsare är Therese Kellin, yrkesverksam sjukgymnast. Hon har hållit i flertalet kurser inom kropp och hälsa, samt varit verksam inom gruppträning i flera år. Med sitt breda kunnande handleder hon dagligen människor i rehabilitering, hälso- och livsstilsfrågor. Utgångspunkten är att individen med rätt verktyg kan nå nya höjder. Förutom sjukgymnastexamen är hon utbildad inom idrottsvetenskap, hälsopedagogik och projektledning. Instruktörsutbildad inom bl.a. STOTT matwork pilates samt DMA klinisk pilates för sjukgymnaster. Föreläsningen innehåller: Rörelseapparatens anatomi, Ryggraden, Autonoma nervsystemet, Andning, Stabilitet vs rörlighet, Vanligt förekommande besvär i rörelseapparaten, Leder och funktion: hur olika leder kan reagera vid instabilitet/rigiditet/överbelastning, Nycklar till att träna säkert Föreläsningen innehåller : Funktionell träning, Stabiliserande träning, Styrketräning, Konditionsträning, Grenspecifik träning, Pilatesträning (olika inriktningar o principer som används), Kroppsmedvetandeträning, Rehabträning, Globala/lokala system/motor control, Input/ output, Open-/closed chain, Principer vid stegring av träning: ser olika ut beroende på träningsform och syfte. Föreläsningen innehåller: Olika typer av smärta, Smärta och prestation, Vad händer när man tränar med smärta?, Vilken typ av träning lämpar sig vid smärta/skador?, Hur kan man skilja på olika typer av smärta? Är smärta skadligt?, Är smärtsam träning bra träning?, Förhållningssätt – modeller för att träna säkert, Överträning, 0rtorexi / kineseofobi Från januari 2015 har vi på Pilates Complete utökat verksamheten med ett behandlingsrum. Där finner du Osteopat Kristina Hagberg, och Massageterapeut Kenneth Wilhelmsen båda med spetskompetens på sina respektive områden. Utbildad vid Skandinaviska Osteopathögskolan och klar 2004.Jag har nu arbetat i dryga 10 år och har vidareutbildat mig inom kraniell osteopati inriktad på barn, visceral osteopati, osteopatisk idrottsmedicin och nu det sista året inom klassisk osteopati. “Som osteopat arbetar jag med många olika behandlingsformer från vilka jag kan välja en eller flera former beroende på problem och individ. Det viktigaste är att återställa kroppens balans och på så sätt ge kroppen en chans till läkning.” “Som medicinsk massageterapeut behandlar jag patienter som lider av smärta eller nedsatt rörlighet i rörelseapparaten. En felaktig kroppshållning

**id 243**

konst i offentlig miljö – public art – jan(at)janstenberg.com Download/open the presentation in English as a pdf-file Kort presentation av tillvägagångssätt och motivation (The text will follow in English below the Swedish version) Utgångspunkten för mitt konstnärliga arbete i det offentliga rummet ligger i platsens karaktär och dess användare. Det mänskliga tilltalet och individens möte med platsen är av central betydelse för mig. Jag vill skapa en förhöjd upplevelse för besökarna i relation till platsens ursprungliga uttryck och verksamhet. Oavsett besökarnas ålder eller bakgrund så vill jag ta vara på varje individs nyfikenhet och upptäckarlusta och inspirera dem i deras vardag. Jag eftersträvar kvalitéer i mina verk som gör att man vill återvända för att upptäcka mer. Mina verk kan vara platsskapande och ha en orienteringsfunktion, både i det lilla och i det stora sammanhanget. Idén som föds i mötet med platsen styr materialval och teknik. Tillverkning sker ofta i ett samarbete med underleverantörer och konsulter. Hållbarhet över tid och säkerhet, med ett minimum av underhåll är en självklarhet. Jag är van vid att jobba i grupp med arkitekter, entreprenörer, användare och konstnärer. Samarbete mellan alla grupperna förvandlar problem till lösningar. The starting point for my artistic work in the public space lies in the character of the place and its users. The human approach and the individual’s encounter with the place is of central importance to me. I want to create an enhanced experience for visitors in relation to the site’s original expression and activities. Regardless of the visitors’ background, I want to take advantage of every individual’s curiosity and discovery desire and inspire them in their everyday lives. I strive for qualities in the works that make you want to return to discover more. My works can be place-creating and have an orientation function, both in the small and in the large context. The idea born in the meeting with the site governs material choice and technology. Manufacturing is often done in collaboration with subcontractors and consultants. Sustainability over time and safety, with a minimum of maintenance is self-evident. I am used to, and have good experiences with, working in a group of architects, contractors, users and artists. Collaboration between all groups turns problems into solutions. Jan Stenberg CV Jan Stenberg (The text will follow in English below the Swedish version) Född 1964. Bor och jobbar i Stockholm 2020 Inbjuden tävling efter prekval (ITEP) Eldsblommor, Järnvägsbro, Härnösand m Guangjuan Zhang (GZ) 2019 ITEP. Dufvegårdens äldreboende, Katrineholm, m Guangjuan Zhang 2019 Inbjuden efter prekval. Kristaller, Fasad Idrottshall Vallentuna, m GZ 2018 ITEP. Landstingshuset Kalmar, m GZ 2018 ITEP. P-hus och godsmott. vid Universitetssjukhuset i Örebro, m GZ 2017 ITEP. Entréer nytt bibliotek och sporthall, Stora Skedvi, m GZ 2017 ITEP. Konst till Risholmens äldreboende, Falun, m GZ 2017 ITEP. Konst Hagaskolan, Vallentuna 2016 ITEP. Fågel, fisk och allt där emellan, Källdalsskolan i Uddevalla m GZ 2016 ITEP. Nytt psykiatrihus vid Norrlands universitetssjukhus i Umeå, m Thomas Nordström (TN) 2016 ITEP. Bergsåkers skola, Umeå m GZ 2016 ITEP. Konstnärlig gestaltning på Slottsholmen, Västervik m GZ 2015 Vunnen öppen tävling. Svartåns krona, Ydrerondellen, Tranås 2015 ITEP. Flow och Fingertoppar, Kungsbacka, Kollaskolan, Idrottshallen, m GZ 2015 ITEP. Rosenfredsskolan, Varberg, m GZ 2015 ITEP. Snapshots of nature, Nya Lundbygårdens äldreboende, Lerum, m GZ 2014 ITEP. Ny skola och bibliotek i Vännäs, m GZ 2014 ITEP. Månfaser och Solgång, Falu lasarett 2013 ITEP. Konstnärlig gestaltning Centralsjukhuset i Karlstad 2013 ITEP. Scapes and landscapes, fasader till nytt Parkeringshus Strömsö, Drammen, m Thomas Nordström (TN) o Christian Sandell (CS) 2012 ITEP, Aqurama idrotts o treningssenter Kristianssand

**id 244**

Crystone är idag ett av Nordens största webbhotell! Med 16 års erfarenhet i branschen kan vi erbjuda marknadens bästa service! 250 GB Diskutrymme Obegränsat med Databaser Obegränsat med E-postkonton 9KR/Månad som privatperson enkelt komma igång med din hemsida! 15 GB Diskutrymme 99KR/Månad VPS mini är vårt minsta paket som lämpar sig för en enklare site med tillhörande databas! 500 GB Diskutrymme 795KR/Månad Du får en helt egen hårdvara, med vårt basicpaket får du en dedikerad server till en liten hemsida eller en liten databas!

**id 245**

Lagen om psykiatrisk tvångsvård En person som har en allvarlig psykisk störning kan tvingas att få vård mot sin vilja med så kallad psykiatrisk tvångsvård Det är ett stort ingrepp i integriteten att tvingas till vård, men ibland kan det bli nödvändigt. Det kan hända om man till exempel är psykotisk och har självmordstankar eller är farlig för andra människor. Då kan vård behövas dygnet runt på ett sjukhus, så kallad sluten psykiatrisk tvångsvård. Ibland vårdas man inom det som kallas öppen psykiatrisk tvångsvård. Även barn och ungdomar kan vårdas med stöd av lagen om psykiatrisk tvångsvård om det är nödvändigt. Tvångsvård är noga reglerat i lag Att tvingas till vård mot sin vilja kan upplevas som mycket kränkande. Därför är det noggrant beskrivet hur det får gå till. Reglerna finns i lagen om psykiatrisk tvångsvård och andra lagar och bestämmelser. Lagen om psykiatrisk tvångsvård, LPT, är främst till för att skydda den som blivit svårt psykiskt sjuk. Läkare skriver vårdintyg Den som är psykiskt sjuk och inte går med på frivillig vård måste bli undersökt av en läkare. Läkaren kan utfärda ett vårdintyg om allvarlig psykisk störning. Läkaren får bara utfärda vårdintyg om lagen tillåter det. Ibland kan undersökningen inte göras på grund av att patienten vägrar eller är våldsam. Då har läkaren möjlighet att få hjälp från polisen, som till exempel kan ta sig in i bostaden eller hämta personen till läkarundersökningen. Om det ändå inte går att genomföra undersökningen får läkaren skriva ner vad hen kan se hos patienten och ta med vad närstående och andra i omgivningen berättar. I ett vårdintyg beskriver läkaren vilka skäl det finns för tvångsvård. Det är bara om patienten är svårt psykiskt sjuk och verkligen behöver vård som hen får tvångsvård. Dessutom måste det vara så att patienten själv motsätter sig vård. Syftet med tvångsvården är att patienten ska bli så frisk att hen frivilligt kan ta emot den vård hen behöver. Närstående eller personal får följa med som ledsagare om patienten går med på att själv ta sig till ett sjukhus eller en vårdinrättning där tvångsvård får bedrivas. Om hen vägrar blir det polisens uppgift att ordna transport till sjukvårdsinrättningen där vårdpersonalen tar emot. Chefsöverläkaren fattar beslut om tvångsvård På sjukhuset eller vårdinrättningen blir patienten undersökt på nytt. Sedan ska chefsöverläkaren inom ett dygn besluta om patienten behöver fortsatt sluten psykiatrisk tvångsvård eller inte. Chefsöverläkarens beslut ska grunda sig på undersökningen och vårdintyget. Det får inte vara samma läkare som har skrivit vårdintyget som fattar beslut om sluten psykiatrisk tvångsvård. Tvångsvården får aldrig pågå längre än nödvändigt. Därför ska chefsöverläkaren prövar med jämna mellanrum om det finns skäl för att avbryta tvångsvården. Patienten kan i stället vårdas inom frivillig psykiatrisk vård eller skrivas ut om läkaren kommer fram till att sluten psykiatrisk tvångsvård inte längre behövs. Vid öppen psykiatrisk tvångsvård har man ha kontakt med den öppna psykiatrin, men vårdas fortfarande enligt lagen om psykiatrisk tvångsvård. Det är chefsöverläkaren som är fortsatt ansvarig. Vårdplan beskriver den vård man ska få En vårdplan ska upprättas så snart som möjligt efter beslutet om tvångsvård. I vårdplanen ska det stå i stora drag vad vården ska innehålla, både på kort och längre sikt. Patienten ska helst själv vara med i vårdplaneringen, men om det inte går ska det stå varför. Närstående kan vara med i vårdplaneringen om patienten samtycker till det och chefsöverläkaren inte tycker det är olämpligt. Frågor om behandlingen avgörs i sista hand av chefsöverläkaren. Det kan gälla till exempel medicinering. Vårdpersonalen ska så långt som möjligt ta hänsyn till vad patienten vill. Det är viktigt att vårdpersonalen tar hänsyn till patientens egna upplevelser av behandlingen och använder så lite tvång som möjligt. Vissa tvångsåtgärder

**id 246**

Igår hade jag besök av en gammal skolkamrat och hon skrev sedan på facebook: "Du bor i Paradiset" och visst gör jag det IBLAND! Ibland bor jag i rena helvetet också. När stormen viner och vågorna går vita på sjön, träd och blommor blåser ner och vinterstormarna göra att jag inte ens tar mig ner till landsvägen. När det alltid är kallare här än på andra ställen och mer snö och mer blåst. När lastbilarna kör på smala vägen och det är med risk för livhanken man vågar ut på vägen. Nåja, det finns fina sommardagar och kvällar då myggen och bromsen inte biter. Det finns ljuvliga dagar då blommorna doftar och fjärilarna flyger runt. Härliga dagar då man kan bada i vatten som är klart, rent och varmt. Nu har man ju nästan glömt det för den här sommaren har ju inte bjudit på så många paradisiska dagar. Jag hyser en hatkärlek till mitt Paradis. Det är bara så. När vi tre vänner träffades så kom samtalet in på barnkoloni. Min vän Ninne hade ett kort på mig som jag inte hade en aning om. Ett kort som fick mina tankar om mig själv att liksom vända sig. När jag gått ut ettan hade jag varit mycket sjuk. Alla barnsjukdomar som man kunde få hade drabbat mig och jag minns mig som blyg, blek, mager och med stripigt hår. Surmulen och lessen för det mesta. Då blev man "utvald" till att åka på barnkolonin Jämtebo i Lerkil i Halland nära Kungsbacka. Sån hemlängtan som jag hade. Runt kolonin var det taggtrådstängsel och det var bara klippor överallt. Det var meningen att vi skulle bli runda, feta och solbrända och komma hem friska och fina. Vi åt jämt tyckte jag och jag hade dålig matlust. Dock minns jag att vi fick någon sorts fisk som var väldig god. Jag minns mellanmålen med saft i plåtmuggar och vetebröd. Jag minns att vi fick gå i gåsmarch ner till badstranden. Det jag minns som värst var att vi fick gå ner i källaren och stå där nakna på led och bli tvättade med panelborste och grönsåpa och duschade med vattenslang. Det tyckte jag var väldigt förnedrande för jag var en blyg tjej. Sedan var det där med ormarna. Jag har numera en oresonlig skräck för ormar och jag förstår att med dessa klippor så var det en ormrik trakt. Förmodligen blev vi varnade för ormar. Jag har inget minne av att jag såg någon eller att någon blev biten men jag kan ha förträngt det. Så till hatkärleken. Underbara små hålor med vatten på hällarna där små söta krabbor kröp omkring som man kunde leka med. Skrikande sjöfåglar och saltlukt från havet. Små hålor med gräs och trift som lyste knallrosa. Där satt man i solen och den var varm och härlig och det regnade aldrig. Det var fullt med gräshoppor som man kunde ta i. Då lät dom och hoppade omkring. Så kul. Snäckor maneter och sjöstjärnor. Vi lärde oss dansa vals av de unga tjejerna som var där och såg efter oss. De sjöng för oss så vi kunde hålla takten. Jag minns inga instrument utan vi dansade nog till sången "Kom i kostervals, slå din runda arm om min hals" Paket hemifrån med serietidning och tablettaskar och brev. En snäll kille som alltid puffade på mig när jag gungade. Se på bilden Det är jag! En klänning jag minns som var gul och svartrandig. Jag var väl inte blek och mager och inte hade jag stripigt hår. Jag ler lite blygt och ser väl inte ut att lida. Mitt minne är helt fel. Konstigt hur det kan vara. Jag lärde mig älska havet och klipporna precis som jag älskar mitt Fisksjön likväl som jag ibland hatar det. Kan det vara så att man kan både älska och hata och att man kan älska flera saker lika mycket? Dagen ord: Delad kärlek är dubbel kärlek. Det pratas hela tiden om pesten så jag ska inte prata ett dugg om det, eller åtminstone väldigt lite. Inget av det vi tänkte

**id 247**

Los Angeles. Hyllningarna av Netflix dokumentärserie ”Making a murderer” var först närmast unisona och ledde till krav på att den morddömde Steven Avery skulle benådas. Men snart blev filmmakarna ifrågasatta. DN:s Sanna Björling har träffat dem.

**id 248**

Gangwon är en provins i nordöstra Sydkorea. Totalt har provinsen 1 542 263 invånare (2013) och en area på 16 613,46 km². Huvudstaden är Chuncheon. Historia[redigera | redigera wikitext] Gangwon var en av Koreas åtta provinser under Joseon och grundades 1395. Huvudstad blev då Wonju. 1895 ersatte distrikten Chuncheon och Gangneung provinsen. Den ombildades igen nästföljande år, 1896. Huvudstad blev då Chuncheon. Efter delningen av Korea efter andra världskriget 1945, Nordkoreas och Sydkoreas självständighet 1948 och slutet av Koreakriget delades provinsen i två delar, Gangwon och Kangwon.

**id 249**

För lunch- eller avsmakningsmenyerna klicka på någon av knapparna nedan. Är ni ett sällskap på 8 pers eller fler så är det vår avsmakningsmeny eller någon av våra hela rätter som gäller! Om du har allergier, fråga gärna personalen om ingredienserna. Södra Sällskapet är en kontantfri restaurang. Caprese tartufo Gula och röda cocktailtomater, mozzarellabollar, färsk basilika, örtinfuserad tryffelolja, havssalt, pepparmix samt lagrad balsamico - 99 kr Prosciutto di parma, salami milano, breasola, salami napoli, olivtapenad, tryffelcreme, lagrad parmesan, marinerade oliver, kronärtskocka samt krostinis - 119:-/p (minimum 2p) Foccacia med soltorkad tomat serveras med olivolja, rosmarin, havssalt och svartpeppar på en reducerad balsamico spegel - 69 kr 1. Carpaccio Tunnskuren oxfilé med ruccola, pesto, parmesan och focccacia- 99 kr 2. Calzone fritto Friterad calzone med mozzarella, tomatsås, skinka och basilika, toppas med caponata 99 kr 3. Svizzera di Vitello al tartufo Italienska miniburgare på kalv med tryffelaioli, tomatbruschetta, silverlök och kryddad mozzarella 99 kr 4. Taco di filetto di manzo Tacos på smör- och tomatsteket tortillabröd med grillad marinerad flanskstek, silverlök, tomatbruschetta, parmesankräm, sallad & chili - 99 kr 5. Risotto tricolore con Salsiccia Mozzarella, tomat och basilikarisotto toppad med grillad salsiccia och rostade pinjenötter Finns i halv eller hel portioner - 99 kr eller 229 kr 6. Polpette della Nonna Liguinipasta med farmors italienska köttbullar kokt i en kryddig San Marrzano tomatsås, toppad med friterad ölgravad lök. Finns i halv eller hel portion - 99 kr eller 229 kr 7. Sedanini al tartufo Sedanini pasta med smörstekt kalvfilé serveras med en himmelsk tryffelsås och en stänk av cognac. Finns i halv eller hel portion - 99 kr eller 229 kr 8. Arancini Friterade risbollar med hummer och parmigiano reggiano och mozzarella smaksatt med apelsein, chili och färska örter - 99 kr 9. Calamares Pankofriterade bläckfiskringar serveras med aioli och grillad citron - 99 kr 11. Merluzzo Fritto Friterad torskrygg toppad med caponata, vitlökssmör & citron - 99 kr 12. Scampi Fritto Örtmarinerad och friterad scampi smaksatt med chili och vitlök serveras med aioli - 99 kr 13. Risotto al limone Citron och basilikarisotto serveras med scampi sauterad i vitt vin, örter och chili Finns i halv eller hel portion - 99 kr eller 229 kr 14. Quattro formaggio al tartufo Mac n Cheese med sedaninipasta, hummer och tryffel i en krämig ostsås på mozzarella, parmesan, provolone och cheddar toppat med friterad silverlök Finns i halv eller hel portion - 99 kr eller 229 kr 15. Linguini ai Frutti di mare Linguinipasta med vitlöks- och chilifräst scampi, blåmusslor och bläckfisk i vår San Marzano tomatsås Finns i halv eller hel portion - 99 kr eller 229 kr 10. Cozze al vino bianco Blåmusslor kokta i vittvin, grädde, vitlök, chili och örter - 99 kr 16. Bruschetta Ugnsbakad bruschetta på 4 sorters tomat serveras med ett foccaciabröd toppad med parmesan och mozzarella - 99 kr 17. Formaggio fritto Friterade ostbollar fyllda med mozzarella, ricotta, parmesan, provolone, soltorkad tomat och persilja serveras i vår San Marzano tomatsås - 99 kr 18. Svizzera di fagioli misti Bönburgare med basilikacrème, avokado, gurka, tomat och silverlök- 99 kr 19. Formaggio di capra Friterad getost serveras med hjortron och friterad persilja- 99 kr 20. Tacos di Avocado fritto Tacos på smör- och tomatstekt tortillabr

**id 250**

Vi som alla andra samhällsaktörer är påverkade av rådande läge. Vi följer Folkhäksomyndighetens rekommendationer. 20-04-26/Tillfälligt order-stopp CALEXICO SNICKERI: För att ge våra kunder rimliga leveranstider har vi tillfälligt ORDER-STOPP t.om 20-05-08. Det ger oss 14 dagar att jobba ikapp. 20-04-15/Ansträngd drift: Vi har längre svarstider i kundtjänst och längre leveranstider för lagervaror o snickeri då ett par personal är riskgrupp o befinner sig i hel/delkarantän. Vi har tagit in ny personal som är ovana med rutiner. Vi hjälper även leverantörer i Göteborg med personal då även deras personalsituation är påverkad. Vi ber ödmjukt våra kunder om fördragsamhet och tålamod i rådande situation, vi arbetar metodiskt enligt först-till-kvarn-principen. 20-03-18-III: DHL & CALEXICO leveranser till privatpersoner. Följande gäller tills vidare: 20-03-18-II: DHL leveranser. DHL har tagit fram procedur för signering av gods enligt nedan: 20-03-18-I: Alla utfästelser är preliminära. Då både fraktbolags och leverantörers verksamhet är påverkade av det rådande samhällsläget blir vi det också. För dig som kund innebär det att våra utfästelser om leverans av material med viss leveranstid nu måste betraktas som preliminära utfästelser. Situationen ändras från dag till dag och vi kommer att hålla våra kunder uppdaterade.

**id 251**

Vi finns här för att göra välmående enkelt! Home Yoga & Wellness är en plats där du kan strössla livet med livsenergi och feel-good-vibes på resan hem till hjärtat, kroppen och din inre urkraft. Vi erbjuder innovativa och dynamiska yoga klasser för 2000-talets människa och bygger våra klasser ur ett holistiskt perspektiv för att göra det så enkelt som möjligt för dig att relatera yogans visdom till din unika livssituation. Feel Good Yoga & Feel Good Hot Yoga Tisdag 17.30 – 18.45 Torsdag kl 19.00 – 20.15 (Hot) Feel Good Yoga gör det enkelt för dig att relatera yogans visdom till din unika livssituation. En klass för dig som vill skapa hälsosamma vanor och strössla livet med feel-good vibes! Hela smörgåsbordet av yogagrenar står till vårt förfogande när vi sätter samman intelligenta yoga sekvenser för att MÅ BRA! Klassen handlar om att skapa utrymme att landa i dig själv och hitta hem till hjärtat. Vad behöver du just nu? Vad har du lust på? Vi varvar bus & intensitet med lugn & stillhet i mumsiga sekvenser med fokus på andningsteknik och tränar på att vara närvarande med det som är, både topparna & dalarna. Yogans fantastiska verktyg guida oss in i närvaro, nyfikenhet & acceptans. Detta är en klass för dig som vill känna dig levande! Utmärkt för nybörjare såväl som avancerade yogisar och finns även i hot yoga format där temperaturen i salen är ca 30 grader. Onsdag kl 18.15 – 19.30 (Nivå 2) Lördag kl 10.00 – 11.15 (Nivå 1) \*Livesänds på Zoom Yoga Journey är ett utbildande konceptet för nyfikna yogis som vill bredda sin förståelse av yoga och yogavärldens oändliga verktygslåda. Klassen bjuder på nya teman, perspektiv och infallsvinklar vid varje tillfälle och guidar dig successivt mot en Peak Position där du lär dig sätt att träna på och förbereda dig för att ta din yoga praktisering till nästa nivå. Vi möter dig på det trappsteg du befinner dig och tar dig vidare med lust och lekfullhet på resan in mot mer avancerade positioner. Utmaningarna är såväl fysiska, som mentala & emotionella. Vem är du när livet levererar utmaningar? Let’s find out… Detta är klassen för dig som är nyfiken på nycklarna som frigör din fulla potential. Finns både som Nivå 1 & Nivå 2. Onsdag kl 19.45 – 21.00 \*Livesänds på Zoom Denna himmelskt avslappnande klass är designad för dig som vill njuta i vila medans kroppen läker sig själv. Vi startar med Yin Yoga och avslutar med Yoga Nidra. Yin Yoga skiljer sig markant från övriga yoga grenar (även om positionerna är bekanta) fokuset ligger i att smälta fascian (bindväven) medans musklerna förblir avslappnade. Yin Yoga kommer från den kinesiska medicinen och här pratar man om meridianer, energikanaler som löper längs kroppens vävnader. Yoga Nidra är en meditation för djup avslappning med kroppsscanning. På sanskrit betyder “Nidra” sömn och Yoga Nidra kan därför översättas till den yogiska sömnen. Här guidas du genom en visualisering där kroppen somnar och hjärnvågorna skiftar från alfa till djup alfa- och theta, som också kallas “dröm tillståndet”, eller REM-tillståndet. I detta tillstånd aktiveras det parasympatiska nervsystemet, vårt “lugn och ro” system som hjälper kroppen att reparera samt stärka immunförsvaret. 45 minuter av Yoga Nidra ger samma djupa vila som 3 timmars djupsömn. Denna praktiseringen kräver inga förkunskaper och passar utmärkt till dig som vill varva ner och läka din kropp. Torsdag kl 17.30 – 18.45 (Hot) Vinyasa Flow är en utmanande klass med dynamiska flöden och hög intensitet för dig som vill ha ett extra svettigt pass. Vi leker med tempoväxlingar och tar oss successivt in mot mer avancerade positioner. Upplev effekten av att befinna sig i “Flow-State” och den häftiga känslan av stillhet i rörelse och rörelse i stillhet. Vinyasa Flow är en mer avancerad fortsättningsklass som lär dig identifiera vad du behöver för att motverka stagnation, lita på processen

**id 252**

Tar det lite lugnt på hotellrummet efter en dag i svettens tecken, nu gäller det bara att lära sig låten som ska visas upp i morgon…nervöst!

**id 253**

Vad är det som händer i mitt skrivande nu? Kerstin Önnebo kom hem till mig och jag bjöd på kaffe och hon hade med sig massa sladdar och prylar. Jag var nervös. Hela kroppen darrade och jag tappade bort orden och jag tappade bort fakta och tungan klickade mot gommen och jag svettades och jag skrattade och fnittrade. Kerstin tog det lugnt. Ställde frågor. Lyssnade. Googlade grejer när jag fick hjärnsläpp. Jag sitter på bussen och lyssnar på avsnittet. Får ont i magen. Får panik. Jag sa pesten! PESTEN! Men det borde vara digerdöden! Vänta lite nu … Andas. Andas. Andas. Allt okej. Allt är bra. Det är bra. Det är knepigt. Knepigt att höra mig själv babbla. Jag sitter på bussen och lyssnar på mig själv! En kille sätter sig bredvid mig och han får bara inte fatta att jag sitter och lyssnar på mig själv! Kan han höra det? Ja sänker volymen. Vänta lite … Det blev ett fint avsnitt. När chocken över att höra min egen röst lagt sig känns allt bra. Det känns jättebra! Tack Kerstin Önnebo för att jag fick vara med i skrivarpodden och tack för att du är en lugn och stabil intervjuare! Lyssna på avsnittet här. I dagarna ska jag börja skriva en ny essä. Nu letar jag. Letar litteratur. Letar i mig själv. Letar minnen. Essän är en del av examinationen på Författarskolans Litterär gestaltning och den ska vara färdig i … maj? Terminen har dragit igång och med den kommer alla kurser och workshops. Det är skitkul! Känns bra att vara tillbaka vid vitatavlan. Kurslitteratur, texter för lektörsutlåtande, texter från kurskamrater och kursdeltagare. Texter överallt och jag tycker om det. På kvällarna slappnar jag av och läser Harry potter och de vises sten ännu en gång. Jag kommer att skriva om Harry Potter i min nya essä – kanske mest för att få en ursäkt att läsa om böckerna på studie/arbetstid. Jag letar efter texter att läsa högt. Letar i min älskade lilla bok. Försöker bestämma vilken text som funkar på scenen. Min älskade lilla bok finns i denna stund hos Caroline Degerfeldt som läser den inför festen. Hon ska leda ett samtal med mig. På scenen. Jag är inte nervös. Värmde upp med skrivarpodden! Det blir en novelltävling: Skriv novellen på festen och förstapris är en gratis plats på en av mina distanskurser i sommar. Andra pris är romanen Levande Döda av Peter Winai. Många vänner kommer för att fira boken med mig och jag har köpt ett par fräcka dojor till festen!!!! Det är känslor och det är text och det är massor av saker som händer och det är massor av saker att fixa och jag kan bara säga att jag älskar det. Läser detta nu och inser att releasefesten borde vara igång just i denna stund! Hoppas att du har en lysande kväll och njuter alla känslor 🙂 Jag ska genast in och lyssna på podden. Tack så mycket för din kommentar. Allt gick bra på festen. Det var riktigt kul och det känns skönt att det är över. Roligt att du lyssnar på podden. Kurserna är två olika:: Skriv i sommar – som jobbar med grunder och författarverktyg, Skrivkurs med tema feminism – som syftar till att utforska skrivandet som ett sätt att ifrågasätta och problematisera normer och strukturer. Om du är intresserad kan du skicka ett mejl till mig så kan jag ge dig mer utförlig kursbeskrivning :.) Skriv till: info @ maricakallner.se utan mellanslag förstås 🙂 Vad roligt med releasen! Nya skor och genrep på podd inför intervju. Låter som att du är väl förberedd. Skickar ändå en lyckönskning inför imorgon och önskar dig allt gott! 😊 Tack så mycket. Mitt svar kommer sent nu, jag har varit helt utmattad efter releasen, Nu är jag återställd och allt gick fint på festen! Bubblande känslor! Riviga känslor! Men mest bubbel verkar det som 🙂 (En essä om HP låter spännande.) (Ja verkligen spännande. Alltid bra också att jag får HP som i högskolepoäng av det! Nu har jag hittat en massa littvetenskapliga böcker som jag

**id 254**

Fd barnhems- och fosterhemsbarn har bildat en stödförening Ruby Harrold-Claesson är som bekant ordförande i NKMR. Inlägget har sänts till "Tyckeriet" på Göteborgs Tidningen (GT) men det är okänt om eller när det kommer att publiceras. Lördagen den 20 mars sammanträffade ett 20-tal fd barnhems- och fosterhemsbarn, inkl. två finska dito och ett finskt krigsbarn, Anja E. Tyni, författaren till boken "Finnungen" på det som förr i tiden var Vidkärrs Barnhem i Göteborg. Syftet med mötet var att bilda en stödförening för fd barnhems- och fosterhemsbarn i Sverige. Vidkärrs Barnhem var, då det begav sig, Sveriges största barnhem. Förebilderna för den här föreningen är barnhemsskandalerna i England & Wales samt barnhemsskandalen i Bergen i Norge. Den nybildade förening har antagit namnet Samhällets Styvbarn, Förening för Barnhems- och Fosterbarn. Krister Lumme blev vald som ordförande för den nybildade föreningen och kontakt- och presstalesman är initiativtagaren, Kent Sändh. Bland de närvarande noterades ett team från Sveriges Radios Dokumentärredaktionen med Ylva Mortensson, redaktör vid SR, som för en tid sedan gjorde ett radioprogram om olika skandaler på svenska behandlingshem och även skandalen i Bergen, Cecilia Zadig som tillsammans med Maria Trädgårdh har gjort ett avslöjande TV-reportage om Feliciafallet, jur. kand., med lic Siv Westerberg, flerfaldig vinnare av LVU-mål mot Sverige i Europadomstolen och undertecknad, ordförande i NKMR. NKMR har sedan starten november 1996 hävdat att såväl forna tiders barnhemsbarn som dagens fosterbarn och institutionsbarn har farit och far illa. Staten är en usel mor. Likväl har myndigheterna i Sverige och våra nordiska grannländer hårdnackat bestridit att dessa barn far illa. Omhändertagandena hävdar de är för "barnets bästa" trots att Europadomstolen i Olsson v. Sverige fastslog att staten omöjligen kan veta vad som är bäst för varje enskilt barn. Nu har vi en hel grupp vuxna människor som har vistats i svenska barnhem och fosterhem i perioder av varierande längd som har organiserat sig och kräver sin rätt mot staten och dess institutioner. Varken i England eller i Norge har man kunnat bortse från de fd institutionsbarnens krav. Det ska bli intressant att se hur det kommer att gå i Sverige. Barnhems- och fosterbarn går samman i ny förening Ofre fra svenske barnehjem og fosterhjem stiftet støtteforening i Göteborg.

**id 255**

För två dagar sedan kom följande meddelande från Lendify: Räntan hos Lendify är rörlig och vi höjer nu räntan med 0,28 procentenheter på utestående lån till följd av att STIBOR\* har stigit. Många banker höjer endast räntan för låntagare och låter räntan på sparande vara oförändrad. Vi ger däremot hela höjningen på 0,28 procentenheter till våra sparare på plattformen. Jag har varit sparare i Lendify sedan 2015-05-28. Det har löpt på bra och avkastningen sedan start är per dagens datum 28,63 %. Avkastningen kommer från räntebetalningar från låntagaren vilket har gett en stabil tillväxt utan svängningarna som börsen medför. Jag har tidigare skrivit on Lendify i inläggen “Investera via Lendify och “Avanza + Lendify = Sant“. Du som startar ett konto hos Lendify via min inbjudningslänk får just nu 500 kr när investerar minst 20 000 kr eller mer. \* STIBOR är en referensränta som visar ett genomsnitt av de räntesatser som ett antal banker – Stiborbanker – verksamma på den svenska penningmarknaden är villiga att låna ut till varandra på utan säkerhet under olika löptider (källa: Svenska Bankföreningen). Vi använder oss av STIBOR med tre månaders löptid.

**id 256**

Det hände något konstigt idag. Strax innan lunch fick jag ont i magen. Det blev värre och värre. Satte mig på mitt rum och åt lunchen, för att slippa sitta och kvida bland alla andra. Efter lunchen kunde jag inte stå upprätt, fick liksom andas i pustar. Maken fick komma och hämta mig. Hemma la jag mig på sängen, fortfarande med enormt magont, och somnade. Vaknade två timmar senare och då var det onda helt borta. Skumt. Dumt. Onödigt. Och , vad ? Reaktion på medicinen? /mickis Gallanfall pga dina mediciner? Om dina mediciner innehåller Kodein! Ja jag säger också medicinreaktion. Stackare :-( Jag har också haft så ett par gånger. Har haft så ont att jag har haft svårt att andas och nästan tuppat av. Har åkt till akuten båda gångerna men de har inte sett något, däremot har de misstänkt vad det kan vara - en cysta som spricker. Det är helt ofarligt och ganska vanligt, men det gör jävulskt ont när det händer. Så var det när jag hade gallsten. Från noll till tusen % ont på 20 minuter. Amulans, morfin (hade varit roligare om min kropp reagerade på morfin) och titthålsoperation. Häpp! alla: ingen aning vad det kan ha varit. inte riktigt svimma-ont, men svårt att andas normalt-ont och typ dubbelvikt. nu är det borta och jag hoppas det håller sig så! Magkatarr? Låter som gallstensanfall light. anonym: kanske? aldrig haft förr. evelina: kanske? aldrig haft förr.

**id 257**

BEGONIAN ÄR SLUTSÅLT Begonian är slutsålt men vi vill hålla er som köpt lägenhet uppdaterade om hur era framtida hem växer och kommer till liv. Därför kommer vi med jämna mellanrum fotografera från Begonian. Ni kommer att få en presentation av dom som arbetar på plats och vi kommer försöka få med intressanta och viktiga händelser. Klicka här eller på fliken tidslinje ovan för att komma till sidan. Genom att fortsätta använda sidan accepterar du att sidan använder cookies. OM BEGONIAN När OF bygg fick möjlighet att köpa fastigheten i kvarteret Begonian där närbutiken Frendo tidigare legat samt den parkmark som angränsade mot tomten så tvekade man inte! Här bygger man nu en synnerligen attraktiv bostadsrättsförening, fastigheten är ”rättvänd” vilket innebär att alla balkonger blir mycket stora då de kunde få sollägen mot söder och väster. Föreningen byggs med mycket hög komfort för de boende – här erbjuds ett stort underjordiskt varmgarage, ovanför detta anläggs en vacker innergårdspark. I husen kommer gästrum, bastu med relaxavdelning, varmförråd och cykelförråd samt hobbyrum och gym att byggas, faciliteter som sällan erbjuds i nyproduktion idag, men som perfekt möter den moderna familjens önskemål och krav på sitt boende. I brf Begonian bor ni komfortabelt och bekvämt strax ovanför älvslandskapets fina rekreationsområden, det är nära till flera skolor och förskolor, matbutiker och omtyckta restauranger. Det är också mycket goda kommunikationer till centrum, man kan välja mellan cykelbanan vid husen eller en skön promenad efter strandpromenaden, bussen stannar nära husen och kommunikationerna är de bästa i Umeå med täta avgångar till stan. HÄR VÄXER BEGONIAN Vi vill gärna att ni följer oss under hela Begonians resa. Vi kommer varje månad släppa nytt material. Så varmt välkommen tillbaka hit eller se Begonian växa på instagram. ARKITEKTENS ORD Kvarteret Begonian blir ett nytt landmärke i stadsdelen Grubbe. De tre huskropparna ramar in gården som med sitt skyddade läge ger många soltimmar för samtliga balkonger och uteplatser. Arkitekturen är saklig med variation i höjdled som trappas upp mot det östra hörnet längs Backenvägen. Uppglasade trapphus ger ett välkomnande och stadsmässigt intryck. Rejäla fasadmaterial som tegel i rött, svart och ljusgrått ger tillsammans med husens sadeltak en viss traditionell karaktär. De stora balkongerna med glasfronter lättar upp fasaderna mot söder och väster. JOHAN FJELLSTRÖM / ARKINOVA BYGGHERREN OF BYGG har med Umeå som huvudsaklig bas byggt alla typer av hus i mer än 70 år till både kommuner, kommunala bolag, landsting och privata beställare. Vårt företag har ca 120 anställda bestående av skickliga hantverkare och tjänstemän. OF:s verksamhet är indelad i tre avdelningar; entreprenad, maskin och byggservice, se OF Entreprenad är den största avdelningen där vi bygger alla typer av lokale r till kommun, landsting, universitet och privata beställare. OF Maskin är vår uthyrningsverksamhet. Detta är en lokalt serviceinriktad avdelning med ett brett utbud av hyresmaskiner. OF Byggservice består av en flexibel grupp snickare som utför reparationer, om- och tillbyggnader till företag och offentliga beställare. GRUBBE På Grubbe bor du stadsnära, men ändå lantligt. Området angränsar till Grisbacka i öster, Västerhiske och Umedalen i väster och kantas av Umeälven i söder. Dessa områden, som förr var byar, ligger så tätt att det under historien och fortfarande är svårt att dra någon skarp gräns dem emellan. Här ligger villaområden och hyreshus bredvid vidsträckta åkrar och gamla gårdar, och närheten till älven och skogsområden gör att den norrländska naturen aldrig är mer än ett stenkast bort. På Grubbe hittar du dessutom ett bra urval av skolor och förskolor. I området finns gott om plats för motionsaktiviteter och naturliv. Närheten till Umeälven gör att du har nära till bad eller fiske, och på grusvägarna och stigarna som leder kors och tvärs bland gamla gårdar och åkermarker kan du njuta av promenader och löprundor. Här finner du också den omty

**id 258**

Låt oss på Ekonomibolaget hjälpa dig som fåmansföretagare med ekonomin och du är i trygga händer. Våra skatterådgivare har lång erfarenhet av att hjälpa mindre företag med att maximera vinst och utdelning och vi hjälper årligen fler än 200 fåmansföretagare med att minska sin skatt. Vi är proffs på 3:12-reglerna som reglerar utdelningsskatten för småföretag – i många fall kan vi hjälpa dig att minska marginalskatten från omkring 57 procent till 20 procent på utdelningar. Har du frågor om 3:12-regelverket, eller undrar du kanske hur de kommande förändringarna av reglerna kommer påverka din verksamhet och dina möjligheter till utdelning? Kontakta oss, så hjälper vi dig!

**id 259**

Nu startar juniorträningen igen (start 23/1) och nu kommer vi köra VARJE lördag! Då den nya pandemilagen börjar gälla idag söndag, kommer nu här VIKTIG INFO om hur vi kommer att förhålla oss till detta. Om vi alla hjälps åt med detta så kommer vi att kunna träna säkert även under våren !!! Corona !! Gäller ifrån 9/11 Det finns fortfarande platser kvar! Nu kör vi igång lekfull träning för åldern 7 – 11 år där fokus kommer att ligga på att utveckla rörlighet, koordination och styrka samt ha riktigt roligt samtidigt. Vi kör lördagar jämna veckor kl 14 -15 med start 5/9. Kostnad: Du betalar själv in på klubbens bankgiro vad du tycker träningen är värd. Ses i lokalen !!! Kallelse till Nak Muay Varbergs årsmöte Plats och tid: Söndagen den 22 mars kl 14.00 på Hotell Havanna(Krabbes väg 4) Motioner skall vara styrelsen tillhanda 9 mars. Maila motioner till nakmuayvarberg@gmail.com Välkomna ! Styrelsen Boka in den 25 januari!!! 7/1 kör vi igång med vårterminen!!! Vi på NakMuay i Varberg handlar vår utrustning på Fightfabriken. De ger oss bra service och guidar våra medlemmar till rätt köp. De har ett bra utbud med handskar, benskydd etc från Fairtex, Danger Equipment, Legacy och ONX. Då det ibland kan vara svårt att välja rätt boxningshandskar är det bra att först fråga efter rekommendationer och vad man tycker om för handskar idag. För att kolla utbud av deras handskar följa denna länk: https://fightfabriken.se/p rodukt-kategori/boxningshandskar/ Kostnadsfri träning hela sommaren!!! Kallelse till Nak Muay Varbergs årsmöte. Plats och tid: Söndagen den 24 februari kl 14.00 i träningslokalen. Motioner skall vara styrelsen tillhanda 11 februari. Maila motioner till nakmuayvarberg@gmail.com Välkomna ! Styrelsen Vårterminen startar 7 januari JULSCHEMA!!! Med start den 3 december så kör vi detta schema tills annat anges. OBS !!! Alla tränar gemensamt. Med start den 3 december så kör vi detta schema tills annat anges. OBS !!! Alla tränar gemensamt. Höstterminen drar igång 20 augusti Den 25 maj så utgår den tidigare personuppgiftslag en (PUL) och ersätts av GDPR vilken styr över hur vi som förening lagrar info om våra medlemmar. Är du som medlem intresserad av hur vi har lagrat just dina uppgifter så skicka ett mail till nakmuayvarberg@gmail.com så får därifrån vidare uppgifter. Är du som medlem intresserad av hur vi har lagrat just dina uppgifter så skicka ett mail till nakmuayvarberg@gmail.com så får därifrån vidare uppgifter. Vårens träningstider Julschema start 5/12 Höstterminens tider Nu är det dax för sommarschemat !!! Vi kör igång 5/6. Vi kommer ha schemalagda pass enligt följande : Måndagar 17.30 – 19.00. Onsdagar 17.45 – 19.15 Dessa pass är för alla grupper och vi tränar gemensamt. Priser : För de över 20 år 400 kr för sommaren ( 1600kr för sommaren och hela hösten. Under 20 år 200kr för sommaren. Vårens träningschema Sommarterminen 7/6 – 15/8. Tisdagar: 17.30 – 19.00. Samtliga Torsdagar: 18.00 – 19.15.Samtliga Lördagar: 10.00 – 11.00.\* Samtliga / outdoor training \* Lördagsträningen kommer att vara vid boulebana vid fästningsravinen vid regn kommer den vara i träningslokalen. Priser: Ålder 20 år och uppåt : 500 kr/ sommaren 1200 kr/ hösten alt 1500 kr ihop. Åldern 20 och nedåt : 300 kr/ sommaren 500 kr / hösten. Studenter ( högskolan ) 300 kr / sommaren 800 kr / hösten. Glad påsk önskar Nak Muay Varberg. Helgens matcher HMT BATTLE – thaiboxningsgala i Halmstad. Först ut var Gustaf som mötte en Johnny ( ifrån Primate ) i – 71 kg c klass En första lugn rond för att sedan höja tempot där Jonny tar över mer och mer men i samma sekund som gong gongen går lyckas Gustaf träffa hårt med ett slag så Jonny faller i mattan dock räddas han av rond vilan. Tredje ronden så tar Jonny över helt och Gustav får en räkning och håller på att få en till men då bryter läkaren matchen helt rättvist och segrare blir Jonny. Nästa match Är det Mitchell som i – 75 kg c klass möte

**id 260**

Sarah med Owls and Polish bloggen yyyyyhar en sale på sin blogg där hon säljer lack som hon inte vill ha kvar. Bra priser och snabba leveranser har hon. Jag köpte fyra lack och fick ett i present. Från vänster: (detta lack fick jag i present), China glaze, Gilded treasures och Nubar, Green tea . Nfu~Oh, 95 yyyyyoch Rescue Beauty Lounge, Frugalista . OPI, DS Extravagance

**id 261**

Grillad bröstfilée av kyckling på salladsbedd Välj sås: passion-vinegrette eller caesarsås Flodkräftssallad (L, G) 7,90 € / 10,90 € Flodkräftor på salladsbedd Välj sås: passion-vinegrette eller caesarsås Escargots L, (G) 10,90€ Serveras med vitlök, Aura®-ost och rostat ciabattabröd Gambas Pil-Pil M, (G) 15,90 € Grillade jätteräkor i en kryddstark vitlöksolja. Serveras med rostat ciabatta. BURGARE Porttis Burgare (L, G) 15,90€ En 200 g biff av 100 % finskt nötkött gjord på premium Hereford och Angus. Serveras med bladsallat, tomat, marinerad rödlök, saltgurka, cheddarost, Pahis-majonnäs, BBQ-sås, coleslaw, lantfrites i ett briochebröd Vegeburgare V (G) 15,90€ 110 g Beyond -burgarebiff, bladsallat, tomat, marinerad rödlök, saltgurka och vegansk majonnäs i ett briochebröd. Serveras med lantfrites. Hamburgare går också att få med glutenfri semla. Lantfrites, tärnade rotfrukter och chipotle-bearnaise sås Kladdkaka, vaniljglass och färska bär L, G 10,90 € Två glasskulor, vispad grädde och sås Glasskula – 1 kula 4,50 €, 2 kula 8 € Vanilj VL – Choklad VL – Jordgubb L – Mango-meloni L – Hallonsorbet M Kinuski G – Choklad L, G – Jordgubb L, M, G En ordentlig pizza består av ett bra botten, en mustig pizzasås och läckra fyllningar. Portsides pizzor föds ur decennier av kunskap och riktig kärlek till pizzabakandets konst. Grunden till allt är ett krispigt botten, som bakas av Portsides traditionsenliga deg, och på vilken sedan sprids vår pizzakocks hemliga receptbelagda härliga tomatsås. Som gäst hos oss kan du välja bland våra pizza alternativ eller bygga din helt egna utifrån vårt sortiment av fyllningar Skinka, ananas, Aura®-ost Pepperoni, paprika, bacon, rödlök Fantasia: 2 fyllningar 11,00 € / 3 fyllningar 12,00 € / 4 fyllningar 13,00 € Husets pizzasås innehåller vitlök. Pizzan går även att få med glutenfritt botten + 1 €/pizza (OBS! I köket arbetar vi även med vanligt vetemjöl) vita viner JA ROSÉ 16 cl 75 cl Torr, friskt fruktig och fräsch smak. Toner av äpple Torr och syrlig med inslag av lime, gröna äpplen, päron och örter Hans Baer Rosé, Frankrike 10 € 40,00 € Halvtorr, hög syra, skogsbärig, röd bärighet röda viner 16 cl 75 cl Medelfyllig med inslag av körsbär och björnbär. Runda tanniner och en len eftersmak Tavernello Organic Syrah, Italien 9,00 € 37,00 € Fyllig, smidig, fruktig, mörka körsbär och syltig smak Cesari Ripasso Bosan 2015, Italien 65,00 € 80 % corvina, 20 % rondinella. En ripasso i världsklass tillverkad traditionsenligt från det historiska Valpolicella området. Fyllig, medelmåttigt med tanniner, bärig, kryddig och inslag av mocha. För njutning! Mousserande 16 cl 75 cl Ett lätt, bubbligt och fruktigt skumvin. Den torra men lena smaken gör den till en perfekt sällskapsdryck Väldigt torr, syrlig, citroner, gula äpplen, mandel, lent nötig Läsk \*Pepsi, Pepsi Max, 7 UP free, Jaffa 0,33 l 3,20 € / 0,50 l 4,50 € Trip \*Apelsin 0,2 l 1,50 € Saft \*Apelsin, Äpple liten / stor 1 € / 1,50 €

**id 262**

Fraidi: dräkt-torsdag En doktorand som jag är biträdande handledare för ska ha sitt licenciat-seminarium i dag, så jag är uppklädd i Monki-dräkten. Kjolen är rätt kort, men jag har tjocka strumpisar, så det känns som jag kommer undan med det. Mamma till världens finaste tvillingtjejer födda maj -07. Gift med min egen McDreamy. Brinner för forskning och kommunikation. Kastar mig huvudstupa mot avgrunden, men har roligt på vägen. Visa hela min profil

**id 263**

Perfekt informationshanteringen i molnet? Tänk dig en situation där information rör sig fritt mellan flera olika miljöer och du kan hantera och kontrollera din molnbaserade information på ett enkelt sätt. Med NetApps teknik har den här visionen blivit verklighet och innovationstakten kan öka. Hämta det kostnadsfria IDC-faktabladet om vikten av informationskontroll i hybrida IT-miljöer. Mer info IT-företag använder allt oftare tjänstebaserade molnmodeller. Faktabladet belyser utmaningarna med hur man får kontroll över sin information i hybrida SaaS-IT-miljöer. I faktabladet diskuteras hur informationskontroll i hybrid-IT bör ses som ett ramverk snarare än en enkel punktinsats.

**id 264**

Färg: Khaki Material: Yttertyg: 60% viskos, 40% polyester, foder: 100% polyester Mörkgrön kappa i stilren design från INTRO//MUSE. Kappan har dubbla tryckknappar i ringningen samt ett skärp i midjan. Fickor fram samt dragkedja och tryckknapp vid ärmsluten. Kappan har ett sprund mitt bak och är helfodrad i matchande färg. Längd bak från axeln 114 cm, byst 100 cm, ärmlängd 40 cm i stl. S. Modellen är 180 cm och bär stl. S. Maskintvätt 30 grader. - Avser delbetalning över 24 månader- Ingen uppläggningsavgift.- Aviavgift: 29 kr (En avgift oavsett antal köp).- Du väljer själv hur mycket du vill betala varje månad dock minst 70kr per månad.Delbetalning med Bubbleroom konto godkänns efter sedvanlig kreditbedömning. Kan ansökan ej godkännas så kan du enkelt välja ett annat betalningsalternativ. För fullständiga villkor om delbetalning se våra köpvillkor.

**id 265**

Det bor en sak-letare i mig. Sakletaren kommer mer till sin rätt på sommaren, det finns liksom fler saker att leta, att finna, att se och förvärva. Jag hittar vackra saker, saker att skapa med, saker att inspireras av, saker att ge bort, saker att titta på, saker att förändra…Skaletare hittar saker. Många gånger, kanske flest, så hittar man saker andra inte bryr sig om. Det blir ingen konkurrens på så sätt (förutom kanske sakletare emellan). Det är snarare så att de som inte är sakletare förfäras. Oj, vad de kan förfäras. Sakletare får ofta kommentarer av människor som inte är sakletare, kommentarer som; Jag vet inga sakletare som kommenterar sin icke-sakletande kamraters hem med ord som; oj, vad tomt och kalt, oj, vad lite grejer du har, du har ju inget du kan göra något med, här finns inget att skapa med, hur kan du bo så där… Det skulle inte gå för sig att säga en sådan sak. Folk skulle bli arga för att man la sig i, ledsen för att man inte tyckte om… Åt andra hållet går det att säga, hur många gånger som helst tydligen. I collect & find things, objects, pieces… I´m a collector. It´s a lot easier in the summer than in winter time. Me (& fellow collectors) have friends who don´t collect, don´t find & don´t keep. The non-collecting people often say to collectors how much things, stuff, junk, clutter they have. They often question what the things are for & that it´s really not beautiful, needy, good… It´s unthinkable that I (or any other collector) would go to the non-collectors homes & say – Oh, what an empty & boring home you have, you have got almost no things, how can you live like this…The other way around seems to be ok, apparently over and over again. Skönt att veta att det finns flera :)

**id 266**

Förutom vinsten med Wygant Princess var Marcus tvåa med Muscle Hill-dottern Southwind Venus, vilken var slagen med huvud av Dynasty Warrior (e. Glidemaster-CR Kay Suzie). Båda noterade 1.16,8 över den engelska milen.

**id 267**

Kungaparet besökte Kolmårdens djurpark Tisdagen den 29 oktober besökte Kungaparet Kolmårdens djurpark för att se elefantkalven Namsai. Mamma till kalven är Bua som Kungen fick i gåva av den... Kungafamiljen vid IVA:s högtidssammankomst Fredagen den 25 oktober närvarade Kungaparet, Kronprinsessparet och Prins Carl Philip vid Kungl. Ingenjörsvetenskapsakademiens (IVA:s)... Onsdagen den 23 oktober lanserades en bok om Drottningen genom ett seminarium på Grand Hôtel med fokus på kvinnors ledarskap. Kungaparet gav företräde för svenska honorärkonsuler verksamma i Afrika Onsdagen den 23 oktober gav Kungaparet företräde på Kungliga slottet för svenska honorärkonsuler verksamma i Afrika. Drottningen överlämnade stipendier i Stiftelsen Frimurare Barnhuset Onsdagen den 23 oktober överlämnade Drottningen stipendier i Stiftelsen Frimurare Barnhuset på Bååtska palatset i Stockholm. Onsdagen den 23 oktober besökte Prins Daniel Blackebergs gymnasium och Kungl. Tekniska Högskolan i Stockholm för att berätta om Prins Daniels... Tisdagen den 22 oktober genomförde World Child & Youth Forum sitt årliga partnerforum på Kungliga Slottet i närvaro av Kungaparet och Kronprinsessan. Högtidliga audienser på Kungliga slottet Onsdagen den 23 oktober tog Kungen emot fyra nyutnämnda utländska ambassadörer på Kungliga slottet vid högtidliga audienser. Kungen delade ut pris till Årets nybyggare Tisdagen den 22 oktober delade Kungen ut pris till Årets nybyggare. Högtidlig audiens – så fungerar det: Kommendantstaben Ifrån Högvaktsflygeln på Yttre borggården vid Stockholms slott planeras den militära medverkan vid de högtidliga audienserna. Det är Kommendantstaben ... Prins Daniel vid prisutdelning av Sveriges ungdomsentreprenör 2013 på Fryshuset Måndagen den 21 oktober närvarade Prins Daniel vid Fryshusets seminarium och prisutdelning av Sveriges ungdomsentreprenör 2013. Med anledning av alla gratulationer vill Kungen framföra följande: Tisdagen den 15 oktober närvarade Kungaparet vid ett möte och en middag med World Scout Foundation i Paris. Kungen är hedersordförande i World Scout... Kungen och Kronprinsessan vid WWF:s höstmöte Måndagen den 21 oktober deltog Kungen och Kronprinsessan vid Världsnaturfonden WWF:s höstsammankomst på Ulriksdals slott i Solna. Kungen är... Kronprinsessparet vid If Stockholm Open Söndagen den 20 oktober besökte Kronprinsessparet och Prinsessan Estelle finalmatchen i tennisturneringen If Stockholm Open i Kungl. Tennishallen i... Kungen medverkade i workshop med Ungt Ledarskap Tisdagen den 15 oktober höll Ungt Ledarskap en workshop om värdebaserat ledarskap på Kungliga slottet. Kungaparet tar emot Kung Willem-Alexander och Drottning Máxima av Nederländerna Kungen på teknikresa i Göteborg och Borås Torsdagen den 10 oktober och fredagen den 11 oktober var Kungen på en teknikresa, som gick till Göteborg och Borås. Resan arrangerades av Kungl.... Kronprinsessan besökte Uppsala Fredagen 11 oktober besökte Kronprinsessan Uppsala för att tal del av forskning och utveckling inom miljöfrågor och life science som pågår inom Uppsala... Prins Daniel besökte Åland Torsdagen den 10 oktober besökte Prins Daniel Åland och fick inblick i åländskt näringsliv och samhälle. Kungen invigde infrastrukturprojektet Bana Väg Onsdagen den 9 oktober invigde Kungen infrastrukturprojektet Bana Väg Motala-Mjölby. Projektet ska förbättra säkerheten och framkomligheten, och öppna... Drottningen delade ut diplom till vinnarna av Majblommans insamlingstävling Onsdagen den 9 oktober kom 30 elever från Adolf Fredriks musikklasser, årskurs 4-6, till Kungliga slottet för att ta emot diplom av Drottningen. Prins Carl Philip besöker Sydkorea, dag 3 Onsdagen den 9 oktober fortsatte Prins Carl Philips besök i Sydkorea. Under dagen såg Prinsen bland annat FN-utställningen på The War Memorial Museum

**id 268**

Hadith[1] (arabiska: الحديث) är den nedtecknade islamiska berättelse och tradition som utgår ifrån islams profet Muhammeds sätt att leva som förebild samt hans handlingar och ord i olika situationer – det vill säga vad Muhammed sagt, gjort eller stillatigande accepterat att någon i hans närhet sagt och gjort.[2] Den shiitiska beteckningen är khabar'. Att dessa traditioner finns beror på att Koranen omöjligt kan täcka varje tänkbart händelseförlopp eller alla mänskliga handlingar för all framtid. Hadith är de nedskrivna delarna av den större traditionssamlingen sunnan, vilken bland annat innehåller allmänt kända men inte nedskrivna förbud och plikter i islam. Merparten av hadithsamlingarna nedtecknades först på 700- och 800-talen, långt efter Muhammeds död år 632.[3] Upphov och betydelse[redigera | redigera wikitext] Sammanställare Sunni-hadither Sammanställare Shia-hadither Sammanställare Ibadi-hadither De hadith som nedtecknades på 700-talet av sekundär- eller tredjehands-källor, som fått informationen direkt av åhörare som var närvarande och iakttog Muhammeds (som avled 632) agerande, och att dessa skrivare även namnger primärkällan eller -källorna, betraktas de som ytterst viktiga av såväl troende som av alla islamiska rättsskolor (madhab). Särskilt tillförlitliga anses en hadith vara om det inte finns någon skillnad mellan flera primärkällors, det vill säga närvarandes, upplevelse och tolkning av det som utspelade sig när Muhammed tog ställning till en viss fråga eller situation.[4] Det finns liknande tidsglapp i flertalet religioner, inte minst i kristendomen, men författarna till Nya testamentets böcker och brev hänvisar inte explicit till specifika primärkällor som umgåtts med och känt Jesus. Den buddhistiska kanon har växt fram århundradena efter Buddhas död, och en stor del av materialet är nedskrivet av munkar som gjort upptäckter när de tillämpat Buddhas anvisningar. Traditionellt betraktas hadith som normerande och att erkända skolors uppgift är att utröna rättspraxis i takt med att samhället och civilisationen utvecklas. Hadith ses av de allra flesta troende muslimer som mycket viktiga verktyg för att förstå svårtolkade avsnitt i Koranen, och de hadith-framläggningar som görs vid ett fåtal mycket ansedda madhab är prejudicerande på samma sätt som när Högsta domstolen i Sverige uttalar sig i en lagtolkningsfråga som inte kunnat avgöras av tingsrätten eller hovrätten. I den muslimska världen ligger de mest respekterade madhab-instituten till grund för frågor som gäller islamisk rättspraxis. [5] Idag görs inte så många nytolkningar av själva Koranen, utan källorna är de stora samlingar av hadith som sammanställdes i stora samlingar under 700- och 800-talet. Även dessa kan omtolkas till modern tid, men behöver inte göra det. Man refererar till dessa arbeten och domar i frågor som rör islamiska lagen och muslimsk historia än idag. De två största grenarna av islam, shia och sunni, har olika uppsättningar av hadithsamlingar. Falska hadither[redigera | redigera wikitext] Att vissa hadith var förfalskningar kände man till redan från början. Det anses ha inletts efter oron över mordet på den tredje kalifen. Hadithförfalskningarna var inte begränsade till enstaka fall utan var i stället igång i stor skala redan medan den första generationen muslimer i Medina ännu var i livet. En del av detta fenomen har associerats med det islamiska nationsbyggandet och uppkomsten och expansionen av administrativa och territoriella domäner, med nya ledaruppgifter som olika individer konkurrerade om. Framför allt blev det lätt att utmanövrera icke-arabiska folk som perser, egyptier, romare, syrier, libaneser m.fl. i det växande islamiska väldet. En annan orsak har varit en vilja att till varje pris bevara ummas enhet. Även om förfalskningen skedde med ett fromt syfte för att främja vad som ansågs vara en god sak, måste det ändå betraktas som en förfalskning utan trovärdighet oavsett hur gott syftet varit, islam förgrenade sig trots detta i

**id 269**

Arbetsmarknaden har genomgått många dramatiska förändringar de senaste årtionden och särskilt de senaste åren har utvecklingen gått i raketfart. Förr gällde det att man antingen hade kontakter eller driv så landade man något jobb. Idag är det svårare att kvalificeras bara genom kontakter och man kan ansöka om hundra positioner utan att få napp. Istället finns rekryteringsfirmor som anlitas för att locka arbetskraft och den som söker jobb hittar ett lättare via just en sådan. Rekrytering innebär att man söker och attraherar mänsklig arbetskraft för specifika arbetspositioner. Från början användes ordet inom militären och ordet rekryt kommer just därifrån. Mycket av arbetsrekryteringen sker idag elektroniskt vilket i sin tur spar in på arbetskraft. Det finns en klassisk process inom arbetsplatsrekrytering och den ser olika ut i olika länder, ja till och med på olika arbetsplatser i samma land. Varje tjänst har sina specifika krav och det är de som till stor del avgör hur rekryteringsprocessen ser ut. Den som söker en tjänst för kontorsarbete går förmodligen inte genom samma process som den som ansöker om en tjänst som byggare. Moment som brukar ingå är i alla fall: Rekryteringsprocessen brukar avslutas med att den som anlitats får en introduktion på sin nya arbetsplats och en genomgång av sina nya uppgifter och rutiner. Även om många arbetsplatser fortfarande själva rekryterar sin personal så blir det allt vanligare att överlåta jobbet åt en professionell rekryteringsfirma - det brukar vara positivt för alla parter. Mest positivt är det för den som får jobbet, det blir samma glädje som att få mängder av free spins på casino. Det är givetvis även positivt för arbetsgivaren som, om de hittar rätt personal, vinner en jackpott i form av rätt person på rätt plats.

**id 270**

Genom lanseringen av en persisk upplaga finns nu Epoch Times på 21 olika språk. Den persiska upplagan av Epoch Times lanserades officiellt den 12 januari. Denna utgåva är till för alla persisktalande i världen, men framförallt i Iran, Afghanistan och Tadzjikistan. – Den persiska upplagan är det senaste tillskottet till vår växande organisation, det gör att vi kan föra ut nyheter och tillförlitlig information om händelser och trender till alla persisktalande människor runt om i världen, säger Lilly Wang, vice vd för Epoch Times flerspråkiga utgåvor. Epoch Times började som en kinesisk nyhetsorganisation år 2000. Nu har Epoch Times utvecklats till den mest spridda nyhetsorganisationen i världen och publiceras i 35 länder och på 21 olika språk.

**id 271**

2020-05-13 Kallelse till Årsmöte 2020 och släpp av META 2020 Snart är det dags för föreningens årsmöte och släpp av META 2020! Har du inte redan gjort det är det alltså dags att förnya medlemskapet för 2020. Jubileumsåret 2019 är till ända och ingen hade nog kunnat ana hur annorlunda allt skulle bli till våren 2020. Men.... misströsta inte.....ett nytt och fullspäckat nummer av META dimper snart ned i brevlådan! META 2020 släpps traditionsenligt i anslutning till årsmötet, som även om det inte är helt traditionsenligt, kommer att hållas digitalt via Zoom, fredag den 12/6 kl 15:00. Alla som fått länken (maila ordförande) kommer att kunna logga in på mötet och inga särskilda programvaror behöver hämtas eller laddas ned. Då vi nu inför en förbättrad prenumerationshantering via tidskriftsdistributören Eddy.se behöver ni som inte redan gjort det förnya ert medlemskap och uppdatera kontaktuppgifterna via formuläret på www.histark.se. Detta för att kunna rösta vid mötet och få tidskriften hemskickad. Medlemskapet gäller per kalenderår. Kallelse till årsmöte i Historiskarkeologisk förening 2020. Datum: 12/6 2020 Kl 15:00 Plats: Internet, via Zoom: https://uu-se.zoom.us/j/66446942689 Den som vill nominera sig själv eller andra till föreningens styrelse kan innan den 31/5 göra det till valberedningen till: emma.maltin@ark.su.se eller jimmy.karlqvist@dalarnasmuseum.se Den som vill ta upp någon särskild fråga till diskussion på årsmötet kan med fördel maila den till undertecknad via ordforande@histark.se Dagordning § 1 Mötet öppnas § 2 Val av mötesordförande § 3 Val av mötessekreterare § 4 Val av justerare och fastställande av röstlängd § 5 Frågan om årsmötet är stadgeenligt utlyst § 6 Redogörelse för Historiskarkeologiska föreningens verksamhet och ekonomi från 2019-05-31- 2020-05-31 § 7 Frågan om ansvarsfrihet för Historiskarkeologisk förenings styrelse för verksamhetsåret 2019/2020 § 8 Val av styrelse för verksamhetsåret 2020/2021 § 9 Val av revisor § 10 Val av valberedning § 11 Redogörelse för Historisk arkeologiska föreningens planerade verksamhet 2020/2021 och utgivning av META – Historisk arkeologisk tidskrift 2021 § 12 Datum för nytt ordinarie årsmöte 2021 § 13 Övriga frågor § 14 Mötets avslutande Alla medlemmar välkomna! Styrelsen i Historiskarkeologisk förening via Joakim Kjellberg, ordförande 2020-03-17 Dags att förnya medlemskap och prenumerationer för 2020 med METAs nya prenumerationssystem Nu till extra förmånligt pris! META och Historiskarkeologisk förening kan nu stolt lansera vår nya och förbättrade prenumerationstjänst i samarbete med bok- och tidskriftsdistributören Eddy.se. Då vi byter system ber vi alla medlemmar och tidigare prenumeranter att förnya sina medlemskap/prenumerationer för 2020 via formuläret på denna sida. www.histark.se När man registrerar sig för medlemskap/prenumeration kommer en betalningsavi att skickas ut, vilken sedan betalas via vanlig girering till bankkonto, som e-faktura eller direkt med kort via nätet. Som medlem/prenumerant stöder man tidskriftens fortsatta utgivning, får ett tryckt ex av tidskriften i brevlådan, tillgång till det senaste numret digitalt redan då det släpps. Medlemmar får dessutom fritt deltagande vid föreningens sammankomster och ev. symposier samt löpande information via nyhetsbrev. Medlemskapet gäller för ett kalenderår. Vi erbjuder också sponsormedlemskap för företag och institutioner som vill understödja den fortsatta utvecklingen av tidskriften och dess nätverk för historiskarkeologisk forskning och uppdragsarkeologi. För att få veta mer om sponsormedlemskap och vad de innebär vänligen kontakta: ordforande@histark.se /Redaktionen för META och styrelsen för Historisk arkeologiska föreningen 2020-03-16 Fem år och snart sex nummer! Idag är det fem år sedan det första numret av META – Historiskarkeologisk tidskrift kom från tryckpressen i sin nya form. Sedan dess har det blivit fyra ytterligare nummer med spännande artiklar om allt från blodiglar till isbjörnar, sjunkna skepp, städer, skelett och obesuttna kulturarv. Än fler artiklar är under produktion i det kommande numret. Kan

**id 272**

Och nu blir det ett bloggtips. Jag har länge tänkt tipsa om en blogg jag tittar in på flera gånger om dagen. Det finns många sådana. Men just den här besöker jag oftare än andra. Den finns visserligen redan med i min länklista där nere till höger, men den tål att puffas lite extra för.Jag tycker om den av flera skäl. Dels handlar den titt som tätt om reklam, mitt yrke. Den gör nedslag i vardagen, ofta ur en komiskt synvikel, men handlar lika gärna allvarliga saker. Inte en modeblogg, eller en mammadito och heller inte en politisk vetabästpretto, utan en skön blandning av saker som irriterar eller förgyller livet, serverade på ett underhållande sätt.Bloggen heter "As Good as it gets" och det gör den av det enkla skälet att Ulrika, som skriver den, heter Good i efternamn.Besök Ulrikas blogg om ni inte redan gjort det.Andra bloggar om: bloggar, tips, as good as it gets, ulrika good

**id 273**

Salisbury är en stad i Wiltshire i England med cirka 39 000 invånare. Den ligger där floderna Avon och Wiley rinner samman. Här finns en biskop och en katedral sedan i varje fall någon gång mellan 1075 och 1092. Sevärdheter är katedralen, som förvarar ett exemplar av Magna Carta, och stenarna från Stonehenge som ligger 13 kilometer nordväst om staden. Den är också känd för att ha det största antalet pubar i förhållande till folkmängden i England. Från staden kommer bland andra den medeltida filosofen och historikern biskop Johannes av Salisbury.

**id 274**

Om exakt en månad, den 12 mars, inleds årets upplaga av Littfest i Umeå. Själv har jag äran och nöjet att delta i ett samtal om tvångsförflyttningar av samer: Detta med anledning av att Elin Anna Labba nyligen har kommit … Läs mer → … Nej, jag har inte suttit nedsjunken i en bekväm biofåtölj under hösten. Däremot har jag grottat ner mig i ett antal intressanta biografier över mer eller mindre kända personer. Det är något speciellt med utförliga personskildringar när de är … Läs mer → Årets upplaga av bokmässan Bodil kan bara summeras på två sätt: lyckade arrangemang i både Krokom och Östersund! Här kommer några bilder från arrangemanget: Catarina Lundström informerar författargänget (ca 30 minst) Torbjörn och undertecknad II startgroparna i Krokom … Läs mer → I eftermiddag är det Krokomspremiär för den regionala bokmässan Bodil! Flera nya böcker kommer att presenteras, dock inte av mig. Jag kör med mina gamla ”klassiker”. Originalutgåvorna av Fattiga som de voro, Separatorn och De tvångsförflyttade är sedan länge slutsålda, … Läs mer → Försättsblad av Tomas Colbengtson i boken ”De tvångsförflyttade”. Med start i morgon den 17 november kl. 18.00 kommer Sveriges Television att visa en dokumentärserie om tvångsförflyttningar av samer. Den serien ser jag fram mot! Själv skrev jag om dessa händelser … Läs mer → Det är november och dags för bokmässan Bodil igen, först i Krokom fredag den 22 kl. 16-19 och dagen därpå i Östersund 11-16. Deltar gör en lång rad författare med regional anknytning. Själv kommer jag att finnas på plats båda … Läs mer → Så här kan det se ut i appen! Länsbiblioteket i Västerbotten har lanserat en teknisk nyhet som i mobilen kopplar ihop författare med geografiska platser. Själv har jag hamnat i Boksjön. Kopplingen är mina böcker som i huvudsak utspelar sig … Läs mer →

**id 275**

Bredbandsutbyggnad togs upp i kommunstyrelsen Ur ”Framtidens kommun, perspektiv 2038” kan man läsa att Staffanstorps kommun ska ”verka för att Internetuppkoppling ska ha en säker kvalitet, kapacitet och vara möjlig för alla och överallt.”. Detta åtagande tillsammans med en ständigt ökande mängd förfrågningar från lokala företag och privatpersoner visar på behovet av en bredbandsstrategi för Staffanstorps kommun. Bredband är i dag en central fråga när det gäller samhällets utveckling och är i dag lika viktigt som vägnät, elnät och annan infrastruktur. Det är troligt att det i framtiden förutom privatpersoner kommer att vara näringslivet och andra samhällstjänster som har det största behoven. Utvecklingen går snabbt och mängden tjänster på webben i samhället ökar konstant och skapar värde för en stor mängd människor. Kommunen ska ta ansvar för att det i framtiden ska finnas tillgång till fibernät inom kommunens gränser. Detta fibernät ska vara attraktivt för flera olika operatörer för att på så sätt skapa mångfald och valfrihet av utbud, inte bara inom Internet utan även för TV, telefoni med mera. Därför har det tagits fram en bredbandsstrategi som kommunstyrelsen har tagit beslut om den 7 maj. Målsättning för bredbandsutbyggnaden I Bredbandsstrategin föreslås att minst 40% av alla hushåll och företag ska ha tillgång till bredband med en hastighet på minst 100mbit/s senast år 2015. 4 år senare, år 2019, ska andelen hushåll och företag vara minst 80% för att slutligen år 2020 uppgå till mi

**id 276**

Få tillgång till det bästa av Tripadvisor Börja organisera dina reseidéer och se dem på en karta Få prismeddelanden och erbjudanden så att du kan resa på ditt sätt Ställ frågor och få svar från resenärer som du Berätta för oss om din resa Du kommer att se fler idéer från andra resenärer som du.

**id 277**

Laddningsalgoritmen i sju steg får ut det mesta av ditt batteri. Laddaren förser batteriet med den ström det behöver, behåller dess hälsa och säkerställer en bättre prestanda och längre livstid. Till skillnad från andra märken försöker laddaren Blue Smart IP65 att ladda upp helt urladdade batterier genom att tvinga i dem låg ström. Därefter återupptas normal laddning så fort batteripolerna har tillräcklig spänning. Med laddaren följer både krokodilklämmor och M8-öljetter - vilket gör det enkelt att ansluta batteriet. Om du vill kan du lämna batteriet konstant anslutet. Laddaren Blue Smart IP65 är utrustad med inbyggd Bluetooth och du kan kontrollera statusen på laddaren och batteriet via en smarttelefon, en surfplatta eller en bärbar dator. Alla inställningar på laddaren kan göras med appen VictronConnect.

**id 278**

Bolag Under torsdagen var det så Hebas tur att redovisa siffrorna för Q2. Bolag Heba har rekryterat Eva Wase som kommunikationschef. Bolag Företaget arbetar med tre olika verktyg för att växa. Hebas vd Patrik Emanuelsson berättar också mer om storsatsningen inom äldreboenden och samhällsbyggnader för Fastighetssverige. Transaktioner Slättö har, inom sin fond Slättö VI AB, tecknat avtal med Heba avseende försäljning av en hyresbostadsfastighet i Norrtälje hamn. Fastigheten är under uppförande och Heba tillträder vid färdigställande som beräknas ske under det andra kvartalet 2021. Transaktionen sker i bolagsform och underliggande fastighetsvärde uppgår till 401 miljoner kronor, motsvarande 47 000 kronor per kvadratmeter uthyrningsbar area. Bolag Heba passerar i sin Q4 tio miljarder kronor i fastighetsvärde. Förvaltningsresultatet ökar med 6,2 procent på helårsbasis och utdelningen höjs till 1,20 kronor per aktie (1,10).

**id 279**

Porträtt av Dmitrij Mendelejev som bär Edinburgh universitets professors kläder. (1885) Verkhnie Aremzyani, Ryssland St. Petersburg, Ryssland Namnteckning Dimitrij Mendelejevs periodiska system från 1871 med luckor (-) för ytterligare ämnen. Dimitrij Ivanovitj Mendelejev (ryska: Дмитрий Иванович Менделеев), född 8 februari 1834, avliden i lunginflammation 2 februari 1907, var rysk kemist berömd som upphovsman till det periodiska systemet. Biografi[redigera | redigera wikitext] Mendelejev föddes i närheten av Tobolsk i Sibirien som den yngste av 11-17 barn (uppgift om antalet varierar, men troligast är 17, varav ej alla överlevde, därav de varierande uppgifterna) till Marija Dmitrijevna Mendellejeva, född Korniljeva, och Ivan Pavlovitj Mendelejev (1783-1847). Fadern blev blind och fick avsluta sin lärartjänst med följd att familjen fick det mycket påvert. Modern öppnade en glasfabrik för försörjning, vilket emellertid brann och efter faderns död i TBC flyttade modern med sonen 1849 via först Moskva till Sankt Petersburg där han påbörjade universitetsstudier 1850. Under barnaåren hade en ingift dekabrist väckt intresset för och lärt Mendelejew de första grunderna av naturvetenskapen. I samband med sin mors död strax efter hans avslutade studier förvärrades hans tuberkulos och han flyttade på läkares inrådan till Simferopol på Krim vid Svarta havet där han fick anställning som vetenskaplig lärare. När Krimkriget bröt ut begav han sig till Odessa för att därefter vid 22 års ålder återvända till Sankt Petersburg som oavlönad privatdocent i kemi vid universitetet. Mendelejev beskrivs i källan "Sigma" som originell, vänlig och sympatisk fast nyckfull och lättstött person. Han var för sin tid och land liberal men gav sig inte in i politiken. Kvinnor behandlade han som jämlikar i deras kamp för arbete och undervisning och tvekade inte att anställa kvinnor på sitt kontor samt ge dem tillträde till sina föreläsningar på universitetet. Mellan 1859 och 1861 studerade han i Paris och Heidelberg där han bland annat undersökte gasers olika egenskaper. Han återvände till Ryssland 1863 och gifte sig där med Feozva Nikititjna Lesjtjova, med vilken han fick två barn. Äktenskapet upplöstes och Mendelejev gifte om sig med Anna Ivanovna Popova och fick med henne två döttrar och två söner. Han var professor vid polytekniska institutet i Sankt Petersburg 1864-1866 och vid universitetet i Sankt Petersburg 1867-1890. År 1893 utnämndes han till chef över Byrån för mått och vikt. Mendelejev valdes in som ledamot av Kungliga Vetenskapsakademien år 1905 och grundämne nummer 101, Mendelevium är uppkallat efter honom. Om grundämnena ordnas efter stigande atomnummer i en serie och denna på lämpligt sätt indelas i perioder som skrivs under varandra, visar sig det märkliga förhållandet att grundämnena i de lodräta kolumnerna är besläktade. Med stigande atomnummer ändras grundämnenas egenskaper och återkommer periodiskt. Då Mendelejev uppställde sitt schema var han tvungen att lämna flera platser tomma, för att fysikaliskt likartade grundämnen skulle komma att stå under varandra. Från detta förutsade han existensen och egenskaperna av flera då okända grundämnen som senare bekräftades. Upptäckten att grundämnenas egenskaper varierade periodiskt med stigande atomvikt gjorde Mendelejev när han arbetade på läroboken Kemins grundvalar 1867-1871. Den brittiske kemisten John Newlands hade 1866 presenterat sina idéer om grundämnenas oktaver vilket sammanföll med mycket av Mendelejevs egna resultat. Han presenterade sin första version av periodiska systemet för det Ryska kemistsamfundet i mars 1869. Den form i vilken det senare blev berömt uppställde han i mars 1871 i uppsatsen Die periodische Gesetzmässigkeit der chemischen Elemente i Annalen der Chemie und Pharmacie. Oberoende av Mendelejev hade den tyske kemisten Lothar Meyer gjort samma upptäckter nästan samtidigt med Mendelejev, men han publicerade sina resultat först 1870. En jämförelse mellan Mendelejevs förutsägelser och Winklers analys ur

**id 280**

Svenska kyrkan Fortsatt ökning av samtalen till jourhavande präst Pressmeddelande • Dec 19, 2012&nbsp09:39&nbspCET Psykisk ohälsa, relationer och ensamhet är de vanligaste samtalsämnena när männidkot ringer till Jourhavande präst. I år beräknas antalet samtal uppgå till 68 000. Foto: Magnus Aronson/IKON Årets preliminära statistik visar att samtalen till Jourhavande präst i Svenska kyrkan återigen ökat med drygt fyra procent. - Ensamheten är stor och vårt samhällsklimat hårt. Det skapar oro över hälsa, ekonomi och relationer. Att på natten ha någon att prata med är viktigt för många och en ökande andel av kontakterna är återkommande, konstaterar Monica Eckerdal, nationell samordnare för Jourhavande präst. - Många lider av oro och ångest som de inte kan dela med någon annan än en jourhavande präst. Det kan vara människor med psykiatrisk diagnos men som inte är i behov av akutvård, säger hon. 68 000 samtal Jourhavande präst räknar med att antalet samtal vid årsskiftet uppgår till 68 000, en ökning med cirka 4 procent jämfört med förra året. Mellan åren 2008 till 2011 var ökningen totalt över 30 procent. Trots ökat antal samtal ligger svarsfrekvensen precis som förra året på 9 av 10 samtal. Snittväntetiden är drygt fem minuter men visst tider på natten, när trycket är stort, är väntetiden betydligt längre. Samtal och trosfrågor Psykisk ohälsa, relationer och ensamhet är de vanligaste samtalsämnena. Men även frågor och tro och liv förekommer.– Privatreligiositet är utbrett i vårt land och det finns också många som bär med sig delar av en barnatro. I mötet med prästen på natten blir det tillåtet att knyta an till den tro som finns någonstans djupt inom en. Att någon bär fram en i bön inför Gud ger människor kraft, säger Monica Eckerdal. Hon betonar dock att en jourhavande präst aldrig ber, välsignar eller läser bibelord om inte den inringande har frågat efter det. FAKTA JOURHAVANDE PRÄST Till Jourhavande präst kan vem som helst ringa oavsett tro och etnicitet. Man får vara anonym. Jouren är öppen varje natt mellan klockan 21 och 06. Telefonnumret är 112. Samtalet är gratis. Jourhavande präst är en tjänst som Svenska kyrkans församlingar gemensamt erbjuder. Genom att samverka i en jourtjänst via SOS-alarm behöver inte alla församlingar tillhandahålla akut själavård varje natt. Präster från olika delar av Sverige ingår i jouren – några med stora uppdrag, andra med tjänstgöring ett par gånger per år. Andra jourer i Svenska kyrkan Svenska kyrkans finska telejour, Palveleva Puhelin, 020-26 25 00 är öppen varje natt klockan 21-24. Samiska krisnätverkets jourtelefon, 063-10 12 30, är öppen fredagar och söndagar, klockan 20-24. Samtalen till Svenska kyrkans jourtelefoner går via SOS Alarm. Samtalen är gratis och man kan vara anonym.

**id 281**

Ska du köpa en telefon? Då har du kommit helt rätt. Den här telefonen är 13 kg koldioxid lättare än en nytillverkad! Alltså lika mycket som släpps ut av en 78 kilometers bilresa. Välj i menyn nedan om du vill lägga till extra laddare, skal eller headset. Köp din Samsung Galaxy Note 8 64 GB Midnattssvart begagnat på Inrego Vi på Inrego tycker att det skrotas alldeles för mycket surfplattor, mobiler och datorer helt i onödan. Därför har vi gjort det till vår grej att köpa in olika typer av IT-produkter, radera dessa på information och sedan serva dem till fint skick. Förra året minskade våra kunder sitt klimatavtryck med 4 400 ton koldioxid. Det tycker vi är ett fint kvitto på vad vi gör! Vill du veta mer om den här produkten, eller vill du veta mer om hur vi jobbar? Hör av dig till oss, så berättar vi mer! OBS! S-Pen ingår ej. - Kamera megapixel (andra) - 12 - Max. inspelningsupplösning - Antal minneskortplatser - 195 g - Medföljande garanti - 1 ÅR Varor levereras normalt inom 3-5 arbetsdagar efter det att ordern har bekräftas. Som kund till Inrego har du möjlighet att följa din order och se var i processen den befinner sig. När din order skickats från oss får du ett mail med kollinummer. Om emballaget är skadat eller det saknas kollin skall detta meddelas transportören direkt. Ansvaret för varan övergår till köparen när varan mottagits och kvitterats. Om du upptäcker att varan har blivit skadad i leveransen när du packar upp den ska detta snarast möjligt meddelas Inrego. Leveransskadad vara får inte flyttas från leveransadressen då vår leveransförsäkring i detta fall slutar att gälla. Betalningsalternativ för Privatperson Som privatkund till Inrego betalar du snabbt och smidigt via Klarna med något av nedan betalningsalternativ: \* Betala inom 14 dagar mot faktura \* Betala direkt med hjälp av BankID \* Dela upp din betalning med månadsfaktura \* Betala med kredit- eller debitkort A+ - Nyskick Helt nya produkter, produkter i nyskick eller oanvända produkter. A – Mycket bra skick Sparsamt använda produkter i mycket bra skick. För mobiltelefoner ska batterikapacitet vara minst 80%. B – Bra skick Produkter med normalt slitage. Små repor på skärmen förekommer som inte syns när skärmen är igång. Märken från stöldskyddsmärkning kan förekomma på bärbara datorer. C – Okej skick Fullt funktionella produkter med slitage. Repor på skärmen samt små färgskiftningar på förekommer. Märken från stöldskyddsmärkning kan förekomma på bärbara datorer. Missfärgning på baksidan av mobiler och surfplattor förekommer. PC – Bra skick Normalt slits inte stationära datorer på samma sätt som till exempel en bärbar dator. Det gör att våra stationära datorer ofta är i mycket bra skick men även produkter med normalt slitage, repor på chassit och märken från stöldskyddsmärkning förekommer. TFT – Bra skick Normalt slits inte bildskärmar på samma sätt som till exempel en bärbar dator. Det gör att våra bildskärmar ofta är i mycket bra skick men även produkter med normalt slitage, repor på chassi/fot och märken från stöldskyddsmärkning förekommer. Pixelfunktionalitet, kontrast, ljusstyrka och färgåtergivning är kontrollerad. - Windows 10 Pro förinstallerat på datorn. Operativsystemet är nödvändigt för att använda datorn. - 64-bitars version - Helt utan bloatware

**id 282**

Med anledning av min norska vinnare (grattis!) och mina försök att låta norsk (till dotterns förfäran, hon somnade strax efter i en fåtölj av chocken) kom jag att tänka på när Hanna Hellquist i somras hade Fredrik Skavlan på besök i sitt radioprogram. Hörde ni det? Väldigt underhållande. Bland annat beskrev Skavlan hur han uppfattade Hannas försök att prata norska. Det låter som en norsk med väldigt väldigt stora problem. (31,30 in i programmet) Ja, ungefär så kände jag mig igår.

**id 283**

Nyheter - Globala utvecklingsfrågor inspirerade studenter 2021-01-18 Den 20:e september arrangerades arbetsmarknadsdagen i globala utvecklingsfrågor. Fredagseftermiddagen bestod av två panelsamtal med sex stycken yrkesverksamma personer som inspirerande med sina berättelser om hur de tagit sig dit de är idag. - 3 miljoner till projektet “Food sovereignty” 2020-12-21 Grattis Beppe Karlsson, Dolly Kikon och Xonzoi Barbor som tilldelats 3 miljoner SEK från Formas för projektet “Food sovereignty” - Nytt boksläpp: "Invoking Flora Nwapa" 2020-11-27 Boken är skriven av Paula Uimonen, professor i socialantropologi på Stockholms universitet. - Guldläge i coronatider 2020-11-27 Under coronapandemin har guldpriserna stigit i raketfart. Anette Nyqvist, socialantropolog och forskare vid Stockholms Universitet och tidigare journalist, har skrivit boken ”The Shimmer and Shade of Gold”, ”Guld – dess dunkla glans” i den svenska översättningen. - Vi gratulerar Paula Uimonen som blivit befordrad till professor i socialantropologi 2020-10-26 Detta efter beslut taget av rektor, professor Astrid Söderbergh Widding, den 22 oktober 2020. - Samhällsintresserade praktikanter till Delmi vårterminen 2021 2020-09-24 Som praktikant hos Delegationen för migrationsstudier (Delmi) får du möjlighet till en spännande praktiktjänstgöring med närhet till både migrationspolitiken och migrationsforskningen. - Ulf Hannerz mest inflytelserika i världen 2020-09-01 Ulf Hannerz, professor emeritus i socialantropologi på Stockholms universitet, har listats som världens mest inflytelserika antropolog det senaste decenniet. - Studenter deltog i webbinarium under temat miljö och utveckling 2020-06-08 Den 8 maj var Stockholm International Water Institute (SIWI) värd för 32 studenter från Global Utveckling programmet: – Studenterna delade vårt intresse för att förstå och försöka förändra världen. - Magiskt tänkande och gamla vanor när kris blir vardag 2020-05-26 Raoul Galli gästar Studio Ett och uttalar sig om Covid-19. - Välkommen till vårens forskar- och CEIFO-seminarier! 2020-05-20 Ta del av vårens seminarieprogram. - Socioekonomisk bakgrund avgörande för ungdomars fritidsaktiviteter 2020-05-14 I den nyligen publicerade boken ” Ungdomars fritidsaktiviteter - Deltagande, möjligheter och konsekvenser” konstaterar forskare att ungdomar med föräldrar som är höginkomsttagare har större möjligheter till att ägna sig åt fritidsaktiviteter. - Därför följer folk inte rekommendationerna längre 2020-05-13 Socialantropologen Raoul Galli uttalar sig o SVT om varför svenska folket inte längre följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer om Covid-19. - Vad händer ombord på godstransporter och i hamnarna i pandemins tid? 2020-05-08 Hege Høyer Leivestad skriver om en inte lika välkänd del av virusdramat som utspelar sig på världens hav och i världens hamnar. - Fattiga kvinnor förlorarna i Burkina Fasos bomullsekonomi 2020-03-10 En ny studie i antropologi visar att det finns skillnader i vilka som tjänar på bomullsekonomin och inte. Det är i fattiga familjer som kvinnorna får täcka upp från sina egna inkomster. - "In Iran, we try to be hopeful. But we’re stalked by the fear of war" 2020-01-16 Shahram Khosravi Professor i Socialantropologi skriver i "The Guardian"om utvecklingen i Iran de senaste veckorna. - Professor medverkar i UR-program om Syriens skola och utbildningsystem 2019-12-18 Annika Rabo är professor emeritus i socialantropologi. I UR-programmet ”Mitt land, mitt liv, min skola” berättar hon om landets långa utbildningstradition. Sedan kriget bröt ut har hon inte haft möjlighet att besöka landet som hon bott till och från i sedan 70-talet. - Övergång från Mondo till Athena 2019-12-17 Vårterminen 2020 går Stockholms universitet över från Mondo till Athena som kursplattform. Följ länkarna nedan för mer information. - Studenter fick inblick i den globala demokratins hälsa 2019-11-29 Studenter på Global utveckling programmet fick nyligen besöka International IDEA där Annika Silva-Leander, chef för avdelningen för demokratisk analys, höll en presentation som fokuserade på rapporten ”Global State of Democracy” - Tidsbegränsade kontrakt och krav på återvändande i framtidens migrationsmodell 2019

**id 284**

Lehr-Regiment 901 (mot.) bildades den 21 december 1942 i Tyskland, och hade bildats efter att den sovjetiska Woroneshfronten brutit igenom den 8. italienska arméns linjer längs Donkröken1. Ställda inför risken att hela den södra sektorn på Östfronten skulle kollapsa, men eftersom det saknades tillräckligt med trupper för att stabilisera fronten, så började man sätta upp ett så kallat Einsatzverband Lehrtruppe, vilket bestod av personal och elever från de olika vapenskolorna i Tyskland. Manskap och utrustning till det nyligen bildade regementet hämtades från: I. (Gren.) från II./Inf.Lehr.Rgt. II. (Gren.) från II./Pz.Lehr.Rgt. III. (Pz.jg.) från III./Pz.Lehr.Rgt.StuG Bttr. 901 från den tidigare 8./Art.Rgt. 2 Många av regementets officerare och underofficerare hade tidigare stridserfarenhet från Östfronten, och valet av befälhavare föll på Oberst Georg Scholze, tidigare Kdr. Infanterie-Lehr-Regiment Döberitz. Oberst Georg Scholze hade erfarenhet av att leda Lehrtruppen i strid, då han ett år tidigare fört befäl över II./Inf.Rgt. (mot.) 900 under den inledande fasen av Unternehmen Barbarossa, och under vintern 1941-42, medverkat i de hårda striderna utanför Moskvas förstäder. De första tågen med manskap och utrustning lämnade Wünsdorf den 21 december 1942, och efter att man nått slutmålet Starobjelsk, ställdes regementet under 19. Panzer-Division, vilken också nyligen anlänt från Östfrontens centrala sektor. Dess första uppgift var att upprätta ett brohuvud ungefär 50 km öster om Starobjelsk runt en dså kallad Straßen Strelzowka2, för att där försöka hejda den Röda Arméns framryckning söderut, och försöka skära av dess försörjningslinjer. Dess andra uppgift blev att säkra reträttvägarna för de trupper som nu under strid drogs tillbaka mot de nyligen upprättade tyska försvarslinjerna, och vilka än inte hade krossats. Dessa styrkor omfattade bland annat 298. Infanterie-Division (Gruppe Göller), och de italienska trupper (Gruppe Tyroller) som fortfarande var stridsdugliga. Den 29 december 1942 kunde Kampfgruppe Bruns (Pz.Gren.Rgt 74) från 18. Panzer-Division, vilken förstärkts med delar av Lehr-Regiment 901 och var understödd av III./Pz.Art.Rgt. 19, inta vägkorsningen vid Strelzowkavägen. I början av januari 1943 tog Oberst Scholze och LR 901 över försvaret av brohuvudet, och den 16 januari 1943 kunde både Gruppe Göller och Gruppe Tyroller nå fram till Hauptkampflinie3. Med detta var uppgiften löst, var det dags för LR 901 att överge de svaga fästningarna runt brohuvudet och påbörja en taktisk reträtt mot Belowodsk, vilken regementet nådde natten mellan den 19 och 20 januari. Med detta problem löst, var det dags för nästa uppgift, vilket var att försvara Starobjélsk och det intilliggande flygfältet vid Polowichino. Den runt 13,5 km långa frontlinjen var dock alldeles för lång för regementet att hålla, så istället använde man sig av en rad stödjepunkter längs fronten. Strax efter man bemannat sina posteringar, så inledde Röda Armén en offensiv och skapade ett massivt tryck norr om den sektion regementet höll och låg under det område som 298. Infanterie-Division ansvarade för. Under det allt ökande trycket, i synnerhet mot 298. Infanterie-Division, blev det snart uppenbart att situationen började bli ohållbar, och en reträtt snart skulle bli oundviklig. Efter att regementet den 23 januari 1943 beordrats att tillsammans med 19. Panzer-Division, vilka nu ställts under Heeresgruppe Don4, att ”den Feind, hinhaltend kämpfend, vorwärts des Donez aufzuhalten

**id 285**

Versionen av xinetd i Debian 2.1 (slink) stÃ¶der inte Ã¥tkomstkontrollmetoden och Ã¤r inte sÃ¥rbart fÃ¶r detta problem. (De som testar Debian 2.2 - potato - bÃ¶r uppgradera till Ã¥tminstone version 2.1.8.8.p3-1.)

**id 286**

Livet är svart djupt nere i näbbstöveln 25 juli 2012 av Tofflan En morgon i sängen med datorn… Medan andra planerar utflykt till strand och sånt, spanar jag ut i omvärlden i media. I kikarsiktet fick jag det här, bland annat: Snusket breder ut sig! I Stockholm, till exempel, har vissa krogar och kaféer skadedjur. Tre ställen har fått stänga helt medan 25 krogar har fått en eller flera anmärkningar. Dessa 25 får alltså ändå hålla öppet. Törs man käka ute eller..? YouTube vill förmå kommentatorer att använda riktiga namn. YouTube aviserar att man vill att den som kommenterar ska använda sitt riktiga namn. Syftet med detta är att motverka näthat. Än så länge är det inget tvång med namn, men det lär komma. Och det är bra, tycker hon vars blogg har ett nick. Men alla känner ju den här apan och vet att hon heter Ulrika, så… Ovanligt många TBE-fall i år. Nej, nu får du sluta vara dumdristig. Till och med jag som är rädd för nålar har tagit TBE-vaccin. Och ett antal påfyllnadsdoser. TBE kan nämligen var livsfarligt. Borrelia, däremot, som också kommer via fästingar, kan lätt botas med antibiotika. Hade 500 liter sprit hemma. Ja jisses. Det kan väl ändå inte vara så att man har 500 liter för eget bruk, eller? Inte ens den värsta fyllskalle..? Eller? Jenssen fick Lyxzén att dricka. Eh… En kvinnlig såpasångerska (kan man inte kalla henne för det?) fick en manlig sångare att börja dricka alkohol. Hon, 22, han 40. Vad hände med det egna ansvaret? Det som man borde ha när man är vuxen? Som vanligt borta när det gäller fyllskallar. Lyxzén, förresten… Låter inte det liiite taget..? Mördade – med stjärtsilikon. Att mordmetoder kan vara märkliga vet vi som brukar se Morden i Midsomer. Tämligen oskyldig TV-deckare dock om man jämför med Black Widow. Hon gjorde olagliga rumpförstoringar med silikon och superlim (låter förtroendeingivande, va?..) på folk. Men en människa dog och nu åtalas Black Widow för mord. Vem farao vill ha STÖRRE rumpa??? Jag har faktiskt också tagit mig i kragen och vaccinerat mig mot TBE. Jag är inte spruträdd alls, bara lat…men när jag förra sommaren hittade en snuskigt stor o välmatad fästing under armen på mig insåg jag att även jag kunde få fästingbett \*uääk\*. Vuxenpoäng???😉 Jaa du, inte jag i alla fall, jag har så det räcker! Och INGA grå mjukisbrax heller!😉 Fästingar är läskiga!😦 Ska dom tvinga folk att skaffa google+ eller ? Det verkar nästan så… Tröttsamt! En numera rätt tjock (tant) propagandaminister som sett bättre år. Bitsk och elak och hård mot de hårda, men from som ett lamm mot de snälla. Älskar sin Anna gränslöst, kopiöst, sanslöst, men tveklöst.

**id 287**

Stoppa nedläggningen av Internationella biblioteket Det blågröna styret i Stockholms stads kulturnämnd har beslutat att säga upp Internationella bibliotekets (IB) nuvarande hyresavtal i Annexet intill Stadsbiblioteket vid Odenplan, något som resulterat i att IB stängdes för publik verksamhet den 2 september i år. Skriv under protestlistan här! | English version here Uppdatering från kampanjen 2 september 2019 Idag stängdes IB sin publika verksamhet, men hyreskontraktet gäller året ut. Det är med andra ord långt ifrån kört – beslutet hinner fortfarande rivas upp och verksamheten räddas. Men för att lyckas behöver IB din hjälp: Hjälp oss rädda IB – skriv på vår protestlista! IB är Sveriges största centrum för mångspråkig litteratur, ett av de största i sitt slag i Europa, som i 20 år varit en viktig samlingsplats för såväl nyanlända som etablerade invandrare som inte har svenska som förstaspråk; för språk- och litteraturintresserade, översättare och forskare. Nedläggningen har av de blågröna kamouflerats som en ”flytt” till Kungsholmens bibliotek vid Fridhemsplan – ett litet bibliotek med små lokaler, som bara kommer att rymma en liten del av IB:s unika samling med 200 000 böcker på över 100 språk. Själva poängen med IB är att den specialiserade personalen och böckerna finns på samma plats, för att ge en så bra och personlig vägledning som möjligt för låntagarna. I och med ”flytten” rivs denna kärnverksamhet isär. Det kvarstår flera frågetecken kring vad som kommer ske med IB:s bokbestånd i det otydligt formulerade beslutet. En del av böckerna kommer hamna på Kungsholmens bibliotek, medan andra ska magasineras i Stadsarkivet vid Liljeholmskajen. Annat sållas ut och säljs. Vi är starkt emot denna uppsplittring av den unika samlingen böcker, liksom mot att den skiljs från IB:s specialiserade personal, som har en unik kompetens i ett tjugotal språk. Kampanjen ”Rädda Internationella biblioteket” Vi är starkt emot denna uppsplittring av den unika samlingen böcker, liksom mot att den skiljs från IB:s specialiserade personal, som har en unik kompetens i ett tjugotal språk. Enligt beslutet kommer personalen skingras på olika bibliotek i staden – oklart var. Det råder samtidigt anställningsstopp och IB förlorade sin samordnande chef förra året. Beslutet att ”flytta” IB är alltså ett resultat av flera år av nedskärningar på och negligering av verksamheten, då personalens förslag på satsningar i form av renoveringar och marknadsföring inte hörsammats. Stockholms kulturborgarråd Jonas Naddebo (C) har talat om flytten som ett ”positivt lyft” och en ”satsning” på mångkulturen – men man sprider inte kompetens genom att skingra IB, det är bara en rökridå. Allt handlar i slutändan om pengar och besparingar – och då väljer man att dra in på de låntagare som har svårast att komma åt litteratur på sina modersmål, och som har sämst möjligheter att arrangera stora protester, eftersom det är en oerhört blandad grupp som är utspridd över hela Stockholm. IB är också ett nationellt bibliotek, som finns som kunskapsresurs för låntagare i hela landet, vilka också kan beställa IB:s böcker via fjärrlån. Nedläggningen är alltså i högsta grad en nationell fråga! Nedläggningen borde ses som en stor skandal och förlust för Sveriges mest internationella stad – där det idag talas över hundra språk, 30 procent av befolkningen har utländsk bakgrund och där det bor tusentals nyanlända. Beslutet är dessutom ett steg i samma riktning som Sverigedemokraternas pågående försök att begränsa biblioteksutbudet av litteratur på olika modersmål. Det går stick i stäv med §5 i Bibliotekslagen, som slår fast att biblioteken ska ägna särskild uppmärksamhet åt de nationella minoriteterna och personer som har annat modersmål än svenska, och erbjuda litteratur på deras språk. Mångspråkig kultur i Stockholm bör det satsas mer på – inte mindre! Vad vi kräver: - Att IB med dess nuvarande verksamhet i Annexet får finnas kvar. Att uppsägningsbeslutet rivs upp och omprövas i samråd med personalen på Annexet, att bokbeståndet bevaras och personalen hålls ihop. - Att Stockholms stads kulturnämnd istället satsar på utveckling och modernisering av verksamheten i Annex

**id 288**

Från och med den 1 oktober 2020 har Bjuvs kommun en tomtkö. I tomtkön ställer du dig om du vill ha en Fribyggartomt i Bjuvs kommun Anmälan till den kommunala tomtkön görs via den blankett som kommunen tillhandhåller. För att få anmäla sig till den kommunala tomtkön ska ni ha fyllt 18 år. Anmälningsavgiften är 500 kronor. Det kostar sedan 100 kronor per år att stå kvar i tomtkön. Blankett för ansökan. Vilken köplats man får beror på inbetalnings datumet av anmälningsavgiften. Om flera personer betalar samma dag är det anmälningsdatumet som styr vilket platsnummer man får i tomtkön. När ett nytt område är byggklart erbjuds tomterna efter den kötid man stått och vilken ort man angett i sin ansökan. Alla tomter som förmedlas via tomtkön är inte knutna till någon särskild husleverantör. Inom ramen för gällande detaljplan och byggregler uppför köparen av en tomt själv sitt hus på tomten. I normalfallet ingår gatukostnader och detaljplanekostnaderna i priset medan tex bygglovskostnader och anslutningsavgifter för vatten och avlopp tillkommer enligt gällande va-taxa. Kommunens befintliga lediga tomter. Dessa går att köpa direkt via kommunens Planeringsavdelning. Dessa tomter berörs inte av den kommunala tomtkön. Regler Gällande regler för den kommunala tomtkön. Måste jag stå med i tomtkön för att få köpa småhustomt? Nej men står man i tomtkön så får man förtur till kommande tomter inom kommunen. Hur anmäler jag mig till tomtkön? Via den ansökningsblankett som finns på kommunens hemsida www.bjuv.se. I samband med anmälan ska anmälningsavgiften erläggas enligt de anvisningar som finns på ansökningsblanketten. Vad kostar det att stå i kön? Anmälningsavgiften är 500 kronor. Därefter tillkommer det en årlig avgift på 100 kronor. När registreras min ansökan? När ansökningsavgiften har registrerats hos kommunen. Tänk på att det kan ta upp till tre dagar bankdagar innan din betalning finns registrerad hos oss. Vad har jag för plats i tomtkön? Efter anmälan blivit registrerad tilldelas ni ett könummer. Besked om vilket nummer ni tilldelats kommer att skickas till er per post. Kan man överlåta sin plats i tomtkön? Ja men enbart till äkta make eller sambo. Skriftlig anmälan behövs göras till kommunen med begäran om överlåtelse. Vad gäller för medsökande? En medsökande tillåts. Ni har dock bara ett könummer. Om medsökande ska stå med på köpekontraktet bör den finnas registrerad som medsökande. Får make/ maka/ sambo ha varsin köplats? Nej. Vilken åldersgräns gäller? Lägsta ålder är 18 år. När förlorar jag min köplats? - Den årliga tomtköavgiften ej betalats inom anmodad tid. - Adress- och/eller namnändring ej meddelats kommunen. - Sökande förvärvat tomt av kommunen. När måste jag betala årsavgiften? Årsavgiften ska vara oss tillhanda senast 31 januari, i annat fall stryks sökanden ur kön. Hur sker fördelningen av tomter? Fördelning sker efterkötid och de val som sökanden gjort via sin ansökan. Den som har stått längst i kön får erbjudande om sitt förstaval och så vidare. Detta sker tills alla tomter är fördelade. När sökanden fått ett erbjudande har man 14 dagar på sig att tacka ja eller nej. Vad händer om jag vill lägga till val efter anmälan? Tillägg är möjligt men begäran måste ske skriftligen till kommunen. Hur mycket får jag betala i anslutningsavgifter? För få korrekt information om tillkommande anslutningskostnader för vatten och avlopp kontakta www.nsva.se . För information om el, gas och fjärrvärmekostnader kontakta www.oresundskraft.se. Måste jag betala anslutningsavgiften för en föreskriven uppvärmningsform? Ja. Kan man få bredband? Varierar från område till område. Mer information får ni av Bjuvs stadsnät. Kan man få traditionellt kopparnät för telefon inom området? Kontrollera med Telia då det kan varierar från område till område. När ska anslutningsavgifterna betalas? Avgifter debiteras av

**id 289**

Monte Compatri Monte Compatri är en ort och kommun i storstadsregionen Rom, innan 2015 provinsen Rom, i regionen Lazio i Italien. Kommunen hade 12 200 invånare (2018)[2] och gränsar till kommunerna Colonna, Grottaferrata, Frascati, Monte Porzio Catone, Rocca di Papa, Rocca Priora, Rom, San Cesareo och Zagarolo. Monte Compatri är en av de sexton städerna i området Castelli Romani. Referenser[redigera | redigera wikitext] - ^ ”Territorial features, Total area (Engelska)”. Istituto Nazionale di Statistica. 2019. http://dati.istat.it/. Läst 8 januari 2020. - ^ [a b] ”Statistiche demografiche ISTAT”. demo.istat.it. 2018. http://demo.istat.it/bilmens2018gen/index.html. Läst 8 januari 2020.

**id 290**

All trafik på linjen Stockholm-Helsingfors ställs in tills vidare fr o m 19 mars 2020. Fartygen Silja Serenade och Silja Symphony tas ur trafik. Detta beslut är till följd av den pågående coronavirus-situationen och finska regeringens tillkännagivande att stänga Finlands gränser.

**id 291**

18/1 - 22/1 -2021 Wallenbergare med potatispurè, ärtor, rårörda lingon och brynt smör Dubbelpanerad torsk serveras med gubbröra, kokt potatis, citron och friterad persilja Frasiga raggmunkar smaksatt med västerbottenost serveras med stekt fläsk, rårörda lingon, alt. löksås och kokt potatis Baconlindand köttfärslimpa med löksky, rostad potatis, saltgurka och lingon Halstrad laxfilé serveras med hummersmörsås, dillslungad potatis och saffransaioli Torsdag Crispy hot chicken (Pankopanerad kyckling) med klyftisar, rödvinsdojja, rökt paprikasmör och rödlök Pocherad koljarygg serveras med brynta champinjoner, brynt smör, rostade hasselnötter, potatismos och dill Fredag XL-Schnitzel (220g) med madeirasås, vitlökssmör, serveras med örtstekt potatis Bohuslänsk fiskgryta med doft av curry serveras med brödkrutonger och kokt potatis Pasta: Carbonara med parmesan, svartpeppar, bacon och äggula Husman: Pannbiff med gräddsås, rårörda lingon och saltgurka Vegan: Vegansk bolognese Caesarsallad: Krutonger, bacon, parmesanost & caesardressing. Välj mellan kyckling eller handskalade räkor. I lunchen ingår: Stor salladsbuffe, nybakat bröd, kaffe & kaka 109:- Extra dipp 10:- Välj mellan aioli, chiliaioli, tryffelaioli (lakto, ovo) eller vegansk chiliaioli Champinjoner, cocktailtomater, buffelmozzarella, oliver & vitlöksolja (lakto, ovo, gluten) 129:- Milano salami, buffelmozzarella, oliver, lök & vitlöksolja (lakto, ovo, gluten) 139:- Hops Ceasarsallad Grön sallad, svensk kyckling, bacon, cocktailtomater, toppas med parmesan & serveras med caesardressing 139:- Friterad torskfilé serveras med pommes, remouladsås & sallad (lakto, ovo, gluten) 139:- Grillat Levain bröd, bacon, kycklingfilé, sallad, tomat samt tryffelmajonnäs. Serveras med pommes (gluten och laktos) Krispig sallad, dressing, rödlök, tomat, cheddar & pepperjackost. Serveras med pommes & chiliaioli. (lakto, ovo, gluten) 159:- Spicy Jalapeno – Stark! Krispig sallad, stark dressing, rödlök, röd & grön jalapeño samt pepparjackost. Serveras med pommes & chiliaioli. (lakto, ovo, gluten) 159:- Bacon Blues – Lyxig! Krispig sallad, bacon, dressing, picklad rödlök & ädelost. Serveras med pommes & tryffelaioli. (lakto, ovo, gluten) 79:- 119:- Hops Ceasarsallad Grön sallad, svensk kyckling, bacon, cocktailtomater, toppas med parmesan & serveras med caesardressing 139:- Fish n’ Chips Friterad torskfilé serveras med pommes, remouladsås & sallad (lakto, ovo, gluten) 139:- 129:- Cheezy – Göttig! Krispig sallad, dressing, rödlök, tomat, cheddar & pepperjackost. Serveras med pommes & chiliaioli. (lakto, ovo, gluten) 159:- Spicy Jalapeno – Stark! Krispig sallad, stark dressing, rödlök, röd & grön jalapeño samt pepparjackost. Serveras med pommes & chiliaioli. (lakto, ovo, gluten) 159:- 100% Vegan – Precis så! Krispig sallad, dressing, tomat & picklad rödlök. Serveras med pommes & chiliaioli. Endast veganskt. (gluten) 149:- Extra dipp chiliaioli, vegandipp, salsa eller crèmefraiche 15:- Extra ost 15:- |Poppels Passion Pale Ale||33cl||72:-| |Poppels Sour Fruit Mango Passion||33cl||

**id 292**

Grimes studerade vid Dartmouth College. Han gick med i whigpartiet och var ledamot av Iowaterritoriets lagstiftande församling 1838–1839 och 1843–1844. Grimes efterträdde 1854 demokraten Stephen Hempstead som guvernör i Iowa. Efter sin tid som guvernör bytte Grimes parti till republikanerna och efterträdde 1859 George W. Jones som senator för Iowa. USA:s president Andrew Johnson ställdes inför riksrätt men frikändes i senaten med en rösts marginal. Grimes var 26 maj 1868 en av sju republikaner som röstade för att frikänna demokraten Johnson. De sex övriga var William P. Fessenden, Joseph S. Fowler, Peter G. Van Winkle, John B. Henderson, Lyman Trumbull och Edmund G. Ross. Grimes avgick 1869 av hälsoskäl. Han efterträddes i januari 1870 som senator av James B. Howell. Externa länkar[redigera | redigera wikitext]

**id 293**

En riktigt fin dag i skärgården den 10 mars åker vi ungefär samma gamla gäng ut för att testa vårisarna. Hade storfiskkänsla och sa direkt på morgonen ”Idag är en av dem dagarna jag är rädd för att vi sak få stort”. Rädd är man, för det blir alltid kaos… Vi är fyra personer, så vi matar ut över 20 spön på isen och parkerar oss mitt i. Placeringen blev lite fel, största delen av spöna hamnade för grunt på bara 2,5m djup. Vi fick iallafall några spön på 4m också, men det är fortfarande inte djupaste stället. Övervägde att flytta, men var alldeles för hungrig. Dåligt med plingande, vi får några ”mörtfäll” eftersom vi har enorma idar som bete… Någon liten gädda försöker plocka en id och dem lyckas man knappt kroka, men vi drar någon snipa. Pojkarna nojsar om vem som tar vilket fäll och att platsen var dålig, medan jag sitter på telefonen och hör hur det plingar till i bakgrunden. Tittar upp och ser att en vippa står ner i hålet, men vill inte lösa ut. Längst bort, ingen annan hade hört någonting… Springer dit i fulla steg medan dem andra sitter kvar. Gör mothugg och hinner knappt sätta det förrän jag ser världens fetaste buk komma förbi hålet i en j-vla fart och linan rusar av rullen. Skriker för allt jag kan åt dem andra som tror att jag skämtar, men efter några svordomar och dem inser att jag inte får upp spöt ur hålet kommer dem med fart. Gäddan tar lina 6-7 gånger och kommer backandes i hålet när vi ska ta gälgrepp. Enorm buk och 110cm fisk, men den når på något sätt ändå inte 10kgs gränsen. Riktigt konstigt tycker vi allihopa, nog har man fått smalare tior än det där. En riktigt fin fisk hursomhelst, dagen var räddad.

**id 294**

Vår fysiska butik i Olskroken har sedan 1980 sålt hushållsmaskiner och dammsugarprodukter. Med 40 års erfarenhet kan vi erbjuda rätt kunskap och hög kvalité på våra produkter med ett enormt utbud utav Dammsugarpåsar och tillbehör på nätet.

**id 295**

Min egentligen enda hobby är att fotografera, och det har jag väl gjort ända sedan tidigt 80-tal, men det var först runt 2007 när jag köpte min första digitala systemkamera, en Nikon D40, som intresset det tog fart på riktigt. Resultatet av bilderna är lite blandat, men förhoppningsvis ska idogt läsande av diverse fototidningar, mixtrande med kameran och tittande på andras bilder som inspiration ge resultat så småningom. Att fotografera går också lite i vågor, lite mer på vår och sommar än på höst och vinter, bloggen här kan under perioder vara helt bortglömd med så kommer lusten och inspirationen tillbaka. Alla bilder som finns på den här bloggen och på min flickr sida går att köpa i valfri storlek, med eller utan ram eller i canvas, mejla isåfall så får ni ett pris. Copyright/Upphovsrätt Precis som det står på startsidan så är det jag som tagit bilderna och dom är naturligtvis copyrighted, och får inte användas av någon annan än mig, om det ignoreras och det kommer mig till känna har jag laglig rätt att vidtaga åtgärder som kan innebära rättsliga påföljder. In english My name is Magnus Karlsson, I live on the west coast of Sweden along with my partner, son, two cats and a small dog. My really only hobby is to photograph, and I have done that since the early 80s, but it was not until around 2007 when I bought my first digital SLR, the Nikon D40, when interest took off for real. The result of the pictures are a bit mixed, but hopefully assiduous reading of various photo magazines, tinkering with the camera and viewing others' images as inspiration to produce results eventually. Taking photographs goes also a little bit in waves, a little more in the spring and summer than in autumn and winter, the blog here can at times be completely forgotten until the desire and inspiration comes back. All the images on this blog and on my flickr page can be purchased in any size, with or without a frame or canvas, emailing in that case and i will get back to you with a price. Copyright/Upphovsrätt Just as it says on the start page it is I who taken the pictures and they're of course copyrighted, and may not be used by anyone other than me, if it is ignored and it comes to my awareness, I have the legal right to take action that may involve legal sanctions.

**id 296**

Jag gör ofta en tillbaka blick i min “dagens kläder”-kategori för att återupptäcka gamla godingar i garderoben. Självklart blir det fokus på höstiga outfits nu och här är fyra stycken jag kommer köra på igen. Hatten från Rag & Bone, stövlarna från Swedish Hasbeens och den lurviga kappan från Esprit är favoriter som jag måste se till att använda mer.

**id 297**

När denna storslagna Kalevalatragedi och den unge Jean Sibelius möttes, blev resultatet det första tidlösa storverket inom finländsk musik. Nu vaknar Kullervo till liv igen, då Tero Saarinen behandlar den konfliktslitna mannens öde. Läs mer... Nästa föreställning: tors 5 mar 2015 19:00 Huvudscenen Mumintrollet på kometjakt Allting är inte som det ska vara i Mumindalen, och Mumintrollet och hans vänner beslutar sig för att ta reda på vad som är fel. Anandah Kononens koreografi tar denna spännande och bekanta berättelse in i balettvärlden. Nästa föreställning: fre 6 mar 2015 18:00 Almisalen Don Quijote Don Quijote, ett mästerverk inom klassisk balett, för åskådaren från ett vintrigt Finland till värmen i Spanien. Nationalbalettens fantastiska visualisering och de briljanta numren i verket fängslar publiken gång på gång. Läs mer... Nästa föreställning: lör 21 mar 2015 19:00 Huvudscenen En midsommarnattsdröm De unga älskande vet inte vem som borde älska vem, och älvarnas drottning förälskar sig i en åsna, som visar sig vara en människa. Allting är möjligt i En midsommarnattsdröm. Läs mer... Nästa föreställning: fre 24 apr 2015 19:00 Huvudscenen Dansskolornas BalettPalett Barn och unga från olika orter i Finland uppträder med klassisk balett på Operans huvudscen. Läs mer... Nästa föreställning: sön 26 apr 2015 18:00 Huvudscenen Fotosoppa Städerskan Sofia i en populär sopprestaurang drömmer ivrigt om att få jobba som servitör på restaurangen och Sofia får en chans att pröva sina vingar inom sitt drömyrke. Hur ska det gå för Sofia? Fotosoppa är en modern danskoreografi för 6-9 åriga barn. Läs mer... Nästa föreställning: mån 27 apr 2015 11:30 Läktarfoajé Balettläroanstalten presenterar Balettläroanstalten vid Finlands Nationalopera presenterar sin omfattande verksamhet under julfester, då scen intas av både stora och små balettvirtuoser. Läs mer... Nästa föreställning: fre 22 maj 2015 18:00 Almisalen Hela repertoaren

**id 298**

Ж (gemen: ж) är en bokstav i det kyrilliska alfabetet. Den uttalas normalt som ett tonande sje-ljud, ungefär som s i det engelska ordet "treasure". Vid transkribering av ryska skriver man zj i svensk text och [ʒ] i IPA. Vid translitteration till latinska bokstäver enligt ISO 9 motsvaras bokstaven av ž. Används bl.a. i följande språk de flesta där kyrilliskt alfabet används

**id 299**

Kom och ha en rolig vinterdag i naturen i Taevaskoda, Põlvamaa! endast vid förbokning

**id 300**

I. Allmänt 1. Information om insamling av personuppgifter I det följande informerar vi om insamlingen av personuppgifter vid användning av vår webbplats. Personuppgifter är alla data som är personligt identifierbara för dig, t. ex. namn, adress, e-postadresser, användarbeteende. Ansvarig enligt Art. 4 para 7 EU:s allmänna dataskyddsförordning (GDPR) är Delticom AG, Brühlstr. 11, D-30169 Hannover, Tyskland, Telefon: +49(0)511-87989280, E-post info@delti.com, Webbplats: http://mina-veterandäck.se/ se vår Impressum). Du kan nå vår dataskyddspersonal på datenschutz@delti.com eller vår postadress med tillägget "dataskyddsansvarig". Användning av våra webbplatser är i grunden möjlig utan behandling av personuppgifter. För de (personliga) data som skickats tekniskt till oss, hänvisas vänligen till motsvarande kommentarer nedan. Om vi litar på avtalade tjänsteleverantörer för enskilda funktioner i vårt erbjudande eller om dina uppgifter används för reklamändamål, informerar vi dig nedan i detalj om respektive procedurer. Slutligen anger vi också de fastställda kriterierna för lagringsvaraktighet. 2. Syften och rättsliga grunder för behandlingen Om inte annat anges eller specificeras är syftet med vår databehandling att främja våra egna affärsändamål. Vi använder olika rättsliga grunder för databehandlingen. - För samtycke till behandling av vissa personuppgifter, innehåller Art. 6 I stycke a GDPR den rättsliga grunden (nedan benämnt "Samtycke"). - Behövs behandling av personuppgifter för initiering eller fullföljande av ett kontrakt vars (potentiella) avtalspart är den registrerade personen, t. ex. om du gör produktförfrågningar hos oss och/eller beställer varor och databehandlingen är nödvändig för leveransen av varan, innehåller Art. 6 I stycke b GDPR den rättsliga grunden (nedan benämnt "Fördragsuppfyllande"). - Om behandlingen av personuppgifter krävs för att uppfylla en laglig skyldighet, t. ex. för uppfyllandet av skattemässiga arkiveringsskyldigheter innehåller Art. 6 I stycke c GDPR den rättsliga grunden. - Om behandlingen av personuppgifter är nödvändig för skyddet av vitala intressen för den registrerade eller för en annan fysisk person, t. ex. om en besökare på ett av våra lager skadades och hans eller hennes uppgifter måste vidarebefordras till en läkare och/eller sjukhus, innehåller Art. 6 I stycke d GDPR den rättsliga grunden. - Behandlingen av personuppgifter kan enligt Art. 6 I stycke f GDPR vara tillåtet enligt lagen om dataskydd om det är nödvändigt för att skydda ett berättigat intresse för vårt företag eller en tredje part, såvida inte den berörda personens intressen, grundläggande rättigheter och grundläggande friheter överväger (hädanefter benämnt "Intresseavvägning"). Vi betraktar utförandet av vår verksamhet i syfte att skydda våra anställdas jobb och aktieägarnas välbefinnande som vårt grundläggande legitima intresse. Detta sammanfaller också med företags legitima intressen såsom uttryckligen beskrivs av den europeiska lagstiftaren. Således kan ett legitimt intresse antas om den registrerade och företaget befinner sig i en kundrelation (skäl 47 punkt 2 i GDPR) eller om personuppgifter behandlas för direkt marknadsföring. 3. Dina rättigheter Du har följande rättigheter med avseende på de personuppgifter som rör dig: - Rätt till information, - Rätt till rättelse eller borttagning, - Rätt till begränsning av behandling, - Rätt att invända mot behandlingen, - Rätt till dataöverföring. Du har också rätt att klaga på oss avseende behandlingen av dina personuppgifter till en datatillsynsmyndighet. Dina rättigheter är reglerade i kapitel 3 i GDPR. 4. Förekomst av automatiserat beslutsfattande Du är även välkommen att betala för din beställning via faktura. Vi vill uppmärksamma det faktum att vi vid val av denna betalningsmetod utför en kreditriskbedömning baserad på matematisk-statistiska förfaranden via kreditbedömningsbyrån CEG Creditreform Boniversum GmbH, 41460 Neuss (Scoring). För detta ändamål överförs de personuppgifter som behövs för kreditkontrollen [namn, födelsedatum, adress, bankuppgifter] till kreditbedömningsbyrån, varvid även dina adressuppgifter beaktas. Insamlingen, lagringen och

**id 301**

Fågelsången, Norrtälje Fågelsången är en stadsdel i Norrtälje, Stockholms län, uppkallad efter Fågelsångsvägen som går igenom området. Fågelsångsvägen gick till en början ända ifrån centrala Norrtälje men är nu en huvudväg igenom Fågelsången. Den äldsta bebyggelsen i området finns längs Fågelsångsvägen. Stadsdelen är belägen i stadens nordöstra delar och gränsar till Solbacka. Stadsdelen är till största delen byggt under 1970-talet. Men under 1990-talet byggdes ett bostadsområde i norra Fågelsången med radhus. I området finns förutom bostäder även Norrtälje Fångvårdsanstalt. Gatunamn[redigera | redigera wikitext] Andra gator i Fågelsången är namngivna efter växter och djur till exempel Nyponvägen, Tjädervägen, Lingonvägen och Hjortronvägen.

**id 302**

Kreationsbyrån lanserar idag Shopic eCommerce - en helt ny typ av e-handelsplattform, framtagen för att på ett enkelt sätt kunna skräddarsys efter de olika krav e-handlare har. Nu är Lekmers nya e-handlessajt lanserad. Kreationsbyrån har varit med och utvecklat nya Lekmer som numer är helt responsive och anpassad för mobil och tablet. Sajten använder det responsiva gränssnittsramverket Zurb Foundation. Google Chrome är en fantastisk webbläsare. Här är anledningen Idag finns det många webbläsare att välja bland. För den oinvigde kan det verka vara marginell skillnad mellan t ex Google Chrome, Internet Explorer och Firefox. Men jämlikt är det inte! Det finns en som sticker ut, och det rejält - Google Chrome. Vi har idag kunder som frågat oss om man bör satsa på en responsiv design för sin e-butik eller inte? Det är ju det senaste skriket och verkar lösa alla problem. Men svaret på frågan är inte helt självklar. Vill ni komma igång med ert projekt? Kontakta oss via formuläret nedan för att få en bättre återkoppling kring vad som behövs för att lyckas med just ert projekt.

**id 303**

Bengt 28 februari Dagen tema är Stor. En bild från pågående bygge i grannkvarteret till min arbetsplats. Mycket vidvinkel blir det… Försökte justera bort förvrängningen först, men ångrade mig, jag tycker den tillför en del till bilden.

**id 304**

Det finns nog många som drömmer om en Porsche. Det tyska märket har blivit synonymt med sportbilar och mer lyxiga modeller. Det är kanske framförallt den legendariska och uppskattade 911-modellen som faller bilälskare i smaken, men bolaget har producerat en mängd olika varianter, både mer ekonomiska sportvagnar som 924-an och andra mer vanliga typer. Det är idag inte omöjligt att hitta en 924 på blocket för under 30000 kr. Grunden för framgången lades dock för ett stort antal år sedan, och faktum är att bolaget 2018 i teknisk mening firade 70-års jubileum från det att den första riktiga Porschebilen producerades. Trots detta så har de en historia innan denna bil som så många andra företag från den tiden med kopplingar till den dåvarande tyska krigsmakten. Både bilar och stridsvagnar till dessa var föregångare till vad nu är Porsche. Porsche grundades i den tyska staden Stuttgart 1931. Det var den tidigare bilkonstruktören Ferdinand Porsche som tillsammans med några finansiärer startade vad som i början var ett företag som utvecklade bilar åt andra bilmärken. Ferdinand gav även företaget sitt namn. De byggde upp sin kompetens bland annat genom att där konstruera lyxbilar för klienter som finansiärerna drog in, men även bilar under märket Volkswagen. Redan tidigt hade Ferdinand idéer om att skapa en egen bil som skulle vara en folkbil samt vara pålitlig och 1938 så kom Porsche 64-an. Det var i praktiken en Volkswagen med annan kaross och den kom aldrig förbi prototypstadiet. Under hela andra världskriget så var tillverkaren en del av den tyska krigsmaterialproduktionen. De tillverkade framgångsrikt bilar under VW märket samt diverse stridsfordon i mindre lyckad omfattning. Krigsslutet innebar att företaget hamnade i stora problem på grund av detta. Ferdinands son Ferry Porsche som hade en bakgrund i VW köpte ut de övriga inklusive fadern med ambitionen att skapa en sportbil under Porsche namnet. Den första riktiga Porschebilen kom till 1948 och kallades Porsche 356. Ferry lyckades direkt och detta blev en mycket populär bil. Även denna bil hade en koppling till VW då delar från dessa användes i produktionen. Då märket var av det sportigare slaget så var det naturligt att de även användes inom racingen och de blev snabbt framgångsrika där. Flera nya modeller kom till, som 550 Spyder, 904 och 906, även de racerframgångar. Den kanske största framgången kom dock 1964 när den ikoniska 911-an lanserades. Bilen blev så framgångsrik att efterföljande modeller som var tänkta att ta över inte lyckades med detta utan 911-an blev kvar i en mängd olika former. En tävlingsvariant vid namn Carrera och en halvöppen kallad Targa var populära varianter. Porsche som tidigare ägde delar i VW, ett bilmärke de varit nära knutna till under hela sin historia och som de försökte köpa upp, blev i stället en del av VW själva under 2010-talet. De hade då sedan 90-talet utvecklat och utökat sin modellkatalog med bland annat så kallade SUV-bilar. Dessa var framgångsrika och populära främst i USA. Trots nyare sportbilar så höll 911-an kvar sin position som bästsäljare långt in på 2000-talet.

**id 305**

Rabatter för registrerade kunder Samla kundklubbspoäng och använd dessa poäng som rabatt vid nästa beställning. Vid nyregistrering får ni 300 poäng. Antal poäng som ni erhåller per beställning hittar ni i varje produktbeskrivning (poster = CCA 100 poäng). Lojalitet lönar sig, efter 5 beställningar kan ni tillgodoräkna er 500 poäng extra. Värdet av poängen= antal poäng / 300, exempelvis ger 1000 ihopsamlade poäng 33 kronor i rabatt. Europosters är sedan 1999 en av de största i branschen på den europeiska marknaden. Vi har det största utbudet av produkter och tjänster på området posters, affischer, planscher, fotografier, utskick av vykort och inramning. Vi väljer noggrant ut de vackraste motiven, fotografierna och bilderna från världens alla hörn. Rabatten dras automatiskt vid beställning i varukorgen, vid beställning av 4 posters räknar vi bort priset på en av dem, OBS, erbjudandet gäller inte 3D posters. Du får den billigaste gratis!

**id 306**

Jag vet att vi på Psykologifabriken ofta tjatar om beteenden. Ni som gått någon av våra utbildningar vet hur mycket fokus vi lägger på just beteenden och att definiera de beteenden som du och dina kollegor vill öka. Eftersom de flesta här på fabriken har en bakgrund på psykologprogrammet pratar vi ofta om ABC-modellen när det gäller beteenden. B står för beteende, A för antecedent (allt som sker innan beteendet) och C står för konsekvens (det som sker efter beteendet). Modellen är pedagogisk men nyligen stötte jag på detta klipp där forskaren BJ Fogg från Stanford presenterar sin syn på beteendeförändring. Klippet är 37 minuter så jag sammanfattar därför BJ:s tankar nedan. Motivera inte beteendeförändring, facilitera den! Många (inklusive oss själva) pratar idag om att de vill “motivera till beteendeförändring”. Enligt BJ Fogg så är det helt fel väg att gå. Istället så menar han att det handlar om att facilitera beteendeförändring. Motivation är sällan nyckeln till en framgångsrik insats, istället handlar det om att göra beteendeförändringen så enkel som möjligt. När jag är ute och håller min utbildning Idéfabriken pratar jag ofta om vikten av att ta in nya intryck. Jag vill att mina deltagare ska få in en vana av att luncha med personer de inte arbetar med eller att då och då ta sin laptop och arbeta från en annan plats. Snart har jag tjatat om dessa beteenden i tre år och hittills har alla som gått min utbildning tyckt om dem. De har varit motiverade, peppade,men ändå så utför få av dem något av de beteenden jag föreslagit. Motivationen var på plats men på många arbetsplatser är det svårt att finna tid och jobba från en annan plats. På vissa företag kan det till och med vara svårt att hitta en person som INTE jobbar med samma sak som en själv. BJ har alltså lärt mig att sänka tröskeln för mina deltagare. “Ta en fika med en annan person”, “ring en vän på lunchen” eller “läs en artikel om ett ämne du är främmande inför” är beteenden med en lägre tröskel som jag ska börja promota. Simplicity matters more than motivation – BJ Fogg Alla beteenden behöver en trigger Beteenden uppstår inte spontant utan BJ menar att de alltid sammanfaller med en trigger. Glömmer du att spänna fast säkerhetsbältet en morgon på väg till jobbet så dyker säkert ett varningsljud upp. Ljudet är en trigger för att få dig att utföra beteendet “spänn fast säkerhetsbältet”. Ganska snabbt behövs inte ljudet längre utan nu kanske “sätta sig i bilen” räcker som trigger. BJ har utvecklat ett eget program där man som deltagare får hjälp att på en vecka utveckla tre vanor. Valet av vanor är upp till dig, det är dock viktigt att de är små enkla beteenden som tar mindre än en minut att utföra. En viktig del i programmet är att sedan indentifiera triggers som ger dig en signal om att det nu är dags att utföra beteendet. “Borsta tänderna”, “ta en kopp kaffe” eller “ställa talriken på diskbänken” är tre exempel på triggers som de flesta av oss bör vara bekanta med. Beteenden sker när motivation, förmåga och triggers sammanfaller på samma gång I slutet av klippet går BJ igenom sin Behavior Model (klicka här för pedagogisk men upphovsrättsskyddad bild). Sannolikheten att ett beteende ska utföras påverkas av huruvida vi är motiverade att utföra beteendet och om det är lätt eller inte att göra. Slutligen så behövs det alltid en trigger. Är motivationen låg och svårighetsgraden för hög blir vi frustrerade. Tänk på hur en treåring som du försöker lära spela jazzflöjt skulle känna sig så förstår du känslan. Är beteendet för enkelt och motivationen för låg blir vi lätt irriterade, tänk på banners och hur lätta men omotiverade de är att klicka på. Sammanfattning: • Satsa på enkelhet snarare än på att göra beteendet mer motiverande att utföra • Identifiera triggers för de beteenden du vill göra mer av • Kolla på BJ:s föreläsning när du kommer hem efter jobbet. Trigger=sätta dig i soffan. Tack för tipset Jonas Hjalmar!

**id 307**

Hej alla gäster! På grund av den rådande situationen med ökad smittspridning och restriktioner har vi valt att stänga Brasseriet tillsvidare. Vi kommer att uppdatera informationen i sociala media och här på hemsidan gällande nytt datum för öppningen av Brasseriet. Håll ut och håll er friska - vi klara det tillsammans. /Anna med personalen tunt skuren hälleflundra, rilette på kungskrabba, ponzugelé, currypicklad rättika, sjökorall 195 kycklinglevermousse rullad i nötcrunch, carpaccio på sotad biff, sötsyrliga vindruvor, färsk tryffel 190 svampcrème, smörstekta skogssvampar, bakad ägg, getost, brödkrisp 195 brässerad, arancini med spansk chorizo, glaserad persiljerot, sotad salladslök 275 hägnmörad, rödvinsbrässerat högrevshjärta, morot och mangold ballotine, rostad jordärtskockscrème, äppelkokt schalottenlök 295 helstekt, krämig matvete, parmesan, rostad rotselleri, picklad pumpa, hasselnöt 230 Citron citrontarte, bärkompott, hallonsorbet, marängflarn 125 Sticky toffée pudding ingefärskryddad dadelkaka, tofféesås, rostade nötter, parfait på grön kardemuma 120 choklad och passionfruktganache på digestivebotten, mangosorbet, sesamflarn 130 (L) - innehåller laktos (G) - innehåller gluten HAR DU ALLERGIER ELLER FRÅGOR OM VÅRA INGREDIENSER, FRÅGA GÄRNA VÅR PERSONAL Köket För en ultimat smakupplevelse och ett medvetet hållbarhetsfokus är vår tillagningsprocess noga genomtänkt. Helst låter vi naturen styra och lagar gärna rätter efter säsong. Vi använder allt som går att tillaga för att inte låta något gå till spillo. Mycket av vår passion ligger i att modernisera klassiker. Då får vi vara kreativa och verkligen innovera fram nya smaker att tappa hakan för. För det är vår absoluta ambition. Baren Vi vågar påstå att vår bar inte är som alla andra barer. Precis som i köket är råvarorna och smakupplevelsen i fokus. Vi har specialiserat oss på den nytrendiga drinken gin och tonic. I utbudet finns över 15 olika sorters gin. Beställ en GT och du får beskåda en liten ceremoni där is, lime, gin och tonic behandlas med gravallvar och serveras i enorma kupor. Har du svårt att bestämma dig är det bara att ge den charmiga personalen fria händer. Precis som namnet Brasseriet antyder, ska även baren vara en välkomnande mötesplats för människor att samlas i. Därför erbjuder vi vår á la cartemeny även i baren! Matsalen I matsalen får man sitta i runda bås, något avskilt men samtidigt med full utsikt mot övriga delen av restaurangen och det öppna köket. Den anrika lokalen har högt i tak med många sittplatser. Ibland är det trevligt trångt, ibland bara trevligt. Uteserveringen Strömgatans breda trottoar ger besökarna en fantastisk vy över slottet, Strömmen, Grand Hotel och Blasieholmen. Här finns tid för fika, lunch, after work eller bara något läskande under cityflanerandets paus. Solen hittar hit under dagen men brukar ha hunnit runt Operahusets hörn när det blir dags för middag. Vi älskar eftermiddagarna på uteserveringen! Det är drömmen en sommarkväll. Ljuset lägger sig över Stockholms Ström samtidigt som Kungliga Slottets fasad är svagt belyst och solens sista strålar skiner över Mosebacke. På Strömterrassens grill halstras humrar vid sidan av burgare, biff, entrecôtes eller kanske ostron. Givetvis går det även att avnjuta lunchen här. I baren blandas ett generöst utbud av cocktails. Markiser skuggar när solen är för stark, infravärme när kylan gör sig påmind. Rakt ovanför Kungliga Operans huvudentré, med ansiktet vänt mot Gustaf Adolfs Torg och Utrikesdepartementet, är denna stora terrass belägen. Under eftermiddagen och kvällen skänker solen liv åt fikon-, citron- och olivträd som ger terrassen en riktig medelhavskänsla. Ingen annan

**id 308**

18 Bedjen för oss; ty vi tro oss hava ett gott samvete, eftersom vi söka att i alla stycken föra en god vandel. © Bible.is, a ministry of Faith Comes By Hearing ®.

**id 309**

härligt hemma: Goddag!! tisdag 22 januari 2013 Har avverkat några dagars krasslighet och jobb. Idag har jag ledig förmiddag och hänger med min glada son och ska snart hämta den glada dottern. Vädret verkar fortsätta på temat soligt och vackert, men svinkallt. Satt och kollade på sommarkort igår och började längta så till den milda grad. Det jag längtar mest efter är faktiskt den sammanhängande ledigheten tillsammans med familjen och friheten att göra vad som faller in. Det är mycket som bara "rullar" på här i tillvaron och det där med att rulla på har aldrig tilltalat mig riktig. Det är ju viktigt att hitta den där balansen mellan familjeliv, arbeten och måsten. Det blir ju lätt så att alla trevligheter centreras till helgen. Och det handlar ju främst om tidsbrist, för att hitta på skojsigheter brukar jag inte ha så stora prolem med. Hur får ni till det i ruljansen, hur piffar ni till vardagen?! Johanna Härligt hemma Jag heter Madeleine och ett av mina största intressen är inredning, har även gått stylistkurs för att utvidga mitt kunnande inom området. Mitt andra stora intresse är fotografering som jag sysslat med under olika former sedan jag var barn. Att kunna kombinera dessa två saker är oerhört roligt och delar av det resultatet kan du finna i denna blogg. Jag fotograferar även familjer, barn och bröllop.

**id 310**

Så blir du av med bakfyllan – 7 tips från Harvardforskare Bota det som botas kan. Här är 7 tips som förhoppningsvis gör din bakfylla något mindre intensiv. Ingen gillar att vakna morgonen efter en utekväll. Helst ligger du kvar i sängen och kvider dig hela dagen – trots att den nu kanske delas med en gammal falafelrulle som halvt inmundigades innan du slocknade till best of Wahlgrens värld natten innan. Livet går dock vidare och nödvändiga måsten som att jobba för sitt leverbröd eller mangla tvätt finns. Därför är många desperata för att skära ned på de förödande effekterna som en bakfylla för med sig. Ökentorr strupe, obehagliga svettningar och den övergripande känslan av att vilja lämna jordelivet är bara få exempel på bieffekter av vad som ansågs vara en god idé kvällen innan. Bota det som botas kan: nu har Harvardforskare sammanställt en lista på saker du kan göra för att motverka bakfyllan och som ser till att du kommer på fötter igen. 1. Återställare Detta har säkert visat sig funka för de flesta på diverse festresor där dagordningen innehåller en punkt – konstant supande. Vare sig det handlar om att avnjuta en Corona på en solstol eller flaggpunsch i skidbacken, att balansera en konstant fylla är ett sätt att slippa må dåligt, menar forskarna. Vissa människor får en slags alkoholabstinens när effekterna av drogen börjar avta. Något som bidrar till den förödande döda-mig-nu-känslan. Trots att det kan funka är det föga överraskande inget som forskarna rekommenderar. Den kortsiktiga lösningen på lidandet gör inget annat än att föreviga en cykel av oavbruten fylla – dessutom förvärrar det den framtida bakfyllan när rusdrycken väl tagit slut. 2. Drick vätskor Det mest kända och vedertagna knepet för att motverka en bakfylla är att agera mänsklig fontän – alltså genom att dricka kopiösa mängder vatten. Helt rätt är det också. Alkohol är en slags promotor för urinblåsan då det stryper tillförseln av så kallat antidiuretiskt hormon, något som förminskar mängden urin som produceras av njurarna. Detta är alltså varför du känner dig som en uttorkad tvättsvamp när du vaknat efter en natt med alldeles för många förtärda jägerbombs. Visst kan det vara svårt att få i sig något överhuvudtaget när man knappt kan lyfta huvudet från kudden utan att Victoriafallen forsar ut ur munnen – men enligt forskarna kan även några få klunkar vatten göra bakfyllan mer skonsam. 3. Kolhydrater! Glöm eventuella dieter och bekymmer om kärlekshantagen på ryggtavlan just idag: kolhydrater måste konsumeras! Förtäring av alkohol kan minska blodsockervärdena, vilket innebär att det bultande och svullna huvudet är ett resultat av att hjärnan jobbar så hårt den bara kan med det lilla bränsle den har att leka med. Struntar du då i att äta för att illamåendet är så intensivt gör du bara allt värre. Enligt forskarna är toast och juice ett bra sätt att varsamt skjuta värdena tillbaka över tröskeln. Bre alltså en osund ostmacka och kläm ut saften på apelsinerna i kylen så är du strax tillbaka på banan igen. 4. Undvik mörk alkohol Om du drack whiskey och jägermeister igår kväll är det försent för att få ut något av detta tips. Men flera studier har visat att ljusa alkoholsorter som vodka och gin är mycket mer skonsamma mot kroppen än mörka sorter som rödvin och tequila. Huvudingrediensen i all alkohol är etanol – men de mörkare varianterna innehåller även andra kemikalier som metanol, vilket gör allt så mycket värre. Metanolet innehåller nedbrytbara produkter som är extra giftiga – vilket gör bakfyllan så där extra potent och vansklig. 5. Antiinflammatoriska läkemedel Exempel på antiinflammatoriska läkemedel är Ipren och Voltaren som förmildrar huvudvärken och den allmänna värken i kroppen. Dock kan medicinen göra magen mer orolig som redan kämpar med irritationen som alkoholen ställt till med. Har du en elakartad bak

**id 311**

Välkommen till Lockners Bil och MC! Vi har tillbehören du behöver till dom bästa priserna. Mc och skoterbutik Är du sugen på att starta en mc och skoterfirma kolla här. Nu finns möjligheten att förvärva en mycket välskött och lönsam rörelse inom Mc och skoter branschen. Företaget riktar främst in sig mot Mc, skotertillbehör samt ATV men även kläder samt skyddsutrustning. Vi sammarbetar med de största grossisterna inom branchen såsom Duells, Garage 24, Motorspeed, Highway Hawk samt DBC mfl. Vi är även en av de största på custom delar i Sverige. Rörelsen startades av undertecknad 1996 och har succesivt vuxit till vad den är i dag. Företaget har i dag både en fast butik samt en framgångsrik internettbutik med många trogna kunder. Vår kundkrets sträcker sig förutom Sverige även över Norge, Danmark samt Finland. Företaget är mitt livsverk men då jag i dagsläget driver två stora företag så räcker inte längre tiden till därav försäljningen. Vi bedriver även verkstad. Vid seriöst intresse kontakta mig via mail så återkopplar jag.

**id 312**

Vår testpanel har provat shorts från bland annat Nike, Adidas och Under Armour. Här är träningsshortsen för herrar som är bäst i test. Hög midja, mönstrade eller klassiskt svarta? Vår testpanel har testat träningstights för henne från Adidas, Nike, Better Bodies, Blacc och Kari Traa. Ny säsong, nya träningsrutiner. PT:n ger sina bästa tips för en rolig och hållbar träning! Skolryggsäcken kommer ditt barn att bära varje dag. Därför är det viktigt att den sitter bra och har rätt detaljer. För stora och små bröst, med eller utan justerbara band och knäppning. Läs allt om säsongens sport-bh:ar som är bäst i test. Får du ångest om du inte tränar fast du skulle? Är du rädd att tappa konditionen om du har ett par låga veckor? Nu slår PT:n Alice Fagrell ett slag för hur viktigt det är med återhämtning och vilodagar! Alla med kontorsjobb (och säkert många fler) vet att ryggen kan smärta efter en hel dags stillasittande framför datorn. Här är tre övningar du kan göra för en bättre hållning. Sommarlovet närmar sig sitt slut och skolstarten hägrar för de små. Här är listan på allt barnen behöver ha i garderoben, utöver sina vanliga kläder och skor, inför det nya läsåret. Skriv ut och bocka av. Vill du bli starkare, få bättre hållning och en mjukare kropp? Naprapaten vet vilka träningsredskap som är värda att klicka hem – och hur du använder dem på bästa sätt. Att välja sport-bh kan vara lite klurigt. Låt utbildade lingeristan Jenny Svedberg Freéd hjälpa dig. Att börja träna för att se resultat men att strunta i att se över kosten är ett big no-no. Experten förklarar varför mat är så viktigt för dina träningsresultat. Ta din löpning till nya nivåer med rätt typ av outfit och tillbehör! Så här kittar sig löparencoachen inför intervaller, långpass och mysjogg. Många har svårt att hitta inspiration till att träna på semestern. Lär dig pt:ns bästa knep! Ett träningslinne gjort för löpning ska inte bara vara snyggt. Det ska även sitta bra och se till att du håller dig sval under löprundan. Här är linnena som är bäst i test! Vad är spandex och elastan, och vad innebär det egentligen att en söm är tejpad? Vi lär dig tolka ord och specifikationer som ofta förekommer på träningskläder.

**id 313**

Lillsveds Folkhögskola! Vilka utbildningar kan Du läsa? - 1 utbildning inom allmän kurs (för behörighet till studier på högskola/universitet, heltid - 3 utbildningar inom särskild kurs med yrkesprofil, heltid - 4 distansutbildningar inom särskild kurs med yrkesprofil, deltid - 1 seniorkurs - 1 sommarkurs Välj utbildning nedan för information. Ansökan är öppen. Formulär för ansökan hittar du längst ner vid varje utbildning ! Högskoleförberedande utbildning Allmän kurs Allmän kurs väljer du om du söker ett alternativ till andra skolformer, behöver komplettera eller bygga på tidigare studier och vill fixa allmän behörighet för högskola/universitet eller arbetsliv. Tiden på folkhögskola är ofta en början på något nytt. Utbildningen är förberedande för t.ex personlig tränare, idrottslärare, polis och räddningstjänst. Under ett till två år på Lillsveds Idrottsfolkhögskola läser du gymnasieämnen och förkovrar dig samtidigt i ditt intresse för idrott, träning och hälsa. På Lillsved arbetar du med personlig utveckling genom idrott och friluftsliv. Studietiden på Lillsved ger dig äventyr, upplevelser, vänner för livet samt tillgång till bra träningsmöjligheter. Utförlig beskrivning av utbildningen hittar du här…. Läs även mer om att studera på Lillsved i fliken Bra att veta till vänster (nedan på mobilen). Skolstart 2021 Antagna till utbildningen hälsas välkomna till skolstarten onsdagen den 30 augusti kl. 13.00 i Lillsveds aula. Lunch serveras från kl. 11.30 i restaurangen. Boende på internatet kan checka in tisdag 29/8 kl. 15-19 samt onsdag (30/8) från kl. 08. Klassföreståndare: Petra Landberg Ansökan - HT2021 Ansökan ska skickas in senast den 15 maj 2021 för att gälla som ansökan till en plats på skolan. OBS! Du kan senare behöva komplettera med kopior av betyg mm. Magiska året på Lillsved! Ett av de bästa åren i mitt liv! En utbildning för dig som vill utvecklas som ledare samt kunna arbeta som projektledare med inriktning idrott, friluftsliv och äventyr. Ett år på Lillsved ger dig inte bara en gedigen meritlista, du utvecklas även intellektuellt, kulturellt och socialt, samt på det personliga planet. Du kommer att vara fylld av nya erfarenheter, kunskaper och kontakter för framtiden! Utbildningen är mycket lämplig som förberedelse för yrken med ledarkrav bl a inom idrottsrörelsen, butik, event, skola, polis, militär och räddningstjänst. Utförlig beskrivning av utbildningen hittar du här…. Läs även mer om att studera på Lillsved i fliken Bra att veta till vänster (nedan på mobilen). Skolstart 2021 Antagna till utbildningen hälsas välkomna till skolstarten onsdagen den 30 augusti kl. 13.00 i Lillsveds aula. Lunch serveras från kl. 11.30 i restaurangen. Boende på internatet kan checka in tisdag 29/8 kl. 15-19 samt onsdag (30/8) från kl. 08. Klassföreståndare: Petra Landberg, Henrik Österberg Ansökan - HT2021 Ansökan ska skickas in senast den 15 maj 2021 för att gälla som ansökan till en plats på skolan. OBS! Du kan senare behöva komplettera med kopior av betyg mm. Året på Lillsved var ett av de mest lärorika och utvecklande åren för mig! Ingen kommer ångra ett år på Lillsved! Hälsocoach lic PT & Gruppträningsinstruktör Yrkesinriktad utbildning Det finns många anledningar att välja ett yrke inom träning och hälsa idag. Efter denna utbildning har Du möjlighet att arbeta inom denna växande och utvecklande bransch. Efter godkänd utbildning och examination erhåller du: 1. Almega Friskvårdsföretagens PT-licens som från 2019 är branschstandard i Sverige. Lillsveds Folkhögskola är godkänd för delegerad licensieringsrätt. Licensierade PT från Lillsved och andra godkända utbildare finns registrerade på ptlicens.se. 2. Utbildningen är också

**id 314**

Advanced Video Coding High Definition Advanced Video Coding High Definition (AVCHD) är ett inspelningsformat för Högupplöst (HD), Video. Videosignalen komprimeras med hjälp av MPEG-4 H.264, ljudsignalen av antingen Dolby Digital eller Linjär PCM. Används tex i HD-videokameror. Se även[redigera | redigera wikitext] - Officiell webbplats

**id 315**

Dödbok - Wiki-Rötter (Omdirigerad från Död- och begravningsbok) (Denna artikel handlar om dödbok som kyrkboksbegrepp. DVD-skivan "Sveriges dödbok" har en egen artikel i Wiki-Rötter.) Personalier ur Söderfors kyrkoarkiv volym F:1, Död- och begravningsbok 1788–1860 Dödbok (Död- och begravningsbok, Begravningsbok): Kyrkbok för anteckning om avlidens namn, dödsdatum, begravning m m. Den äldsta bevarade begravningsboken i Sverige är från Helga Trefaldighets församling i Uppsala och börjar år 1608. Uppgifterna om död och begravning kompletteras senare ofta med uppgifter om den avlidnes ålder, levnadsomständigheter och dödsorsak. Ibland sväller dessa uppgifter ut till längre levnadsbeskrivningar (personalier) som någon gång även förts i separata personalieböcker. Dödböcker för äldre tid är ofta sammanbundna med de övriga ministerialböckerna (födelse- och dopbok samt lysnings- och vigselbok). Det förekommer också att uppgift om begravning kan återfinnas i kyrkans räkenskaper samt i de s k. dödslistorna som skulle lämnas in till härads- eller rådhusrätterna. Personaliebok kallas vissa dödböcker (eller tillägg till de ordinarie dödböckerna) där man skrivit längre levnadsbeskrivningar över de avlidna personerna. Finns personalier, kan släktforskaren erhålla många värdefulla detaljer om den dödes liv och gärning, samt också många gånger detaljerade beskrivningar av den avlidnes äktenskapliga relationer och levande- och döda barn. De äldsta dödböckerna finns i Frankrike och Italien, och äldst är en förteckning över begravna i den lilla staden Givry, i östra Frankrike, med början 1334.

**id 316**

Fortfarande vilande Jag läser era hälsningar och blir alldeles rörd och varm i hela hjärtat. Bloggen ligger fortfarande nere och jag vet varken När eller Om jag kommer tillbaka. Kanske startar jag en ny blogg i framtiden..... vem vet. Jag har ju alltid älskat att blogga men glädjen till allt det bara försvann. Otroligt mycket saker har hänt i mitt liv, men jag börjar sakta men säkert komma tillbaka. Och jag känner hur glädjen återigen fyller min kropp. Jag har verkligen mått fruktansvärt dåligt och har varken kunnat se eller tänka klart. Men nu börjar det äntligen vända. Tack alla ni som fortfarande kikar in här och som lämnar små hälsningar. Jag önskar jag kunde få ge er ett leende och krama om er alla. dsign & inredning Hoppas att allt blir bra för er!! Sänder dig en stor styrkekram Fröken K och livet på landet Åh, vad roligt att höra av dig Marit! Vi känner inte varandra men ditt inlägg berör! Ta väl hand om dig och din fina familj! Kram Karin 4 november 2012 21:50 Hoppas du får må bra snart och har din familj att krama hårt när livet är allt annat än lätt! Ta hand om dig! Hem och Lycka Många kramar! Hej Marit! Det viktigaste är att du och din familj, nära och kära har det bra!!! Hoppas att du mår bättre snart och jag skickar över massor av styrka. Saker och ting måste få ta tid!!! Kram fina du, vi saknar dig här! Charlotte-Två systrar men åh! där är du ju. Blir glad av att se ett inlägg här hos dig! Har haft dig & det som hänt i er närhet i tankarna många gånger! Allt gott! Kram kram! Hej! Åh vad skönt att få ett livstecken även om jag sett dig senaste veckorna på instagram. Blir lite orolig när du skriver att du mått så dåligt, undrar om du förlorat någon närstående eller om du psykiskt brakat ihop eller.., Man har upplevt dig som så sprudlande på bloggen. Själv brakade det ihop för mig för ca 8år sedan och det var en lång transport tillbaka. 5 november 2012 18:26 fortsättning... Jag fick panikångest. Mår idag bra, riktigt bra sen jag blev gravid för 5år sedan. Fick en liten känning för ett litet tag sen, vilket fick mig att inse att man måste vara rädd om sig själv hela tiden. Vad det nu än är du varit med om så hoppas jag att du är på väg uppåt igen. Kram "tvillingmamma08" Jag förstår ingenting, vad har hänt???? Fortfarnade vilande och en bild på ditt sovande barn, är han sjuk????? Vi finns här. Vi väntar på dig. Vi hoppas att du mår lite bättre nu. Vad kul att höra från dig! Ta hand om dig! Man känner liksom för att bara krama dig. Och jag känner med dig och saknar verkligen din blogg. Varma kramar ANna mitt liv som jag Skönt att höra att det börjar vända, jag hoppas att det fortsätter åt rätt håll! Styrkekram till dig /Jennifer Åh vad jag saknar dina inlägg... Sträck på ryggen och försök andas in vad livet har att ge... Inte roligt när det händer saker som vänder upp & ner på allt men det glädjer mig att du är på väg åt rätt håll <3! Stor kram till dig Marit!! Jag gick igenom tuffa saker för två år sedan och har inte läkt än, men jag känner att glädjen och lusten har kommit tillbaka och nu känner jag iaf hopp och tro till framtiden. Det tar tid och måste nog få göra det. I sinnom tid är man på banan igen. Saknar dig här på bloggen och önskar dig allt gott. Kram Pia/livet på fyran 6 november 2012 21:40 Skickar ett gäng kramar >3 Åhh, Marit, vad bra att du är på väg att må bättre! Jag vill bara skicka dig en stor, varm kram!! jag hittade din blogg "ganska" sent men älskade den från första stund. jag hoppas att det verkligen bara blir bättre o bättre för dig.. din familj o alla som nu är involverade i den sorg ni går igenom, även fast jag inte har en aning om vad som hänt. du har varit en enorm inspiration för mig när jag inrett o du verkar så pysslig o glad. hoppas du får ork att börja blogga igen vare sig det är här eller på nytt. :) må gott. /morrhoppan Klart

**id 317**

Under detta frukostseminariumgästas Jajja av partnern Starweb. Henrik Eriksson är här under morgonen och pratar om design & merförsäljning. Jajjas Training- & Event manager Oskar Alm förklarar ingående i huvudsak hur du strategiskt ökar trafiken och synliggör din webbplats. Prio på god SEO och värdet av den helt enkelt. Varmt välkomna lyssna på Starweb de har 16 år erfarenhet av e-handel! Välkomna till ett frukostseminarium där vi tillsammans med vår samarbetspartner Starweb kommer prata om hur man lyfter sin e-handel till nästa nivå. Starweb har 16 års erfarenhet av E-handel och är idag en av Sveriges största E-handelsplattformar med över 800 kunder. Henrik Eriksson kommer att prata om design, förtroende för butiken och merförsäljning. Oskar Alm pratar om sökmotoroptimeringens grunder och om varför innehållet är viktigare än någonsin. Dessutom handlar det om faktorer att tänka på kring det mobila söket.

**id 318**

Utbildningarna med träffar är öppna för bokning tills de är fullbokade Om du har betalat och väljer att inte börja återbetalas kursavgiften med avdrag för 1500 kr i administrativ avgift. Om man väljer att avbryta utbildningen måste man betala resterande kursavgift för de moduler/steg man inte gått? Nej CERTIFIERING ELLER DIPLOMERING Certifierad kan man bli man om man genomfört en utbildning som tillhandahåller certifiering och klarat de tester som visar på en viss kompetensnivå. Certifiering är också många gånger standardiserad dvs samma för alla som går utbildningen. Diplomerad blir man genom att gå en utbildning där man får ett diplom. Detta säger ingenting om kvaliteten på din utbildning eller utbildaren. Ett Diplom eller intyg intygar att du har gått en utbildning och att du tagit del av utbildningsmaterialet. En diplomering ställer inga krav på tester, inlämningsuppgifter eller examen utan det räcker att kursdeltagaren tagit del av materialet utan att leverantören vet om kursdeltagaren nu kan ämnet eller ej. Eftersom Inredningsakademins utbildningar har inlämningsuppgifter som kvalificerad personal lämnar feedback på uppnås en högre kunskapsnivå hos kursdeltagaren samt att vi på alla yrkesutbildningar har ett eller flera examensprov. Är diplom eller certifikat giltiga även utomlands? Ja och på diplomet eller certifikatet anges även din utbildningstitel på engelska. Vem/vilka utfärdar diplom och certifikat? Inredningsakademin utfärdar handlingarna efter det att studenten uppfyllt internationella branschorgans kriterier genom prov eller certifieringsuppgift. Kan man bli Gesällflorist efter er Floristutbildning? Branschorganisationen i varje land arrangerar prov och utfärdar Gesällbrev efter godkänt prov som ges av organisationen. Det krävs också flera års erfarenhet från yrket. Vilka förkunskaper behöver man? Inga förkunskaper nödvändiga. Yrkesutbildningen börjar från grunden. Utbildningen sker på svenska om inte annat anges. Viss litteratur på engelska kan förekomma. Vad är skillnaden mellan Diplomerad Homestylist och Certifierad Inredare? En Homestylist arbetar med att göra bostäder mer attraktiva genom att ta bort och tillföra inredningsdetaljer. När bostaden är såld töms bostaden. En Inredare arbetar med olika typer av objekt t ex bostäder, butiker och kontor. Att förändra miljön så att den passar kunden som ska vistas i miljön under många år. Vad är skillnaden mellan utbildningarna Certifierad Inredare steg 1-4 och Inredare grund och fortsättning? Certifierad Inredare steg 1-4 innehåller två utbildningar. Diplomerad Homestylist steg 1-2 och påbyggnad med steg 3-4 till Certifierad Inredare. Dessa två utbildningar kan man läsa med helgträffar eller på ren distans i Kursportal. Inredare grund och fortsättning kan man endast läsa i Kursportalen på ren distans och du läser då inte Homestylistutbildningen. Varför anmäla sig till utbildning hos er på Inredningsakademin? Vår målsättning är att ha marknadens bästa utbildningar med fokus på jobb efter examen, moderna utbildningar och nöjda kunder som rekommenderar oss vidare. Efter examen frågar vi våra studenter om betyg på utbildningen och vad vi kan förbättra. JOBB EFTER EXAMEN Vad finns det för olika jobb efter examen? Läs på hemsidan vid respektive utbildning Får era studenter jobb efter examen? Många får anställning eller startar eget företag kort tid efter examen. Vårt fokus ligger på moderna utbildningar och jobb efter examen. Kan man få CSN bidrag och lån för att studera era utbildningar? Hur mycket kostar era olika utbildningar och hur betalar man? Se kursavgift för respektive utbildning på hemsidan. Du kan betala på tre sätt. Hela kursavgiften mot en faktura. Dela upp betalningen i lika många steg/moduler som utbildningen ges. Dela upp betalningen på 12 månader vilket ger en något högre total kursavgift. Vad ingår i kursavgiften? Se hemsidan för respektive utbildning? Var finns er kurslokal? Vi har flera olika kurslokaler på olika orter som passar olika typer av utbildningar. I kallelsen till kursstart som mailas ut ca två veckor innan kursstart framgår adress mm. Behöver du veta adressen tidigare skicka ett mail och fråga. Ja om du vill dock inget krav för examen. Bäst är om du själv ordnar praktik på ett företag som du är intresserad av att jobba på och på din ort. Vi kan hjälpa till om din praktikantgivare vill prata med någon om utbildningen du nyss genomgått. In

**id 319**

Mannen med choklad i Ett kallt regn vräkte ned över Gröna lund i går men det gjorde alls ingenting, ty jag uppfyllde en livslång dröm. Först försökte jag vid Toblerone/Dajm-hjulet, där jag spelade bort 200 kronor för att sedan förnedras av en måhända 18-årig snärta som sa "ja ja, ta en regnhatt i alla fall" och tryckte ett monstrum av skör, rosa hårdplast (till vänster på bilden nedan) på mitt grånande huvud. Nedstämd sökte jag mig till Mjölkchoklad/Schweizernöt-hjulet, där jag slängde upp en sista hundring på disken och jämrade högt när hjulet stannade på 46. Så nära, min serie inleddes med nr 47. Trodde jag. För tjejen vid hjulet utropade "vad gnäller du för - du vann ju!?" och jag såg en försvinnande liten 46:a längst ned till vänster på den första av mina "brickor". Seger. Upprättelse. Tröst. Det enda störande inslaget var att vädret regnade på min segerparad från Gröna lund till Slussen, varför min avundsjuka publik inskränkte sig till ett minimum. Men jag är lycklig i alla fall, och Per Hagman och hans gelikar kan gott behålla sitt fördömda Monte Carlo. Nu vet ni det. Då kan ni lika gärna också få veta att en synnerligen försenad Mats kamp-recension dök upp på Göteborgs-Postens "webbplats" i förra veckan. Jag tror att den skrevs när boken var aktuell, men fastnade någonstans på vägen från papper till "webbplats". Nåväl, läs den här. (Om någon undrar: nej, jag hittade inte recensionen genom så kallad ego-googling – något jag ser som helt förkastligt – utan med hjälp av förlagets pressbevakningstjänst.) En sak till: Här kan man läsa min splirrans nya krönika i Tidningen Liljeholmen-Älvsjö, den första för höstsäsongen tillika den kanske mest deprimerade hittills. Jag missade förresten att länka till ett par av vårens krönikor under mitt blogguppehåll, och nu är de borta från tidningens "webbplats". Så jag kanske publicerar dem här vad det lider. Nu ska jag läsa en god bok och äta Schweizernöt. Upplagd av Min prosadebut: 28 sidor senare Det senaste året har jag hummat och brummat i blogg'n om olika hemliga projekt med mystiska kodnamn. Nu har det äntligen blivit dags att offentliggöra det minsta av dem: lagom till bokmässan kommer min prosadebut Apburen att ges ut av Orosdi-Back. Boken är en del av deras satsning på tunna, nyskrivna böcker till det helt bisarrt låga priset av fem kronor. (Läs mer om detta här.) Och ja, boken är tunn. Bara 28 sidor. Vilket är bra. I åratal har jag velat sammanställa mina spoken word-texter till något slags prosasamling, men aldrig kommit till skott. Något annat har alltid kommit emellan, vilket givetvis till stor del beror på att jag varit rädd för att misslyckas. Bli refuserad eller, ännu värre, utgiven i kraft av mina serieböcker och sedan skändligen sågad. I det här opretentiösa formatet vågar jag försöka. Men vad är det för bok då? Apburen är en novell, eller kanske snarare en mikroroman, med följande baksidestext: I en norrländsk småstad utlyser kommunen – i samarbete med Hemköp – en tävling för att hylla kärleken, där det vinnande paret får gifta sig inför publik under stadens karneval.Pernilla, som jobbar i kassan på Hemköp, anmäler sig mest för att göra sin chef glad, men tävlingen får all gammal skam hon burit på att oväntat komma upp till ytan. De där fula, privata hemligheterna som ingen någonsin får veta, för vem skulle kunna älska henne då? Boken kommer att finnas till salu på bokmässan i Göteborg, och jag signerar i Orosdi-Backs monter på lördagen kl 14:30-15. I början av oktober finns den i bokhandeln. Vad gjorde Dostoyevsky i Chernobyl? Är det verkligen bara jag som ser vad som håller på

**id 320**

Ett litet hopp för Malin, ett stort hopp för mänskligheten | Malins tankar Ett vackert som hoppar ← En tärning med sju prickar Nej, det var inte det faktum att jag valde humanistisk och att min nioåring redan kommit längre än jag på vandringen längs matematikens snåriga vägar. Han pratade om hur vi människor hör varandras berättelser och lägger ihop dem till en. Hur vi i fikarummet på måndag morgon hör någon säga ”jag bakade äppelpaj” en annan ”jag var på 50-årsfest”, en tredje ”jag tvättade bilen” och en fjärde ”jag var i badhuset med barnen”. Hur vi skapar en bild av en supermänniska som gör allt det där på en gång och skamset tänker ”jag som bara låg i soffan och tittade på film och åt ostbågar. Ensam.” Jag har dagar då jag har svårt att logga in på Facebook. Då andras samlade lycka och nya jobb och bebisar och fruar och män och halloncupcakes bara blir för mycket. Men i bästa fall kan de riva murar. Störta diktaturer och ge människor mod. Hur @sugarshrink genom sitt metodiska frågande helt ovetande pushat iväg mig till en ACT-kurs (Acceptance and Commitment Therapy). Min första tanke när jag fick inbjudan var ”jag hinner inte”. Då är det dags att gå en sådan. Jag drog mig till minnes vår twitterkonversation en tidig sommarkväll där vi försökte närma oss meningen med livet och utforska varför jag har så svårt att fatta vissa av mina beslut. Nu är jag halvvägs genom kursen och har viktigt jobb att göra. Och @stielli. Som förutom att hon tidigt i somras bjöd mig på en fantastisk natt och nya vänner också gett mig inspiration och en välbehövlig spark i baken för att jag äntligen ska gå den UGL-kurs som länge stått på schemat i det ledarskapsprogram jag påbörjat. Kombinationen av de här båda utmaningarna innebär att jag kommer att koppla ner helt den här veckan. Jag kan inte heller tro att mitt Telenor-abonnemang räcker ända ut i skogen, det trivs bäst i civilisationen. Så, nej, ni kommer inte höra av mig den här veckan. Den ska jag ägna åt att öva i att lyssna. Vara närvarande. Och fatta viktiga beslut. Vi vet ingenting om framtiden. Men vi kan välja vilken väg vi tar för att möta den. Jag lyssnar just nu om och om igen på det här legendariska talet av Steve Jobs och försöker samla mod. Att leva mitt liv. Följa mitt hjärta, även om det kostar längs vägen. Och jag kan redan nu berätta att jag efter årsskiftet kommer, vid sidan av de andra beslut jag har att fatta, vara med i ett av de roligaste projekt jag kan tänka mig just nu. Ett projekt som helt och hållet skapats på nätet. Där jag fått lära känna människor som inspirerar mig till stordåd varje dag. Och där det förhoppningsvis är precis det vi kommer att fortsätta göra. Tack Lisa för bilden. Utan dig vore allt så himla mycket tråkigare. Nej, man behöver inte hålla med om allting. Visa alla inlägg av Malin Crona → Det här inlägget postades i Journalistik, Livet. Bokmärk permalänken. ← En tärning med sju prickar Anjo skriver: oktober 9, 2011 kl. 7:30 e m Additions-stress … det var ett ord jag verkligen förstod till fullo nu. Jag hoppas din vecka blir ytterst givande. Jag tror alla behöver sådana ibland för att åka rätt till slut. Svara anna (@Marthanna) skriver: oktober 9, 2011 kl. 7:45 e m Tack för en klok text som gav mig lite att tänka på… tack. Svara Kalle Juan Wiklund skriver: oktober 10, 2011 kl. 10:42 f m Mkt bra läsning! Bli nyfiken på ditt nya projekt, men antar att vi kommer få veta mer inom sin tid. :) Svara Fru Uggla skriver: oktober 10, 2011 kl. 1:00 e m Tack själv! Vad hade gymnasietiden varit utan dej. Bara killar! Fan what a waste of time… Och, fniss, fniss, rubriken får mig osökt att tänka på Jan Stenmarkbilden med en man som står framför ett stup med texten ”Ett litet steg för mänskligheten ett stort steg för mig.” Vad gäller projektet citerar jag en annan Stenmark: ”Det är bar’ å

**id 321**

Förutom flera fotbollsmatcher varje helg, erbjuder London ett strålande utbud av kultur, nöje och shopping. En av världens toppstäder som man alltid vill resa till igen. Se London från vattnet - kryssa på Themsen, sightseeing på bästa sätt. Musical & teaterutbudet är suveränt i London. Fotboll; se någon av Premier League lagen Arsenal, Chelsea, Tottenham, Crystal Palace och West Ham – att uppleva hög stämning och rafflande spel är en perfekt belöning när teamet presterat fina resultat! Vi har dessutom Hospitality-biljetter till de flesta av klubbarna med mat och dryck. Vandra i Sherlock Holmes fotspår efter förmiddagskonferens och lunch. Här gäller det att i lag försöka lösa en mordgåta, genom att besöka olika delar av London. "Utredningen" avslutas med middag då Sherlock avslöjar lösningen av gåtan. Vi skräddarsyr er gruppresa enligt era önskemål; Aktiviteter, restauranger, transporter – vi bokar allt från början till slut. Kontakta oss nedan för kostnadsfri offert eller ring 031 - 13 74 00. "Allt fungerade perfekt, man förstår att ni alla har bra bollkänsla." Mikael Källström Önskar ni hjälp med flyg? Bekräfta att du har läst och accepterar våra särskilda villkor. Vi kommer att kontakta dig så snart som möjligt för att diskutera de sista detaljerna som transport, destination planering, etc. Då kommer vi att skicka en bekräftelse tillsammans med annan information. Din beställning är bindande när du har betalat avgiften! Vi förbehåller oss rätten att avsluta försäljningen och justera priserna tills slutlig bekräftelse som kommer från olika leverantörer. Kontakta oss OLKA Sportresor AB Stampgatan 20 411 01 Göteborg Tel: 031-13 74 00

**id 322**

Detta är vår fine Baheras Wb Petter som nu är drygt 7 år gammal, med föräldrarna "Baheras Wb Ingrid" och "Horizons' Romulus of Bes". När vi köpte Petter var hans pälsfärg ovanlig. Googlar emellanåt på burmillor och ser inte ofta hans färg. Är det någon som känner till andra burmillor med färgen Seal goldenshaded och kanske har bilder att visa? Petter blev far vid drygt 1 års ålder, kanske har någon bilder på dessa nu vuxna burmillor?

**id 323**

Här hittar du de vanligaste frågorna och svaren gällande e-tidningen. E-tidningen är dagens tidning i digital form med samma överblick och upplägg som papperstidningen. E-tidningen kommer du som prenumerant åt i inloggat läge på vår nyhetssajt och i vår separata e-tidningsapp och kan läsas i mobil, surfplatta eller dator. Hur laddar jag ner e-tidningsappen? Du laddar ner den via App Store eller Google Play. Sök på namnet på din tidning så kommer både e-tidningsappen och nyhetsappen upp. Kan jag dela artiklar och sidor från e-tidningen? Om du är prenumerant och inloggad i e-tidningen har du varje dag möjlighet att dela en artikel och ett tidningsuppslag genom de inbyggda funktionerna. Du kan dela genom att skicka en länk till en vän eller genom att publicera på sociala medier. Den som öppnar en sådan delad länk kan läsa artikeln eller sidan utan att logga in, men möts först av ett erbjudande om att prenumerera. På det här viset kan du tipsa dina vänner om artiklar i tidningen. Och vi hoppas förstås att dina vänner ska uppskatta tidningen så mycket att de själva börjar prenumerera. Den här delningen är begränsad så att du kan dela maximalt en artikel och ett tidningsuppslag per dag. Om du delar på annat sätt, till exempel genom att skicka sidans adress i webbläsarfönstret till någon så kan mottagaren inte öppna artikeln eller sidan utan att logga in som prenumerant. För att dela i e-tidningens webbversionen går du till den svarta kontrollpanelen i botten, trycker på Fler inställningar (tre prickar) och väljer sedan Dela uppslag eller Dela artikel. För att dela i e-tidningsappen använder du ikonen uppe i höger hörn för att dela ett uppslag, och i artikelläget finns en blå knapp längst ner i artikeln. Hur zoomar jag smidigast i e-tidningen på dator? Om du vill zooma in snabbt i e-tidningen på datorn är det smidigt att använda tangentbordet. Tryck på 2, 3, 4 eller 5 för att snabbt zooma in på tidningssidan. Med 5 zoomar du in mest. Du kan när som helst trycka på någon av de andra siffrorna för att ändra zoom-nivå. Tryck på 0 för att återgå till ursprungsläget. När du zoomat in kan du använda piltangenterna på tangentbordet för att flytta dig till höger, vänster eller upp och ner. För att öppna fullskärmsläget på datorn behöver du öppna inställningarna i den svarta Kontrollpanelen i skärmens nederkant (Tryck på de tre prickarna längst till höger). Välj sedan “Fullskärmsläge”. När du vill lämna fullskärmsläget kan du trycka på ESC-tangenten. Du kan givetvis zooma även genom att klicka på zoom-knapparna i kontrollpanelen. Eller använda scroll-hjulet på musen, eller ibland styrplattan på en bärbar dator. Det kan fungera lite olika beroende på hur du gör. Jag har installerat om Android-appen - varför fungerar det ändå inte? Några Android-användare har rapporterat problem efter att de installerat om e-tidningsappen. Det kan bero på att gammal data i vissa fall finns kvar även efter en ominstallation. Då kan du behöva gå in i enhetens inställningar och rensa bort all gammal data som appen lagrat. Du kan oftast lösa problemet själv genom att följa dessa steg: Steg 1. Radera appen genom att trycka på app-ikonen och trycka på “Avinstallera” Steg 2. Gå in i Google Play och ladda hem appen på nytt. Steg 3. Öppna inte appen, utan öppna i stället Inställningar. Gå till Appar och sök upp appens namn Steg 4. Tryck på “Lagring” Steg 5. Tryck på “Rensa data” och “Töm cache” Steg 6. Starta nu appen på nytt från hemskärmen. Du kommer att ledas igenom introduktionsbilder och behöver mata in ditt användarnamn och lösenord. Bra att veta om att radera appar i Android: Du kan radera en app från din Android-enhet på två olika sätt: Metod 1: Tryck på app-ikonen och välj “Avinstallera”. Appen tas bort, men mycket av appens data behålls i enheten. (se bilden i steg 1 ovan) Metod 2: Gå in i enhetens inställningar, leta upp appen och välj “Avinstallera”. Appens tas bort, och data raderas från enheten. (se bilden vid steg

**id 324**

Nu f [ Dm ] aller dagg och nu st [ C ] iger s [ F ] ol men d [ Gm ] et kan du inte h [ A7 ] ör [ Dm ] a. Du l [ Bb ] igger utan bl [ C ] us och kj [ F ] ol med l [ Gm ] ?pparna mot mitt [ A7 ] öra. T [ Dm ] ala nu allvar, ber d [ C7 ] u best [ F ] ämt, du skr [ Gm ] attar visor och sj [ C ] unger sk [ F ] ämt. Du k [ Bb ] an, men vill inte g [ C ] ör [ F ] a en s [ Gm ] ?ng om lyckan den sk [ A7 ] ör [ Dm ] a. Nu st [ Dm ] iger sol och nu f [ C ] aller d [ F ] agg för f [ Gm ] attigt folk och för r [ A7 ] ik [ Dm ] a. Men l [ Bb ] yckan har en förg [ C ] iftad t [ F ] agg som m [ Gm ] an bör noga undv [ A7 ] ika. H [ Dm ] on stannar gärna i n [ C7 ] ågra d [ F ] a'r men n [ Gm ] är du vill hålla h [ C ] enne kv [ F ] ar blir h [ Bb ] ennes ögon isk [ C ] all [ F ] a och d [ Gm ] u blir bitter som g [ A7 ] all [ Dm ] a. Så faller [ Dm ] daggen för [ C ] utan [ F ] ljud och gräs och [ Gm ] blader blir [ A7 ] våta [ Dm ] . Och varje [ Bb ] morgon står [ C ] solen [ F ] brud fast inga [ Gm ] brudpsalmer [ A7 ] låta. Ann-Kata [ Dm ] rin, du skall [ C7 ] veta [ F ] att det finns en [ Gm ] lycka som [ C ] dör av [ F ] skratt. Men den vill [ Bb ] smekas om [ C ] natten [ F ] och den är [ Gm ] stilla som [ A7 ] vatten [ Dm ] . Stig upp ur [ Dm ] sängen, Ann- [ C ] Kata [ F ] rin, och lyssna [ Gm ] på något [ A7 ] viktigt [ Dm ] . Det finns ett [ Bb ] särskilt slags [ C ] ädelt [ F ] vin som man bör [ Gm ] njuta förs [ A7 ] iktigt. För om man [ Dm ] dricker det [ C7 ] utan [ F ] sans förlorar [ Gm ] det all sin [ C ] forna [ F ] glans och du får [ Bb ] kvar en tom [ C ] flaska [ F ] och bittra [ Gm ] tårar och [ A7 ] aska [ Dm ] .

**id 325**

Hur årets studenter får springa ut och fira att gymnasietiden är slut ser annorlunda ut i olika delar av landet. I Stockholm och Göteborg är utspringen inställda. Men i Lund, Luleå och Avesta finns mer kreativa alternativ, där man försökt jobba sig runt Folkhälsomyndighetens rekommendationer. Fyra av tio lärare möter orimliga föräldrakrav varje månad – och andelen ökar under coronakrisen. Nu ställer Lärarförbundet hårda krav på utbildningsminister Anna Ekström. Kan coronasituationen leda till att lärare blir ”för snälla i betygssättningen”? Och påverkas elevernas kunskapsnivå av viruskrisen? Skolvärlden träffar betygsexperten Per Måhl på länk för att få svar. (webb-tv)

**id 326**

Om du inte är nöjd med vården Du kan lämna synpunkter eller klaga om du har varit med om något inom vården som du inte är nöjd med. Det kan du göra både som patient och närstående. Dina synpunkter kan bidra till att vården blir bättre och säkrare. Som patient ska du få bra vård av god kvalitet och du ska bli bemött med respekt av vårdpersonalen. Du ska få tydlig information om din hälsa och din vård som du förstår. Du kan lämna synpunkter eller klaga om du inte är nöjd med den vård du har fått eller tycker att det har skett något felaktigt. Dina synpunkter kan till exempel gälla behandling, bemötande, tillgänglighet eller kommunikationen med vården. Du kan också komma med idéer och förslag på hur vården kan bli bättre. Flera sätt att lämna synpunkter eller klaga Du kan lämna synpunkter eller klagomål på flera sätt: - Kontakta den mottagning där du fick vård eller behandling. - Kontakta patientnämnden i din region. - Vissa händelser kan du anmäla till Inspektionen för vård och omsorg, IVO. - Du kan också anmäla händelser till Diskrimineringsombudsmannen eller polisen, om dina klagomål rör något som kan vara diskriminerande eller brottsligt. I vissa regioner ska du lämna dina klagomål på ett särskilt sätt. Klicka på regionväljaren längst upp på sidan. Då anpassas sidan efter den region som du har valt och du får information från den regionen. Lämna synpunkter för en närstående Du kan lämna klagomål och synpunkter för en närstående, om personen inte kan göra det själv. För att till exempel kunna ta del av handlingar eller föra din närståendes talan behöver du en fullmakt. Kontakta mottagningen eller vårdenheten Börja med att kontakta den mottagning eller vårdenhet där du har fått vård och behandling. De har en skyldighet att ta emot och svara på dina klagomål och synpunkter. Först kan du kontakta den vårdpersonal som undersökte eller behandlade dig. Ofta kan missförstånd och oklarheter redas ut på det sättet. Du kan också kontakta chefen för enheten om du till exempel inte är nöjd med vårdpersonalens förklaring eller om du inte tycker att kontakten med personalen fungerar. Berätta om dina erfarenheter och vad du har synpunkter på. Det kan du göra muntligt eller skriftligt. Synpunkter på 1177 på telefon, kommunal vård eller tandvård Du som har synpunkter eller klagomål på den sjukvårdsrådgivning som du har fått när du har ringt 1177 kan skicka in dem här. Dina synpunkter skickas till den region som genomförde samtalet. Om du har synpunkter på kommunal hälso- och sjukvård kan du börja med att kontakta verksamheten eller enheten som det gäller. Du kan också kontakta kommunens medicinskt ansvariga sjuksköterska, även kallad MAS. Här kan du läsa mer om vad du kan göra om du inte är nöjd med din tandvård. Du ska få svar så snart som möjligt Du ska få svar på dina klagomål eller synpunkter så snart som möjligt. Hur lång tid det tar beror bland annat på vad det är du har klagat eller haft synpunkter på. Ibland kan vårdmottagningen behöva tid för att utreda vad som har hänt. Vanligtvis ska du ha fått ditt svar inom fyra veckor. Tar det längre tid ska du få information om det. När du har kontaktat vården med klagomål eller synpunkter ska du få en bekräftelse på att de har tagits emot. Om det är möjligt ska du också få information om när du kan få ett svar. Du ska förstå svaret När du får svaret ska det lämnas på ett sådant sätt att du förstår det. Du kan få svaret muntligt, till exempel genom ett telefonsamtal eller ett möte. Det kan också lämnas skriftligt, till exempel genom ett brev. Hur omfattande svaret är beror på vad du klagat eller haft synpunkter på. Svaret ska innehålla en förklaring till det som har hänt. Du ska också få information om vad vårdenheten ska göra för att händelsen inte ska inträffa igen, om de bedömer att det som hände var felaktigt. Om något misstag har begåtts ska du få en ursäkt. Du ska också få veta vem du ska kontakta om du har fler frågor. Du kan ha rätt till ersättning om du blir skadad inom vården. Läs mer om ersättning vid patientskada. Kontakta vården i Norrbotten För att lämna klagomål, synpunkter och förbättringsförslag som

**id 327**

Vid fyllning: Glöm inte att anmäla på telefon eller SMS till fyllaren att du behöver fylla senast 1500 samma dag. Namnet får du fram genom att klicka på händelsen i kalendern. Telefonnummer finns under fliken kontakt om det inte ligger i kalendern. Vid dyk: Anmälan till dykledare är obligatorisk. Anmäl dig senast dagen innan kl 1800. Namn på dykledaren får du fram genom att klicka på händelsen. Telefonnummer finns under fliken kontakt.

**id 328**

Mubarik Abdirahman berättade om vikten av att rösta May 24 Politikern Mubarik Abdirahman (S) besökte lördagen den 24:e maj Somaliska Freds för att berätta om vikten av att rösta i Europaparlamentsvalet och i Riksdagsvalet. Området Herrgården i Rosengård hade 2009 det lägsta valdeltagandet i hela Sverige i Europaparlamentsvalet, då endast 14,7 av de röstberättigade gick och röstade. Posted on May 24, 2014, in Uncategorized. Bookmark the permalink. Leave a comment.

**id 329**

Lefaux Lefaux är en kommun i departementet Pas-de-Calais i regionen Hauts-de-France i norra Frankrike. Kommunen ligger i kantonen Étaples som tillhör arrondissementet Montreuil. År 2009 hade Lefaux 255 invånare.[1] Innehåll - 1 Befolkningsutveckling - 2 Se även - 3 Källor - 4 Externa länkar Befolkningsutveckling[redigera | redigera wikitext] Antalet invånare i kommunen Lefaux Referens: INSEE[3] Se även[redigera | redigera wikitext] - Lista över kommuner i departementet Pas-de-Calais Källor[redigera | redigera wikitext] - ^ [a b] ”Populations légales 2009 pour les départements et les collectivités d’outre-mer”. www.insee.fr. Institut national de la statistique et des études économiques (Insee). 1 december 2012. https://www.insee.fr/fr/statistiques/2119792?sommaire=2119804. - ^ Chiffres clés - Évolution et structure de la population - ^ Chiffres clés - Évolution et structure de la population Externa länkar[redigera | redigera wikitext] - Wikimedia Commons har media som rör Lefaux.

**id 330**

2021.01.14 2021.01.07 Alcadon Group har förvärvat 6X International 2021.01.05 Storskogen förvärvar Pierre Entreprenad 2021.01.04 Ny delägare till KANTER KANTER är en affärsjuridisk advokatbyrå med huvudsakligt fokus på Corporate/M&A, Immaterialrätt och Tvistlösning. Vi är en true partnership-byrå med erfarna jurister som tillhandahåller konkreta, effektiva och sofistikerade juridiska tjänster och rådgivning. Alla våra partners, av vilka flera varit kolleger under lång tid, har gedigen erfarenhet från ledande affärsjuridiska advokatbyråer i Stockholm, London, New York och Hamburg. De biträdande juristerna har även de praktik från välrenommerade byråer och in-house. Vi arbetar nära våra klienter för att förstå deras verksamhet och kommersiella miljö. Våra praktikområden är tätt sammanflätade, så att vi kan förse våra klienter med välfungerande och integrerade team. Genom att kombinera vår kunskap om lokala marknader och industrier med ett internationellt perspektiv kan vi snabbt ge praktiskt relevanta högkvalitativa råd. Partner- och övrig senior-engagemang medför tillgänglighet och effektivitet. KANTER får fortlöpande utmärkta vitsord från oberoende internationella undersökningsinstitut såsom Chambers & Partners. ”The team is first-rate and also very experienced. We really appreciate their availability, which is 24/7, and they are very quick in their work.” Client testimony in Chambers Europe, 2017, Private Equity “Compact and dynamic team focusing on mid-market domestic and Nordic deals. An excellent choice for public M&A and private equity mandates”, Chambers Europe, 2015, Corporate/M&A “The team always does an excellent job, and does its best to conclude transactions smoothly”, Chambers Europe, 2014, Corporate/M&A “This transactional boutique has an enviable reputation, with sources highlighting the strength of its team and the consistently accurate advice it provides. It excels in public M&A and counts a number of private equity houses among its clients”, Chambers Europe, 2013, Corporate/M&A “This team is small but doing extremely well in the corporate market”, Chambers Europe, 2012, Corporate/M&A “This prestigious boutique firm focuses on providing high-level corporate law advice, and it is well established in this area. Sources consistently praise the quality of its practice”, Chambers Europe, 2011, Corporate/M&A Assistent @ kntr.se kasa @ kntr.se wistrand @ kntr.se graffman @ kntr.se joensson @ kntr.se kristiansson @ kntr.se lind @ kntr.se poehler @ kntr.se eliander @ kntr.se danhard Vi vill alltid träffa talangfulla jurister som kan bli delar av vårt team. Våra yngre medarbetare får möjlighet att bygga en bred juridisk kompetens inom alla våra praktikområden innan de börjar specialisera sig. Som mindre firma med spännande uppdrag kan vi erbjuda dig möjligheten att arbeta med komplexa och betydelsefulla juridiska frågor i en verksamhet där du blir en viktig medarbetare från första dagen på jobbet. Ansökningsperioden pågår mellan november och januari varje år. Intervjuer sker löpande så ansök gärna i god tid. Vi tror att det bästa sättet att bilda dig en uppfattning om oss är att besöka vårt kontor och träffa några av oss. Om du är intresserad skickar du din ansökan till info@kntr.se.

**id 331**

idag är jag en katt. Finaste kattcapen kom in till Mokkasin idag. I mjukaste plysch och med öron som inte slokar i första taget. Perfekt inför spökerierna på söndag om man bara vill vara söt. Våra utklädningskläder kommer från Den Goda Fen och Krabat, de är så fina och av hög kvalité. Bästa leksakerna ifall du frågar mig. Ni ska se den lilla lejoncapen! I ljusbrun fuskmocka och lurvig päls på huvudet. Urgullig! Upplagd av Anonym27 oktober 2010 20:26 idag är jag en katt. det är dags för fredagsmys.

**id 332**

Lunch för någon timma sedan. Eftersom jag ätit mycket kolhydrater till frukost och jag inte kör gym idag, blev det en lite mer kolhydratfattig, men ändå riktigt god måltid! Jag vispade helt enkelt ihop fem äggvitor, en äggula, lättyogurt, glutenfri lättmjölk, riven kalkon, cayennepeppar, chillipeppar, chicken and steak(krydda, garlic and pepper(krydda) och en liten sked soya och stekte på svag värme i kokosfett. Sedan lite sallad, morötter, gurka, keso, olivolja, äppelcidervinäger, kanel och vaniljkaffe med lite laktosfri lättmjölk och masa vatten! Jag överträffade som vanligt mina förväntningar över hur gott det skulle vara

**id 333**

Heja Abbe.: Storebror funderar över pengar. Storebror funderar över pengar. – Pappa det är konstigt med pengar.– Hur då menar du?– Det är ju bara små plåtbitar med olika mönster på som åker runt jorden.– Tycker du att det är konstigt att men kan handla för dem, menar du?– Ja. Tänk att jag får en tia, den kan ju ha legat i en fontän, varit i Norge eller vad som helst.Andra bloggar om pengar, mynt, plåtbitar, barn, funderingar, norge The Girls Of Florida7 mars 2009 16:19Jag håller med storebror, jag fattar inte heller det där med pengar.SvaraRaderaKarin7 mars 2009 19:37åhåhå "varit i Norge", så sött :-) Er blogg är underbar!.SvaraRaderaHenning7 mars 2009 21:46Men åh, vad fint. Han är så klok, storebror.SvaraRaderaLinda7 mars 2009 22:31Tipsa storebror om det här! Kanske något att hoppas på när sexårsveckopengen kommer!!http://www.e24.se/samhallsekonomi/sverige/artikel\_502559.e24(Vet inte hur man direktlänkar, men kopiera och klistra in funkar också bra... =) )SvaraRaderarisha8 mars 2009 13:35Jag är tveksam till att det finns en bättre blogg med finare ord och citat än Heja Abbe. Iallafall är det min favoritblogg through all times!SvaraRaderaLägg till kommentarLäs in mer... Vill du kommentera men har ingen egen blogg? Inga problem. Välj "Namn/webbadress" under "Kommentera som:" och skriv bara i ditt namn. Eller välj "Anonymt" om du hellre vill det. Abbe är världens finaste kille. En kämpe med ett medfött hjärtfel. En goding med en kromosomavvikelse i bagaget. Här följer mina minnesanteckningar från dagen då Abbe föddes och framåt.....Vill du följa med från början scrollar du ner till botten av bloggen – till mitten av mars 2005. Läser du hellre om hur det är idag, börjar du uppifrån.....Som en vanlig blogg. Om en ovanlig kille. För att få hela bilden av Abbe och den här bloggen är det bäst att läsa allt från början, men det vore lite mycket att begära av alla. Här finns 50 länkar som sammanfattar. Det börjar i mitten av mars 2005 då Abbe föds. Det visar sig snart att han har fel på hjärtat. Storyn fortsätter om hur första tiden på sjukhuset var. Matning, olika specialister, operation och tiden på IVA. Ett inlägg avslöjar varför bloggen heter Heja Abbe. Så småningom visar det sig att hjärtfelet beror på ett kromosomfel som kallas 22q11. Några veckor efter operationen blir Abbe sjuk. Man kommer också på att han saknar en njure, och vi börjar förstå att livet förändrats. Inte långt efter det är det dags än en gång för hjärtoperation. Vi upptäcker allergi och matsvårigheter, och undrar vad mer det kan bli. Abbe utreds, utreds och bryter armen. Vi möts av obehagliga föraningar, men som en skänk från ovan löser det sig på bästa sätt. Abbe har många läkare. Men ändå. Operation nummer tre närmar sig. Efter IVA märks redan stor skillnad. Abbe återhämtar sig fort, men vi är trötta. Nu dröjer det kanske till nästa operation, men Abbe är en aning hospitaliserad. Alla inlägg från den senaste operationen finns under oktober och november månad 2007. Jag upptäcker att bloggen kan göra skillnad och bortsett Abbes alla bravader i sjukvården innehåller bloggen upptåg, tankar och funderingar som han och hans bror har. Och en och annan kärleksförklaring. Välkommen till Heja Abbe.

**id 334**

Portabel AC är för många det enda alternativet när värmeböljan är som värst och senaste åren har det varit extra långa perioder med höga temperaturer. Vanligtvis så ser vi bara korta perioder med höga temperaturer och då är det inte så farligt. Men senaste tiden har värmeböljor sträckt sig över flera veckor vilket då får inomhustemperaturen att öka markant. Värmen hinner alltså inte lämnar möbler, väggar eller husgrund. Inomhustemperaturer på 27-30 grader påverkar en både mentalt och fysiskt. Allt från problem till att sova eller till att ens kunna utföra sitt arbete på kontoret. Värst är det för våra äldre som har det ännu svårare under den värsta värmeböljan, vilket så klart också kan vara väldigt farligt. En portabel AC är det bästa och mest enkla sättet för att få ner temperaturen inomhus till rimliga nivåer. Portabel luftkonditionering kanske inte kan kyla ner ett helt hus eller lägenhet men kan i alla fall ganska enkelt kyla ner små till stora rum. I vårt bäst i test av portabel AC hittar du modeller med olika kapacitet och som passar alla typer av ytor. Woods AC Cortina Silent G – Bästa portabla AC - Bäst i test i Aftonbladets stora test av portabla AC under 2019 - Toppbetyg från kunder som har testat modellen Woods Cortina Silent G är en portabel AC som bland annat har fått bäst i test i Aftonbladets stora test av luftkonditionering under 2019. Enligt deras test så var denna luftkonditionering den mest tystgående modellen med en låg ljudnivå mellan 53 till 64 dB beroende på inställning. Portabel AC som uppfyller EU:s nya miljöregler för 2020 Det är bra att tillverkare som Woods ligger ett steg före gällande de nya miljödirektiven som börjar gälla under 2020. Woods portabla AC Cortina Silent G uppfyller alla de krav som börjar gälla nästa år och som bland annat innebär miljövänligare gas R290 d.v.s. det kylmedium som kyler luften. Bäst i test vinnaren Cortina Silent G är en AC som har hög kylkapacitet och som passar de allra flesta hem eller rum. Med en kylkapacitet på 3500 W så har du en portabel AC som kapabel att kyla utrymmen upp till 35 m². Dessutom är det en modell som är bra mycket tystare än många andra konkurrenter på marknaden. Med en ljudnivå på 53 dB på lägsta nivå och som högst 64 dB vid full kraft. Ett stort plus med denna portabla luftkonditionering är det enkla fönsterkit som medföljer med både luftrör och skena. För de allra flesta fönster så är det bara att klämma fast själva skenan i fönstret och kräver alltså ingen speciellt montering. A-klassad för bra energieffektivitet Just denna modell har också blivit A-klassad i energiklassen energieffektivitet ”EER” d.v.s. Energy Efficiency Ratio och är ett värde du bör känna till när du kollar på luftkonditionering. Just denna modell har ett värde på 2,6 EER. Woods AC Cortina Silent G har också en medföljande fjärrkontroll där du enkelt kan justera önskad rumstemperatur på avstånd. Det finns också funktioner för att sätta på/av, timer, sleep med mera. Woods portabla AC har också en snygg och stilren design som matchar de flesta svenska hem. För dig som tänker förflytta AC:n till olika rum t.ex. till sovrummet under natten så är det enkelt tack vare enheten står på hjul. Det är trots allt en luftkonditionering som väger 33 kg. - Fick bäst i test när Aftonbladet utförde sitt test av portabel AC. - En av marknadens tystade modeller. - Klarar av utrymmen upp till 25-35 m². - Energiklass A med ett EER värde på 2,6. - Låg ljudnivå på 53 dB på lägsta kylningsnivå. - Miljövänlig kylmedia R290 som uppfyller EU:s nya krav för 2020. - Fönsterkit medföljer. - Avfuktningsfunktion. |Elförbrukning||1300 W| |Kyleffekt||3500 W (12 000 BTU)| |Energieffektivitet EER||2,6 - Energiklass A| |Avfuktning||36 liter per dag| |Luftflöde||430 m³/h| |Ljudnivå||53-64 dB| DeLonghi PAC N90 Silent Eco – Kraftfull

**id 335**

Fredagen den 31 maj deltog Kungen och Prins Carl Philip vid Stenhammardagen, som arrangeras av Sveriges Lantbruksuniversitet och Stenhammars... Fredag den 31 maj närvarade Kronprinsessan vid den forskningshistoriska konferensen "Svenskar vid Medelhavet - den arkeologiske kronprinsen och svensk... Onsdagen den 29 maj närvarade Kungen och Prins Carl Philip vid Veterandagen. Kungen förrättade invigningen av veteranmonumentet vid Sjöhistoriska... Tisdagen den 28 maj närvarade Prins Carl Philip vid invigningen av World Veteran Federations konferens Peace & Security Summit på Fotografiska i... Tisdagen den 28 maj hölls en lunch för Indonesiens president Susilo Bambang Yudhoyono med fru Yudhoyono i Prinsessan Sibyllas våning på Kungliga... Måndagen den 27 maj delade Kronprinsessan ut Astrid Lindgren Memorial Award, ALMA-priset, till bilderbokskonstnären Marisol "Isol" Misenta från... Måndagen den 27 maj delade Kungen ut stipendier från Konung Carl XVI Gustafs 50-årsfond för vetenskap, teknik och miljö till 16 unga forskare. Måndagen den 27 maj hölls en avskedsaudiens på Kungliga slottet för H.E. Mr Baldan Enkh, ambassadör Mongoliet. Söndagen den 26 maj närvarade Drottningen vid Childhood-dagen på Gröna Lund i Stockholm. Lördagen den 25 maj invigde Kungaparet jubileumsutställningarna Gustaf VI Adolfs gåva till svenska folket och Krigardrottningen och Kinas bronsålder på... Fredagen den 24 maj närvarade Kungen och Kronprinsessan vid Världsnaturfonden WWF:s årsmöte med efterföljande besök vid Stora Skuggan och... Torsdagen den 23 maj medverkade Kronprinsessan vid OECD-konferensen Cities and Green Growth – Urban Evolution som hölls på Stockholm Waterfront. Torsdagen den 23 maj närvarade Kronprinsessan och Prins Daniel vid Föreningen Svenska Rominstitutets Vänners årsmöte på Italienska Kulturinstitutet i... Torsdagen den 23 maj avslutades Royal Colloquium med en sammanfattande diskussion och ett besök i Kirunagruvan. Onsdagen den 22 maj närvarade Kronprinsessan vid lanseringen av Prinsessan Estelles bönbok, som hölls i Koppartälten, Hagaparken. Onsdagen den 22 maj fortsätter Royal Colloquium vid Abisko forskningsstation. Onsdagen den 22 maj deltog Prins Daniel i den internationella konferensen, Fine-tuning health care - improved outcomes and cost efficiency using... Tisdagen den 21 maj fortsatte Royal Colloquium, nu i Kiruna och på Abisko forskningsstation. Måndagen den 20 maj närvarade Prins Daniel vid invigningen av Kungl. Lawn Tennis Klubbens tennispark. Måndagen den 20 maj öppnade Kungen det 11:e Royal Colloquium i Bernadottebiblioteket på Kungliga slottet. Nu finns Kungliga Hovstaternas verksamhetsberättelse 2012 både som broschyr samt som bläddringsbar version här på hemsidan. Måndagen den 20 maj inleds Royal Colloquium, det tionde sedan 1992. Måndagen den 20 maj tog Kungafamiljen emot svenska ishockeylandslaget Tre Kronor för att gratulera dem till VM-guldet. Söndagen den 19 maj höll Prinsessan Madeleine och Herr Christopher O'Neill en lysningsmottagning på Kungliga slottet under eftermiddagen. Söndagen den 19 maj klockan 11.00 hölls en lysningsgudstjänst för Prinsessan Madeleine och Herr Christopher O'Neill i Slottskyrkan. Med anledning av vigseln mellan Prinsessan Madeleine och Herr Christopher O'Neill lördagen den 8 juni lanseras idag www.kungahuset.se/brollopet Lördagen den 18 maj närvarade Kronprinsessan vid Allmänna Sångens jubileumskonsert vid Uppsala Universitet. Fredagen den 17 maj invigde Kungen utställningen En Kung i tiden — Carl XVI Gustaf 40 år på tronen på Solliden slott. Onsdagen den 15 maj invigde Kronprinsessan utställningen Prinsessan Estelles födelse och dop på Strömsholms slott Lördagen den 11 maj fortsatte Kungaparets resa i

**id 336**

E.2. Bidrag till det här dokumentet Om du har problem eller förslag angående det här dokumentet bör du antagligen sända in om som en felrapport mot paketet installation-guide. Se paketet reportbug eller läs online-dokumentationen för Debians felrapporteringssystem. Det vore trevligt om du kunde kontrollera öppna fel mot paketet debian-installer-manual för att se om ditt problem redan har blivit rapporterat. Om det har gjorts kan du ange ytterligare bekräftelse på problemet eller behjälplig information till <XXXX@bugs.debian.org> där XXXX är numret för den redan öppnade felrapporten. Ännu bättre, skaffa en kopia av DocBook-källan för det här dokumentet och skapa rättningar mot den. DocBook-källan kan hittas på debian-installer WebSVN. Om du inte känner till DocBook, var inte rädd, det finns en enkel lathund i handbokslkatalogen som gör det lättare att starta. Det liknar html men riktar sig mer mot betydningen av texten hellre än presentationen. Rättningar som skickas till sändlistan debian-boot (se nedan) välkomnas. För instruktioner om hur man tar ner källan via SVN, se README från källans rotkatalog. Vänligen kontakta inte författaren av det här dokumentet direkt. Det finns även en diskussionslista för debian-installer som inkluderar diskussioner om den här handboken. Sändlistan är <debian-boot@lists.debian.org>. Instruktioner för prenumeration av den här listan kan hittas på sidan Debian Mailing List Subscription eller så kan du bläddra i Debian Mailing List Archives online. Föregående Upp

**id 337**

Varför behöver jag serviceavtal med revisionsbesök? Kan jag inte bara ringa om larmet går sönder? Av samma skäl som att man har bilbältet på när man kör bil. Man kan inte sätta på sig det efter det att man krockat, då är det för sent. Har du serviceavtal så kontrollerar vi med regelbundna intervall att ditt säkerhetssystem fungerar som det ska. Så att det verkligen fungerar när det behövs t.ex. vid inbrott, rån eller brand. Varför är det dyrare att anlita er utan serviceavtal? Om du har serviceavtal så har vi fullständig dokumentation på din anläggning och vi vet oftast direkt vad som kan vara fel. Allt servicearbete går då mycket fortare och tid är pengar. Dessutom betalar alla med serviceavtal en lägre timdebitering. Varför är det viktigt att ni kommer och tittar till larmet? Det är inte bara larmsystemet i sig som vi ser över. När du fick larmet installerat gjordes det utifrån de förutsättningar som gällde då. Om du därefter möblerar om, bygger om eller gör andra ändringar i miljön så gäller andra förutsättningar och därför måste även larmsystemet förändras för att ge fullgott skydd. Frågor om Larmcentral och väktare Har ni egen larmcentral och egna väktare? Fenix Security är en totalleverantör av hela kedjan från larm till åtgärd. För att kunna vara det köper vi in tjänster från bl.a. larmcentraler och vaktbolag. Du kan självklart köpa alla delarna i en larmkedja separat från varje leverantör, men om du beställer allt från Fenix Security så tar vi ansvar för hela larmkedjan med larm, installation, larmcentral och utryckningar. Du får bästa kvalitet på alla tjänster och ingen fråga kan hamna mellan stolarna. Dessutom är vi marknadsledande med avseende på priset. Varför vill ni ha nycklar till företaget / bostaden? Förutom att snabbt rycka ut till larmobjektet skall väktaren även konstatera varför larmet har löst ut. För att kunna göra det måste väktaren gå in bl.a. för att stänga av larmet och avläsa larmande sektion. Har det varit inbrott eller om det brinner så kanske orsaken kan synas uppenbar. Men den vanligaste orsaken är, tack och lov, inte det. Då orsaken är ett obefogat larm (s.k. falsklarm) ska väktaren se till att den orsaken inte ger fler obefogade larm. Skulle det trots allt ha varit ett inbrott så måste ju väktaren slå på larmet igen och låsa dörren efter sig när han går. Är det säkert att skicka mina nycklar i ert svarskuvert via posten? Tillsammans med det vadderade nyckelsvarskuvertet får du ett instruktionsbrev med en talong. På talongen ska det stå ett nyckelnummer. Talongen ska läggas i kuvertet tillsammans med nyckeln. Observera att du inte ska skriva något namn eller avsändaradress vare sig på eller i kuvertet. Då finns det ingen i hela världen som kan koppla ihop din nyckel med ditt hus eller företag utom vi. Då gör det helt enkelt inget att en nyckel kommer bort. När nyckeln bokats in hos vaktbolaget skrivs ett nyckelkvitto som skickas till dig. Då vet du att nyckeln har kommit fram. Frågor om Bandit skyddsdimma Vad innehåller skyddsdimman? Dimman innehåller vatten och glykol i fördelningen 10% vatten, 10% trietylen glykol samt 80% dipropylen glykol. Är dimman skadlig för människor eller inventarier? Dimman är garanterat ofarligt för människor, djur och lokaler med inventarier/elektronik. Självklart är dimman testad och uppfyller Europanormen EN 50131-8. Efter långvarig exponering kan glas och blanka ytor bli lite matta, men det putsas lätt bort. Utsätts personalen för risk vid rån p.g.a. dimman? Nej, tvärtom. Risk för personalen finns i händelse av hämnd eller att de kan användas för utpressning mot dem själva eller andra (t.ex. gisslansituation). Efter det att dimman startats kan inte personalen påverka, påverkas eller hittas av förövaren. Det gör att personalen blir ointressant av förövaren. Självklart ska personalen ha information om hur de ska sätta sig i säkerhet då dimman löst ut och hur de i övrigt ska gå till väga. Vår erfarenhet är att förövaren omedelbart avbryter rånet och lämnar platsen då dimman löst

**id 338**

Under onsdagen hade ett 60-tal gäster bjudits in till invigningen av Santa Marias lunchrestaurang i Mölndal. Med fokus på inspirerande smaker och en inbjudande atmosfär, hoppas Santa Maria på en strid ström av besökare när man nu öppnar för allmänheten. Relaterat material Visa alla 16 Emma fixar med buffén i Taste by Santa Maria Den 16 juni öppnas Santa Marias lunchrestaurang upp för allmänheten. Men redan dagen innan, onsdagen den 15 juni, smygstartar vi med en VIP-invigning för inbjudna gäster. Tina Andersson kommer att leda Strategy & Growth inom Paulig-koncernen Tina Andersson har utsetts till Senior Vice President för den nyinrättade funktionen Strategy & Growth inom Paulig-koncernen. Relaterat material Tina Andersson Mikael Aru styrelseordförande i Paulig Group Mikael Aru har omvalts till styrelseordförande för det finländska livsmedelsföretaget Paulig Group. I Sverige är det familjeägda företaget främst känt för sina starka varumärken Santa Maria och Risenta. Sedan 2010 ingår Santa Maria i koncernen och 2015 förvärvades Risenta. Sverige är också bolagets största marknad om man ser till antalet anställda. Med anledning av felaktig etikettering återkallar Santa Maria följande produkt: Santa Maria Mynta med bäst-före-datum 2018-08-16. Produkten kan innehålla allergener. Santa Maria ska revolutionera middagsbordet Tio. Så många rätter varierar de flesta svenskar mellan på middagsbordet på veckodagarna. En inte alltför imponerande siffra tycker man på Santa Maria, som under devisen ”No More Boring Meals” lovar att ta upp kampen för mer spännande innehåll på tallrikarna. Relaterat material Visa alla 10 Forskningsteam på Island serveras mat från Santa Marias foodtruck Santa Marias röda foodtruck åker genom isländskt landskap Det var satir. Men det stoppade inte jublet på Santa Maria när nyheten om Hollywoods nya älsklingsdiet spreds. Tex-mex tre gånger om dagen är melodin för Jennifer Aniston och andra kändisar, hävdades det i media världen över. Santa Maria öppnar lunchrestaurang i Mölndal Santa Maria flyttar in i nya lokaler i Mölndal och i samband med det öppnar företaget sin lunchrestaurang för externa gäster. – När vi nu får möjligheten vill vi erbjuda så många som möjligt smakupplevelser à la Santa Maria, säger Kristina Lukes, marknadsförings- och produktutvecklingsdirektör. Rekrytering av restaurangpersonal pågår. ​Återkallelse av Santa Maria Vaniljstång Santa Maria återkallar produkten Vaniljstång i glasburk, med bäst-före-datum 23-11-2018. Det är en försiktighetsåtgärd, då produkten inte uppfyller Santa Marias höga kvalitetskrav. Delar av den aktuella batchen visar tecken på mögel. Santa Maria återkallar Citronpeppar. Det är en säkerhetsåtgärd, då produkten kan innehålla spår av selleri som inte är deklarerad innehållsförteckningen. Det gäller knapp 900 förpackningar på 1250 gram som främst sålts till storkök, men även kan finnas i detaljhandeln. ​Paulig Group utreder förutsättningarna att konsolidera koncernens produktion av Tex Mex-chips Paulig Group har gjort en förstudie om produktionsstrukturen gällande tillverkning av Tex Mex chips inom koncernen. På basen av detta utreder Santa Maria AB, som är en division inom Paulig Group, förutsättningarna för att eventuellt flytta Tex Mex chipsproduktionen från Mölndal i Sverige till Roeselare i Belgien. De fackliga förhandlingarna inleds den 11 mars. Santa Maria utökar listan på återkallade produkter som kan innehålla mandel-protein Den 14 februari återkallade Santa Maria ett antal produkter. Eftersom Santa Maria tar frågor om konsumentsäkerhet mycket allvarligt, har vi fortsatt våra undersökningar, med syfte att vi ska göra allt vi kan för att säkerställa att inga produkter som kan innehålla mandel-protein finns kvar i butikerna. Med anledning av detta har vi beslutat att utöka listan av produkter som återkallas. ​Uppdaterad information om produktåterkallelse av Santa Maria 14 februari återkallades ett antal produkter från marknaden efter att man hittat spår av odeklarerat mandelprotein i laboratorieanalyserna. Efter händelsen har en noggrann granskning inletts av leverantörsledet. Inköpare är på plats

**id 339**

En av ledarna för Röda armé-fraktionen Felix Ensslin (född 1967) Syskon: Michael Biografi[redigera | redigera wikitext] Ensslin växte upp i orten Bartholomä där fadern Helmut Ensslin var präst. Mellan 1960 och 1963 studerade Ensslin språkvetenskap och pedagogik i Tübingen. 1964 studerade hon språkvetenskap i Väst-Berlin. Hennes liv kom att förändras när hon träffade Bernward Vesper, och tillsammans blev de alltmer politiskt intresserade. De gifte sig 1965 och grundade bokförlaget Studio für neue Literatur, som dock endast kom att publicera en bok. De fick en son, Felix, innan Ensslin 1968 lämnade Vesper och följde med Andreas Baader till Frankfurt am Main.

**id 340**

Vår frukost ger dig en god start på dagen och ingår i våra priser. Redan från klockan 05.00 kan du "kallstarta" dagen med ett mindre frukostutbud. Hela vår välsmakande buffé står uppdukad vardagar klockan 06.30-10.00 och lör/sön/ helgdag/sommar 06.30-12.00. Här finner du den vanligaste svenska frukostmaten. Vi har ett varierat utbud av fil, yoghurt, flingor och pålägg. Frukter och grönsaker varierar efter säsong. Vi har flera olika brödsorter, såväl mörka som ljusa och hårda som mjuka. Vi erbjuder även varm frukostmat, med ägg, bacon och prinskorv. Avsluta gärna med en nygräddad, frasig våffla! Vår frukost får dig att orka hela dagen. Välkommen till vår gemytliga SparBar med fullständiga rättigheter. Här slår du dig ner i lugn och ro och njuter av något gott att dricka och äta. SparBar har öppet måndag-lördag 17.00-24.00. För bokade grupper serverar vi vällagad mat i vår trevliga matsal. Du är välkommen till vår reception för att köpa dryck och goda smörgåsar. När vädret tillåter kan du slå dig ner och koppla av på vår möblerade uteterrass.

**id 341**

National Book Critics Circle Award National Book Critics Circle Award är ett amerikanskt litteraturpris i flera kategorier, som delas ut varje år av National Book Critics Circle till litteratur som publicerats på engelska. Första gången priset utdelades var 1975.

**id 342**

Snöslunga TORO SnowMax 724 QXE | Spånga Järn & Färg AB Ute efter en snöslunga som är så lättanvänd att vem som helst kan sköta den, samtidigt som den lätt klarar uppfartens snö? Då är Toros nya SnowMax snöslungan för dig! -Perfekt för villaägare som letar efter en snöslunga som tar sig fram genom djup snö men ändå är smidig och lätthanterlig! Toro SnowMax 7.24 QXE har en slitstark Toro OHV motor, 61 cm röjbredd och en kastläng på upp Toro SnowMax 7.24 QXE är utrutstad med praktisk el-start och den RÖJBREDD, KASTLÄNGD: 61 cm, 12 meter BRÄNSLETANK: 2,2 l ÖVRIGT: Automatic Drive System (ADS) SÄLJES ENDAST I BUTIK! Pris: 11 995 kr spangajarn.se Leverantörer

**id 343**

Aktuella händelser 2011 Kronprinsessparet besöker Tyskland - dag 4 Fredagen den 27 maj avslutade Kronprinsessparet sitt Tysklandbesök i Berlin. Kronprinsessparet besöker Tyskland - dag 3 Drottningen invigde verksamheten vid Gillbergcentrum Torsdagen den 26 maj invigde Drottningen verksamheten vid Gillbergcentrum för neuropsykiatri. Kronprinsessparet besöker Tyskland - dag 2 Onsdagen den 25 maj inleddes Kronprinsessparets andra dag i München, Tyskland. Kungaparet besökte Nykvarns kommun Onsdagen den 25 maj besökte Kungaparet Nykvarn kommun. Läs mer Tisdagen den 24 maj besökte Kronprinsessparet München på sin fyra dagar långa officiella resa i Tyskland. Drottningen närvarade på Childhood-dag Söndagen den 22 maj närvarade Drottningen på Childhoods heldag på Gröna Lund. Läs mer Kronprinsessparet besöker Ockelbo - dag 3 Lördagen den 21 maj avslutade Kronprinsessparet sitt besök i trakterna kring Ockelbo. Kronprinsessparet besöker Ockelbo - dag 2 Fredagen den 20 maj fortsatte Kronprinsessparet sitt besök i trakterna kring Ockelbo. Kronprinsessparet besöker Ockelbo - dag 1 Torsdagen den 19 maj inleddes Kronprinsessparets besök i Ockelbo. Högtidliga audienser Torsdagen den 19 maj hölls högtidliga audienser på Kungliga slottet. Läs mer Kungen och Kronprinsessan närvarade på Nobelsymposium Tisdagen den 17 maj öppningstalade Kronprinsessan under invigningscermonin av det tredje Nobel Laureate Symposium. Film från Royal Colloquium 11-13 maj genomfördes Royal Colloquium på Gripsholms slott. Läs mer Kronprinsessan delade ut utmärkelse på Kyrkans världsdag i Uppsala Lördagen den 14 maj delade Kronprinsessan ut utmärkelsen "Årets insamlande församling inom Svenska kyrkan" till Grundsunda församling i Härnösand... Sommartider på Kungliga slottet – extra öppethållande och utökat program Lördag den 14 maj inleds sommarsäsongen på Kungliga slottet, med utökat öppethållande, beriden högvakt och samtliga besöksmål öppna. Passa på att se... Torsdagen den 12 maj inleddes den andra dagen av det 10:e Royal Colloquium på Gripsholms slott. Prins Daniel besökte Folkhälsoinstitutet och Nationellt Vintersportcentrum Onsdagen den 11 maj besökte Prins Daniel Folkhälsoinstitutet och Nationellt Vintersportcentrum i Östersund. Onsdagen den 11 maj inleddes det tionde Royal Colloquium på Gripsholms slott, Mariefred, i närvaro av Kungen och Kronprinsessan. Kungen delade ut 2011-års Crafoordpris i biovetenskap till Ilkka Hanski Tisdagen den 10 maj delade Kungen ut 2011-års Crafoordpris i biovetenskap till Ilkka Hanski vid Helsingfors universitet under en ceremoni på Kungl.... Prins Daniel besökte Råbyskolan tillsammans med socialministern och Folkhälsoinstitutets generaldirektör Måndagen den 9 maj besökte Prins Daniel Råbyskolan i Upplands-Bro tillsammans med socialminister Göran Hägglund och generaldirektören för... Kungen gav företräde för Peter Englund Måndagen den 9 maj gav Kungen företräde för Svenska Akademiens ständige sekreterare Peter Englund. Torsdagen den 5 maj besökte Prinsessan Madeleine ett Detention Center, beläget i en förort öster om San Francisco. Läs mer Statsbesök i Polen - dag tre Fredagen den 6 maj inleddes den tredje och sista dagen av statsbesöket till Polen med ett besök i staden Wroclaw i västra Polen. Statsbesök i Polen - dag två Torsdagen den 5 maj inleddes den andra dagen på statsbesöket med ett besök på Marie Sklodowska Curie museet. Statsbesök i Polen inlett Onsdagen den 4 maj inleddes statsbesöket till Polen. Den svenska regeringen representeras av utrikesminister Carl Bildt, närings- och energiminister... Kungen planterade lind i sista etappen av lindallén på Drottningholm Tisdagen den 3 maj planterade Kungen, tillsammans med generaldirektören för Statens fastighets

**id 344**

Karin har inte bara skrivit lyrik, romaner, essayer och noveller. Hon har också skrivit många teaterpjäser och översatt både lyrik och prosa, berättar Karin Boyes 89-åriga bror i denna personliga intervju. Vem känner idag till att Karin Boye översatt ett flertal verk av Gladkov och Thomas Mann eller att hon tillsammans med Frieda Uhl, Strindbergs andra hustru, spökskrivit dagboksanteckningar.AV RUNE TIDEHOLM Ulf Boye, Karin Boyes fyra år yngre bror, växte liksom Karin upp i villa Björkebo i Huddinge utanför Stockholm. Han stod under Karin Boyes levnad sin syster mycket nära och har efter hennes död aktivt bidragit till att hålla minnet av skaldinnan levande. En söndag i mitten av september 1993 for jag för Parnass räkning ut till Ulf Boyes bostad på Lidingö, för att genomföra och dokumentera denna mycket personliga intervju. Kan du närmare beskriva din och Karin Boyes far? Vem var han? Min far föddes 1857. Efter Högre Realläroverket i Göteborg och Teknologiska Institutet i Stockholm, senare Tekniska Högskolan, utexaminerades han som civilingenjör. Han anställdes som ritare och konstruktör vid Kockums i Malmö men kom snart till sin fars bolag, brand- och livförsäkringsbolaget Svea i Göteborg, där min tysklandsfödde farfar var verkställande direktör. Min far blev så småningom vice direktör i försäkringsbolaget. Han var oerhört ärlig och rättrådig. Detta ledde till konflikter med bolagets styrelse, då han gärna ville ge en försäkringstagare rätt. Han var kolerisk och häftig och blev obekväm för bolaget. Slutligen blev han utmanövrerad och anställdes då i Kungl. Försäkringsinspektionen i Stockholm, dit familjen flyttade 1909. Och vem var er mor - Signe Boye? - Min mor föddes 1875. Det var alltså en åldersskillnad på 16 år mellan mina föräldrar. De hade träffats på försäkringsbolaget Svea, där min morfar var bolagets sekreterare. Mormor hade dött, när mor var bara sju år gammal. Morfar gifte sig med en flicka som bara var 11 -12 år äldre än min mor, Signe. Min mor och hennes styvmor tyckte aldrig om varandra. Mor beundrade däremot morfar väldigt mycket. Hur många syskon var ni? - Mina föräldrar gifte sig i oktober 1899. Karin föddes den 26 oktober år 1900. Sedan föddes Sven, min bror, i januari 1903 och jag själv i augusti 1904. Karin var alltså nästan fyra år äldre än jag. Mor var musikalisk och språkbegåvad, talade engelska, tyska och franska och lärde sig esperanto, då hon var 60 år gammal. Båda föräldrarna var frisinnade, liberala med modern livssyn. I Huddinge bildade min mor en föreläsningsförening och ordnade med det första lånebiblioteket där. Hon kom in i kommunfullmäktige, när vi fick kvinnlig rösträtt. Vi hade ett mycket stort bibliotek hemma och far hade varit bokhandeln Gumperts största privata kund i Göteborg. Han var en engagerad människa, socialt och kulturellt. Han var musikälskare, men ändå omusikalisk. Han älskade också att vara ute i naturen. Varje kväll läste far högt ur romaner och lyriksamlingar. Hela familjen satt samlad runt aftonlampan. T o m. hunden satt på en stol. Jag förstår inte hur vi hann med våra läxor. Det var mycket intressant som vi fick i oss på det sättet. Vi gick ofta på konserter, på operan och på de flesta av Stockholms teatrar. Hur var Karin Boyes uppväxt? - Det var ingen stor åldersskillnad mellan oss. Innan Karin började skolan, var hon mycket självmedveten, karsk och egoistisk. För henne gällde "mest, bäst, störst, först". Fick hon inte sin vilja fram, kunde hon hota: "Nu blir det skrik!" Under skoltiden blev hon annorlunda. Hon blev tillbakadragen, asketisk, hänsynsfull - nästan så att det blev obehagligt. Hon var oerhört opraktisk, tafatt liksom sin pappa. Hon lärde sig läsa på egen hand vid fem års ålder. Hon började skolan i Göteborg. När hon vid nio år kom till Stockholm, började hon i Åhlinska skolan, där hon tog studentexamen 1920. År 1915 hade familjen

**id 345**

Till 2020-års lotteri är vi så glada att ha Brittas broderi "Skymning" som förstapris. Brittas bilder är miniatyrvärldar formade med nål och tråd. De innehåller scener ur vardagen, politiska reflektioner och berättelser om samisk kultur och historia. Den storslagna naturen och det gnistrande vinterlandskapets vita snö är ständigt närvarande. I över fyrtio år har Britta Marakatt Labba broderat sina bilder. Men det krävdes ett internationellt genombrott för att hon skulle slå igenom stort i Sverige. Efter sitt deltagande i den prestigefyllda utställningen Documenta är hon idag högst efterfrågad och hon anses vara en av Sveriges största samtidskonstnärer. Hon har mottagit ett flertal viktiga priser; bland annat Illis quorum (2017). 2019 var hon nominerad till Dagens Nyheters Kulturpris och mottog Stig Dagermanpriset.

**id 346**

För brädspelet som fram till 1990-talet såldes som Alfapet, se Scrabble. Alfapet, ibland kallat nya Alfapet, är ett korsordsspel skapat och tillverkat av Alga. Det bygger på spelet Scrabble som Alga tidigare licenstillverkade med det svenska namnet Alfapet. När Mattel på 1990-talet köpte rättigheterna till Scrabble utanför Nordamerika förlorade Alga licensen till spelet, men behöll rättigheterna till namnet Alfapet. De skapade då ett nytt, liknande spel med samma namn. Det gamla Alfapet-spelet säljs i Sverige i dag av Mattel som Scrabble.

**id 347**

Rycker till ljudet av en kraftig smäll, krossat glas och ett tjutande billarm. Mitt billarm, visar det sig när jag rusar upp och tittar ut på gatan. Jag ser också en kille som stannat moppen brevid min bil. Ner och ut på gatan. Grannen kommer över och en man jag inte träffat tidigare kommer fram och berättar att mopedisten som kört förbi honom i ilfart var i 45-års åldern... Tjuven visar det sig, och inte som jag trodde en omtänksam förbipasserande. Okej - jag är godtrogen. Där står vi en stund och förundras över varför någon slår in en ruta på en bil mitt bland folk. Jag plockar upp en plastmapp från marken med kommunala handlingar i. De ville han tydligen inte ha... Ville han bara smasha rutan eller vad ville han ha i min bil? Min träningsväska är tjuvens byte. Min träningsväska (!) Vad har man i den? o ett par väl använda träningsskor (hoppas de luktar illa!) o ny sport BH o nya träningsbyxor o ny top o necessär med allt smink (använder inte överdrivet mycket men...) o schampo & balsam (nyköpt hos frisören förra veckan) o bodylotion o handduk förstås o min pulsklocka ...och säkert lite till jag inte minns nu... Ringa verkstaden för att fixa rutan. Inga problem de tar emot direkt. Lämna bilen, lånebil (Toyota Prius) under tiden. Polisanmälan på nätet tar evigheter att fylla i. Ringer försäkringsbolaget. - Var hade du parkerat bilen? undrar försäkringstjänstemannen - Utanför huset, svarar jag - Ledsen, då gäller inte försäkringen, säger hon (och låter inte särskilt ledsen) man ska ta med sakerna in, fortsätter hon sedan käckt. - Men vad hade hänt om jag lämnat väskan i bilen medan jag gick in för att hämta resten av packningen, undrar jag lite försiktigt. - Nej, tyvärr, inte då heller. Varför betalar men en massa pengar varje år i premie på en hemförsäkring om den inte hjälper när man behöver den? Jag blir så himla förbannad. Andrahandsvärdet på prylarna i min träningsväska är inte särskilt stort - men att återställa bilen och ersätta väskan med innehåll tar ork, kraft, energi och kostar givetvis pengar. Allt detta för att en idiot tyckte att han hade rätt att slå in rutan på min bil. ------------------ intressant? billarm, hemförsäkring, tjuv,

**id 348**

Övriga knappval är öppna som vanligt. En tekniker kommer ha beredskap under mötestiden. Beredskapen syftar till att hjälpa brukare i akuta situationer där ärendet inte kan vänta tills efter mötestidens slut. De hjälpmedel som omfattas av beredskapen är sängar och lyftar. För att komma i kontakt med tjänstgörande tekniker ring Hallands sjukhus växel, 035 13 10 00.

**id 349**

- Schaefer, Karin (form) / Danielsson, Malte (foto) Har du också fått lära dig att det är fettet man ska undvika? Tvärtom - genom att äta mycket fett och istället dra ner kolhydraterna till ett minimum går du ner i vikt. LCHF-kosten har snabbt blivit oerhört populär i takt med att allt fler människor har upptäckt hur bra de mår av den och hur lätt det är att gå ner i vikt. LCHF står för Low Carb/High Fat, dvs liten andel kolhydrater och hög andel fett. I boken förklaras vad LCHF är, vad skillnaden är mellan GI och LCHF och för vilka människor som LCHF-kosten passar. Författaren tar även upp sådant som träning och LCHF, hur ofta man bör äta och vilken mat man ska undvika. I boken hittar du 100 recept med minimalt med kolhydrater, mycket fett och naturliga proteinkällor långt ifrån halvfabrikat, lightprodukter, onödiga tillsatser, socker, vetemjöl och transfetter. Saknar du potatis, pasta, bröd och kakor kan du göra varianter utan kolhydrater, t ex blomkålsmos, grönsaksspagetti, nötbollar och pizza, kex och bröd utan mjöl. Boken innehåller 100 recept för frukost, mellanmål, luncher, middagar och desserter. Låt dig inspireras av de läckra recepten och fina bilderna! Bra, med vettiga recept och ingredienser som inte är för svåra att få tag i även i en liten stad. Tackar särskilt för lite godisrecept i slutet. Däremot var förordet i första boken av stort värde och kunde gott ha upprepats här. Lite för "ostrikt" LCHF, synd för annars är det en mycket trevlig ansats men jag förstår att det inte är lätt att hitta balans. Eftersom jag räknade flera recept konstaterade jag att det fanns fler kolhydrater än vad som sägs. T. ex. på sidan 37, "Våfflor utan KH". Jag räknade att man har för hela mängden 28 g KH. Det betyder nästan 5 g KH. När man äter efter Sten Sture Skaldemanns programmer då måste man akta på KH. Man kan inte säga "utan kolhydrater" om man ändå hittar det. Jättefina recept som jag återvänder till även när jag inte strikt går efter LCHF, de är så goda att det inte märks att kolhydraterna saknas. Vill man kan man ju alltid lägga till något vid sidan ändå. Bra och fin bok. Men författaren kan för lite fortfarande. Tex heter ett recept "våfflor utan kolhydrater". Våfflorna innehåller 400 gram mixade mandlar så naturligtvis blir det en massa kolhydrater. En musli innehåller 3 dl bovete och jag vill minnas att just bovete innhåller rätt mycket kolhydrater, tror ca 70-75 gram per 100 gram. Överlag är recepten för fettsnåla, så man kan ju reglera detta själv. En kokbok med mycket inspiration, både vanliga och lite ovanligare rätter. Någon rätt innehöll lite lite fett eller lite mycket kolhydrater men det kan man ju lätt byta ut själv om man har lite grundkunskaper om kosten. Jag har lagat mat från denna bok i sommar och har blivit jättepopulär här hemma, lättlagade och goda recept. Jag köpte Ulrikas bok som min första LCHF-bok och tyckte den var ok från början. Men nu har jag bläddrat i massa andra LCHF-böcker och tycker inte att den är lika bra. Det är i princip vanlig mat fast man bara struntat i potatisen, riset, eller pastan. Kött med sås liksom, det kan man ju göra ändå. Jag vill ha rätter som är mera kompletta och där det finns bra motsvarigheter till bröd. På många sätt en trevlig bok med inspirerande recept. Men - de innehåller alldeles för lite fett och ibland väl mycket kolhydrater. Man bör i de flesta recept öka på fettinnehållet rätt rejält. Vill man ha en bok om "riktig" LCHF-kost, och framförallt om man är nybörjare, så rekommenderar jag att man väljer någon av de andra böcker som finns på svenska! Jag har många av Ulrikas kokböcker och den här tycker jag är den bästa. Vill man prova LCHF kost så köp den här kokboken, det är goda lätt lagade recept som hela familjen gillar. Helt super bra kokbok.. Har testat flera rätter och vi är mycket nöjda, gott gott.. :) En riktigt inspirera

**id 350**

Symfoni No. 40 g-moll, K. 550. Komponerad av Wolfgang Amadeus Mozart år 1788. Kallas allmänt Stora g-mollsymfonin till skillnad från Symfoni No. 25 G-moll, Lilla g-mollsymfonin. Inte minst huvudtemat i första satsen är välkänt: Denna symfoni, fullbordad den 25 juli 1788, är Mozarts andra och sista i molltonart, båda i g-moll. Den skrevs ursprungligen för flöjt, 2 oboer, 2 fagotter, 2 horn och stråkar, men senare instrumenterade Mozart om verket och tillfogade klarinetter. Det är en stor kontrast mellan detta verk och den ljusa Ess-dur-symfonin fullbordad en månad tidigare. I likhet med lilla g-mollsymfonin från 1773, är symfonins enda ljusa inslag menuettens trio.

**id 351**

Nedan finner du all viktig information du behöver för att planera och starta i vår tävling. Läs noga! Dyker det upp några frågor du inte finner svar på nedan kontakta oss på mail: malmo@svensktriathlon.orgOavsett om det är första gången du startar i en triathlontävling eller om du tillhör eliten är säkerheten lika viktig. Vi uppmanar dig därför särskilt att vara påläst om Start-PM och reglerna. Viktig information tävlingsområdet Malmö Triathlon kommer att genomföras i Hamnbassängen för simningen och på delvis avstängda gator i centrala och östra Malmö vad gäller cykling och löpning.Växlings- och målområdet för senior, junior 18-19 år, ungdom 16-17 år och pojk/flick 14-15 år ligger på Posthusplatsen.Växlings- och målområdet för master, motion och Tri4fun på Skeppskajen. nummerlappar Torsdag 1/8kl.12:00-19:00i sekretariatet på tävlingsområdet på Posthusplatsen Fredag 2/8kl.12:00-19:00i sekretariatet på tävlingsområdet på Posthusplatsen Lördag 3/8kl. 08:00-19:00 i sekretariatet på tävlingsområdet på Posthusplatsen Söndag 4/8 från kl. 07:00fram till 1,5 timme innan din starttid i sekretariatet på tävlingsområdet på Posthusplatsen För att undvika kö på tävlingsdagen kan vi varmt rekommendera att hämta ut nummerlappen innan tävlingsdagen!Kom ihåg att ta med legitimation för att få ut din nummerlapp som måste hämtas personligen\*. \* För Stafett ska nummerlapp hämtas av den som gjort anmälan.\* För Tri4fun ska nummerlapp hämtas av målsman med sin legitimation. Efteranmälan är öppen bara för Tri4fun klasser i mån av plats vid nummerlappsutdelningen under torsdag den 1 augusti och fredag den 2 augusti. Se öppettider under nummerlappsutdelning. OBS! Det är begränsat med platser och det går inte att reservera, först till kvarn gäller! Ingen efteranmälan för övriga klasser. Notera att anmälan stängde 21 juli. Nummerlappen får inte bäras under simning, vikas, klippas eller göras osynlig. Nummerlappen ska bäras bak under cykling och fram under löpning. För din egen säkerhet, skriv namn och telefonnummer till anhörig på baksidan av nummerlappen. Deltagre i Tri4fun, skriv namn och telefonnummer för vårdnadshavare eller för den vuxna som ansvarar för barnet under tävlingen. Vi rekommenderar att du fäster nummerlappen i ett gummiband eller race belt runt magen, då kan du ha lappen på ryggslutet under cyklingen och sedan vrida fram den till magen när du växlar till löpning. I tävlingsklasserna Senior, Junior, Ungdom och Pojk/Flick behöver du inte använda nummerlapp om du har en tävlingsdräkt där ditt efternamn är tryckt med versaler (stora bokstäver) fram och bak, och är det dominerande trycket. Typsnittet ska vara Arial. Är du osäker på om din dräkt är godkänd, kontakta huvuddomare på plats. Race belt finns till försäljning i sekretariatet. Tidtagningschip och Kardborreband Bandet med chipet ska vara fäst längst ner på vänster vrist under hela loppet. Inget chip = Ingen tid Kontrollera särskilt att chipet sitter kvar efter att du tagit av dig ev. våtdräkt. Gå inte på tidtagningsmattorna innan du startat! Om du inte lämnar tillbaka ditt chip till funktionärerna vid målgång blir du debiterad 500 kr Badmössa Det är obligatoriskt att använda badmössan som du blir tilldelad. Klisterlappar I kuvertet finner du tre stycken klisterlappar:En för cykeln, fästes på sadelstolpens vänstra sidaEn för hjälmen, fästes på hjälmens vänstra sidaEn för väskan, används för markering av din väska för väskinlämning licens Deltagare i tävlingsklasserna (Pojk/Flick 14-15 år, Ungdom 16-17 år, Junior, Senior och Masters) måste ha tävlingslicens. I motionsklasserna kan du tävla utan licens och du behöver inte vara ansluten till någon förening. Om du inte har licens men ändå vill ställa upp i tävlingsklass kan du köpa en endagslicens på plats för 200 kronor. För att få lösa tävlingslicens krävs att

**id 352**

Försäljning Villa, Italien, Rom, Campagna, via firenze 4,907,012.00SEK Försäljning Villa 130 m² Fristående villa i två plan, nybyggda, bestående av veranda och två pergolor, bottenvåningen vardagsrum med öppen spis kök badrum med dusch, första vå...

**id 353**

Sverige, Örebro—Kyrkoböcker till 1860 [Del 6] Projektets hemsida 1. Lysning och vigsel 01 2. Lysning och vigsel 02 Svårighetsgrad: Medelsvår Detta projekt kan rekommenderas för frivilliga som känner till indexeringsprocessen och är vana med att använda indexeringsprogrammets olika funktioner. Utmärkande för detta projekt Delvis äldre material, ibland svårlästa Upp till 50 poster per bild Flera olika format på dokumenten Upp till 19 fält att indexera för varje post Kyrkoböckerna är handskrivna och kan ibland vara svårlästa. Projektet har tre huvudtyper av dokument: Födelse och dop, Lysning och vigsel samt Död och begravning. Det krävs noggrann granskning av materialet för att bestämma typ av dokument eftersom det finns ett stort antal varianter på utformning. Det finns t ex format som tabeller eller paragrafer. Kolumner saknar ibland rubriker i tabellhuvudet som beskriver innehållet. Ordningen på uppgifterna som ska indexeras varierar ifrån dokument till dokument. Projektspecifik instruktion för indexering - för detta projekt Allmän instruktion för indexering - för alla projekt Indexeringsregler – fält för fält - utskriftsvänlig version av hjälptext Projektrevideringar - aktuell information, frågor och svar rörande detta projekt; uppdateras vid behov Begränsningar i tillgång Det kompletta registret för detta projekt kommer att vara fritt tillgängligt för allmänheten när samlingen är publicerad. Bilderna kommer att finnas på Riksarkivet/SVAR's hemsida. Behöriga användare kommer att ha fri tillgång till bilderna via FamilySearch Record Search hemsida. Övriga användare måste teckna abonnemang för att få tillgång till bilderna. Behöriga användare är aktiva indexerare, medlemmar i Jesu Kristi kyrka av sista dagars heliga och forskarbesökare vid något av kyrkans 4600 family history centers. Om du inte redan har gjort det, registrera dig som frivillig indexerare för att hjälpa till med detta projekt. För att registera dig,klicka här. För att hjälpa till med detta projekt, logga in i indexeringsprogrammet, klicka på knappen Download From... (ladda ned från), och välj därefter projektets namn från listan.

**id 354**

Öka din försäljning idag! Med Sveriges största säljutbildning. THE ACADEMY. The Academy är Sveriges största säljutbildning. I ett medlemskap ingår tillgång till över 350 säljvideos på vår utbildningsplattform, 50 säljföreläsningar per år med Mikael Arndt, 50 tillfällen med gruppcoaching och biljetter till Sveriges största event för säljare med några av Sveriges och världens främsta föreläsare inom försäljning, Closers Only. “Jag var Europas bästa säljare 2018 och tog nytt rekord för hela företaget på sommar tävlingen som är 10 veckor lång över 8 länder. Jag trodde jag var komplett. Jag har nu tack vare dig 3 dubblat försäljningen sen dess som redan då va SKYhög! Anledningen till detta är för att man hamnar i rätt modus på morgonen med dina videos. Sjukt mycket value och så mycket tips som många ”duktiga” säljare egentligen vet om men man bara inte använder fullt ut.” ETT MEDLEMSKAP I THE ACADEMY BESTÅR AV 4 DELAR VIDEOPLATTFORM Vi har samlat 350 säljvideos på en plattform för att göra det enkelt för dig att plugga försäljning. Du har tillgång till 50 live föreläsningar inom försäljning med Mikael Arndt varje år. GRUPPCOACHING Du har vid 50 tillfällen/år möjlighet att ställa dina frågor om sälj direkt till Mikael Arndt. EVENT Lyssna till några av Sveriges och världens främsta föreläsare inom sälj på Oscarsteatern 2ggr/år. "Jag sålde 9 gånger min budget” THE ACADEMY INNEHÅLLER ÖVER 350 VIDEOS I 25 OLIKA KATEGORIER. Här nedanför ser du alla kategorierna som ingår i The Academy. Klicka gärna in på kategorierna för att läsa mer om vad som ingår, vad du kan förvänta dig att lära dig och se mer information om några av videosarna som ingår i just den kategorin. INTRODUKTION MÅL THE ACADEMY FÖR DIG SOM HAR SÄLJARE. Om du är försäljningschef, ägare, VD, teamchef så är The Academy ett fantastiskt verktyg för att förenkla ditt arbete. Det finns ju så många olika användningsområden för den kunskap och de verktyg du får med till dig själv och dina säljare. Som försäljningsansvarig så har du levt i verkligheten i många år så du vet hur det är när en säljare som säljer fantastiskt bra helt plötsligt slutar eller när en säljare helt plötsligt slutar att leverera. Den vanligaste anledningen till att en säljare slutar eller inte levererar är för att de inte känner att de växer. Att utbilda sig inom sälj är därför ett sätt att motivera dina säljare så de dels vill stanna kvar längre men också självklart för att prestera bättre. Här hittar du en snitslad bana till succé i försäljningen! Att plugga försäljning ökar försäljningen. Enligt forskning från Harvard Business School så räcker det att plugga försäljning 30 minuter om dagen för att dubbla sina försäljning på 6 månader. Fördelen med att jobba som säljare är att du kan bestämma din egen lön, presterar du bättre så tjänar du mer. Därför har vi valt att samla över 250 videos i 24 olika kategorier som alla har som mål att öka din försäljning. Utbildningen innehåller allt från hur du skapar ett framgångsrik mindset till hur du besvarar de vanligaste invändningarna och hur går går på avslut på bästa sätt. SE 2 VIDEOS FRÅN THE ACADEMY REDAN IDAG. MIKAEL ARNDT. Mikael Arndt har haft över tusen säljare i 3 olika länder och som mest hade han 300 säljare samtidigt. Han var bäst i Sverige i över 15 års tid innan han sålde företaget. Mikael har över 40 års erfarenhet av försäljning och har de senaste 20 åren föreläst för säljare runt om i stora delar av världen. Mikael har föreläst i över 20 länder från London till Moskva och Maputo i Moçambique. Google, SkandiaMäklarna och SEB är några av företagen som Mikael har föreläst för de senaste åren. Mikael har kunder i alla branscher från gym, mäklarkedjor och mediabolag till banker och säkerhetsföretag. Mikael är Sveriges främsta föreläsare inom försäljning när det kommer till att skapa verkliga resultat. Mikaels största passion är försäljning och resultaten du får när du pluggar försäljning dagligen! Kontaktuppgifter: 0733-508 725, [email protected] NÅGRA AV MIKAELS KUNDER: Öka din försäljning med en av Europas bästa säljtränare, Mikael Arndt. Få tillgång till allt du behöver veta om försäljning i ett online bibliotek med över 250 videos. De

**id 355**

Katolikskräck och "ny" ekumenik i het debatt... Den senaste tiden har det debatterats än mer intensivt om "den nya ekumeniken", under det att katolikskräcken har brett ut sig i bloggkommentarerna. Många bloggare tar upp ryktena kring Livets Ords närmande till katolska kyrkan, bl.a. David, Aletheia, Andy samt Carl-Henrik som skriver här och här. Nu har även Dagen haft flera artiklar om ämnet. Läser först S-E Daniel Nilssons artikel som satte ny fyr på tidningsdebatten. Tycker att det är märkligt resonerat - som att ekumenik bara gäller på lokalplanet - och som om ökad officiell kristen enhet skull splittra? Gällde Jesu bön "att de alla ska vara ett" bara lokalt? "Än finns det tid att undvika den splittring som med nödvändighet kommer av tal som uppfattas som ett doktrinärt närmande till Katolska kyrkan. Än går det att i huvudsak fokusera på verklig ekumenik, den som sker bland gräsrötter på det lokala planet, och förklara att det sagda varit privata åsikter och inte tänkta som biskopslika uttalanden om vart hjorden ska fösas. Sker inte detta kommer söndring. Och det skulle bli ett allvarligt hinder för att en väckelse äntligen ska komma i Skandinavien. Splittring kommer nämligen att uppmärksammas av medier och icke-troende långt mer än något korporativt närmande någonsin kommer att göra. Vi har allt att vinna och mycket lite att förlora på att låta gamla tvistefrågor vila." Tycker att det är märkligt resonerat - som om ekumenik bara gäller på lokalplanet - och som om ökad officiell kristen enhet skulle splittra och t.o.m. hindra väckelsen!? Gäller Jesu bön att vi alla ska vara ett bara lokalt? Säger han inte att världen ska tro om vi blir ett? Så länge vi är splittrade framstår den kristna tron som något den inte är. 1970-talet, som artikelförfattaren hänvisar till, är sedan länge förbi. Tiden var inte mogen för en officiell enhet innan gräsrotsekumeniken hade tagit fart. Situationen är närmast den motsatta nu. Många av oss gräsrötter längtar efter mer enhet än kyrkoledarna ännu lyckats åstadkomma. Han skriver sedan om katolska traditioner som något som inte går att rubba. Det är inte sant - en del kan och bör justeras i ekumenisk anda - men det bör ske i form av ett ekumeniskt kyrkomöte. Författaren glömmer också att protestantiska kyrkor och samfund är minst lika bundna av sina traditioner - fast de inte kallar dem så, och därför inte ser dem. Vilken lutheran är beredd att ge med sig på någon för reformationen livsviktig punkt? Per Beskow svarar från katolskt håll på artikeln, med bl.a. uttalanden som detta: "Det kristna livet kan enligt katolsk syn inte skiljas från kyrkan, den levande gemenskap som Kristus skapade när han kallade sina lärjungar. Dess sammanhållning har brutits genom protestantismen, där nya förkunnare och nya läror har splittrat de kristna i otaliga samfund. Att kyrkan är en enda finner vi uttryckt i Jesu avskedstal till lärjungarna och på många ställen i Paulus brev. Enligt katolskt synsätt är detta inte bara ett ideal eller en önskedröm utan en realitet som finns förkroppsligad i den katolska kyrkan med dess hierarkiska organisation och konkreta sakrament. Däremot kan Gud verka långt utanför dess gränser. Anden blåser vart den vill, och under kan ske där det finns troende människor, men kyrkans enhet är ett grundprincip som man aldrig kan kompromissa med." Detta menar jag är ett exempel på var den katolska inställningen behöver justeras. Kyrkan är en - men inte endast katolsk (utom i betydelsen allmännelig). Den katolska kyrkan må vara en organisatorisk och andlig enhet - men den kan inte vara sig själv nog, som den enda autentiska Kyrkan, som ensam menar sig ha hela sanningen. Där skulle jag önska mer katolsk ödmjukhet och öppenhet för vad andra kristna har att bidra med i form av gåvor och in

**id 356**

Ett sätt att njuta av den kalla och mörka hösttiden är att mysa till det hemma. Varma textilier som kuddar och filtar tillsammans med en öppen brasa eller tända ljus är något som alltid funkar. Härligt är också att ta in lite natur som kvistar, grenar, löv m m. Har man inga moraliska aspekter på djurhudar så kan det också skapa en varm och mysig känsla. Bilder från Sarah Kaye.A way to enjoy the dark period of the year is to make your house cosy. With a lot of cushions and warm fabrics together with a fire or lots of candlelight you can create a nice and cosy place. If you don't mind animalskin like cowskin this will also add to the feeling. Images Sarah Kaye. Fåtöljer, Underbar inspiration! Jag har nominerat dig till en av de bästa inredningsbloggarna som finns. Gå till min blogg och läs mer och nominera någon du tycker är värd det! Hellre äkta plast än djurhud på golvet... Annica, vad... oj, verkligen. Vad glad jag blir. Ska genast gå in och rösta jag också! Här handlar det mesta om inredning. Ofta i en ren och enkel stil, neutrala färger med inslag av natur, ibland mixat med lite industri. Låt dig inte luras av rubriken… det mesta är faktiskt grått. ...

**id 357**

För en hemanvändare kan det vara lite komplicerat, men det är inte så läskigt. Låt oss säga att något bröt i datacentret, och det är natt ute och du är redan hemma. Naturligtvis vill du inte gå till jobbet i mörkret. Men du kan inte ansluta till datacentret på distans. Det är där VPN klienten hjälper. Du installerar bara ett speciellt program, loggar in på det och får tillgång direkt till datacentret (som om du var med det på det lokala nätverket). Samtidigt kommer din anslutning att skyddas och krypteras. Låt oss titta på ämnet för en VPN-klient för en hemanvändare mer detaljerat. Låt oss säga att du vill komma till någon webbplats, men här är problemet, författarna till webbplatsen tog och blockerade din leverantör (ibland händer det, ja). Eller du vill titta på någon video på YouTube, men de säger “ledsen, det här innehållet är inte tillgängligt för ditt land”, även om vänner säger att de är alla OK. Det visar sig att din leverantör gav dig en utländsk adress, eller de förstörde någonstans och ansåg att din adress var utländsk (du kommer aldrig att veta det ändå). Och sen då? Jag säger “så att säga” eftersom i sanning, tjäna pengar på nätet är verkligen långt, långt ifrån lätt och du måste vara medveten om det. Om det var, skulle det inte vara så många människor som skulle släppa sina planer på att få tillbaka ett jobb som anställd. Vi håller med… Nu säger jag inte att det är omöjligt att försörja sig på internet vi en hemsida som heter tjanapengar.net, vilket är en väldigt bra hemsida att tjäna pengar på. Det är fortfarande lättare att bli miljonär som arbetar på internet än att spela lotteri. Du måste bara komma ihåg att detta kräver investeringar : tid, energi och finansiella. Temporal: eftersom assimilering av alla kuggar i systemet, av den aktivitet som en är placerad sker inte över natten Energi: eftersom det första verksamhetsåret alltid är det viktigaste, det där vår hjärna kokar. Detta är det år då mycket data lagras och bearbetas. Finansiell: för om man vill lyckas är det nödvändigt att träna och investera i de verktyg som är nödvändiga för utövandet av sin verksamhet. Så nu när du vet detta, du kommer säkert att fråga mig vilken typ av verksamhet att välja att starta på nätet och börja tjäna pengar.Online-aktiviteter för att tjäna pengar Jo för att vara uppriktig med dig finns det flera sätt att leva via internet. Men för mig är bara några få verkligen värda att investera i.Internetverksamhet För det första är det säkraste sättet för mig att utveckla ett eller flera projekt på internet. Att göra webmarketing på vissa sätt. Att skapa en webbplats, skriva artiklar, göra videor kostar nästan ingenting när det gäller investeringar. Detta innebär att det är fullt möjligt, om du gör det bra och du har niaque, att montera dina webbprojekt parallellt med ditt arbete som anställd. Nu, om du berätta att skapa en artikel, en video eller en podcast per vecka är omöjligt är att du är säkert inte motiverad nog, att djupt ner du inte verkligen vill välja internet för att göra ett bra liv. Var försiktig, jag klandrar dig inte om du är i det här fallet, tvärtom. Jag säger bara att ibland vill du att vissa saker ska sluta med bara en låg grad av intresse. Personligen vet jag att jag skulle vilja träna en kampsport, sätta mig i friidrott, dansa eller teater, men om jag ännu inte har bytt till handling är det att det inte är något som lockar mig mer än så, inte lika mycket som att göra webmarketing i alla fall. Så det är upp till dig att se om du skapar en blogg, En Youtube-kanal eller podcasts verkligen tilltalar dig och att du är villig att investera lite av din tid, energi och pengar i den. Om så är fallet finns det två möjligheter för dig att börja tjäna pengar från din verksamhet på nätet : Antingen skapar du dina egna produkter som du marknadsför via dina blogginlägg, din Youtube-kanal och via ett nätverk av partners. Antingen du affiliate och främja andras produkter i din bransch. Det andra fallet är särskilt intressant om du inte har tid att skapa egna produkter och dina webmarketing färdigheter är fortfarande lite för begränsad. Eftersom hej, mellan en produkt från en partner som konverterar mycket bra och din produkt som har eller kan potentiellt ha problem att sälja på grund av dålig marknadsföring, Jag vet inte för dig men för mig valet görs snabbt. Till

**id 358**

Silestone är en produkt som består av 94% naturlig kvarts, som gör materialet utomordentligt hårt och motståndskraftig. Det är en utmärkt yta för köksbänkar, badrum, golv och väggbeklädnad. Silestone® är världens ledande tillverkare av kvartsytor och erbjuder 25-årig garanti.

**id 359**

Vi bedriver flyttverksamhet över hela landet, även utomlands. Största delen består av privata bohagsflyttningar men även kontor. Vi flyttar kassaskåp, pianon och mycket annat. Vi har också magasin för magasinering och små hyrbilar för självflytt. Att Jämt Flytt AB förespråkar kvalité och har stor erfarenhet är ett bevis på att vi funnits i över 40 år. Jämt Flytt är Ett seriöst transportföretag auktoriserat av SMF, Svenska Möbletransportörers förbund, samt medlem i SÅ, Svenska Åkeriförbundet. Vi är ansvars- och transportförsäkrade för upp till 1 miljon kronor per uppdrag. Vår fordonspark består av miljöklassade fordon för alla typer av uppdrag. Vi kan magasinera möbler och hyr även ut hyrbilar för självflytt. Vi finns i ändamålsenliga lokaler för rationell hantering och bättre tillgänglighet för såväl företags- som privatkunder.

**id 360**

Fortsättningskurs på grundnivå, O0008K Efter genomgången kurs skall studenten kunna identifiera de vanligaste sedimentära, magmatiska och metamorfa bergarterna och förklara deras bildningssätt och förhållande till omgivande berggrund. I kursplanen beskrivs exempelvis kursens mål och innehåll samt kurslitteratur. Eftersom en kursplan kan förändras visas alltid information om när revidering har skett och för vilken period som kursplanen gäller för. Senast tio veckor innan kursstart skall en aktuell kursplan finnas publicerad. Luleå tekniska universitet är i stark tillväxt med världsledande kompetens inom flera forskningsområden. Vår forskning bedrivs i nära samarbete med företag som Bosch, Ericsson, Scania, LKAB, SKF och ledande internationella universitet. Luleå tekniska universitet omsätter totalt 1,6 miljarder kronor per år. Vi är idag 1 700 anställda och 16 000 studenter. Luleå tekniska universitet • 971 87 Luleå • ​Orgnr: 202100-2841 • Telefon: 0920 49 10 00 • Fax: 0920 49 13 99 • Studenttorget: 0920-49 20 00 E-post allmänna ärenden • Frågor om studier • Om webbplatsen • © Luleå tekniska universitet 2015

**id 361**

Vad händer med bredbandsstödet efter 2020? Den nuvarande stödperioden tar slut i december 2020. Vad händer sen? Kommer EU att bevilja Sverige mer stödpengar för bredbandsutbyggnad trots att vi redan har en betydligt bättre tillgång till bredband än de flesta andra länder i Europa? Om inte, kommer staten då att satsa egna pengar och i så fall hur mycket? Det är spännande frågor som just nu utreds av regeringen. PTS har sedan i juni i uppdrag att komma med ett förslag på en modell för hur stödet ska se ut. I uppdraget från regeringen står det att PTS ska ”främja utbyggnaden av snabbt bredband och inom ramen för detta konkretisera hur framtida stödinsatser för bredbandsutbyggnad skulle kunna utformas på ett effektivt sätt”. Uppdraget ska ske med utgångspunkt i PTS tidigare förslag om ett nytt nationellt stöd som utformas som en ”uppifrån-och-ned”-modell. Det betyder att man från nationell nivå pekar ut var stödpengarna ska riktas, snarare än att detta, som hittills, styrs av varifrån det kommer ansökningar. Mer om detta finns att läsa på https://www.pts.se/sv/bloggen/pts-bloggen/rivstart-med-nytt-bredbandsstod-i-sikte/ UBit-gruppen har lämnat in sina synpunkter till PTS och det har också varit en workshop om detta med PTS och de regionala bredbandskoordinatorerna i början av september.

**id 362**

Kurs i Dreamweaver CS - lär dig webbdesign med videoträning. Se demofilmer ur vår kurs Dreamweaver CS på Video Här finner du 10 demofilmer hämtade ur kursen Dreamweawer CS på Video. Kursen består av 72 videofilmer i hur du skapar spännande och funktionell webbdesign med Adobe Dreamweaver CS. Speltid 3,5 timme. Skapa en ny plats Innan du börjar ett nytt projekt i Dreamweaver måste vi skapa en mapp på hårddisken där jag kommer att förvara mina webbsidor. Det kallas för att skapa en rotmapp. Sedan ska vi göra en koppling mellan rotmappen och Dreamweaver och det är det som kallas att Skapa en ny plats. Använda Dreamweavers layoutmallar När du snabbt vill komma igång med att bygga webbsidor eller om du inte är så bekant med CSS ännu så är Dreamweavers färdiga layoutmallar ett bra sätt att börja på. Förutom en tilltalande gränssnittsdesign, ett bra och intressant innehåll strukturerat med semantisk kod så är navigationen en av de viktigaste delarna i en webbplats. Många begrepp inom tryckt media kan inte överföras till webben beroende på att besökarna kan använda olika typer av visningsmedia. När vi skapar textinnehåll för webben använder vi oss av fontlistor som är sammansatta av standardtypsnitt som finns både på Windows och Macintosh operativsystem. Egenskapspaletten har en liten bildeditor som kan användas för att göra enklare justeringar av bilder. Den är användbar när du behöver göra små, enkla och snabba förändringar i en bild, utan att öppna en extern bildeditor. Cascading Style sheets eller CSS är en samling formateringsattribut som används till att ge egenskaper till Html-element på en webbsida. Tillsammans med Html så är CSS den moderna webbens viktigaste byggstenar och att förstå hur dessa fungerar och samspelar är grunden för att bygga och hantera webbplatser som möter modern webbstandard. Ett Html-element upptar i oformaterat skick ett bestämt utrymme på en webbsida och man brukar tala om blockelement eller boxar. Att förstå hur blockelement fungerar och hur man kan styra dess egenskaper brukar ofta refereras till som Boxmodellen och är avgörande för att skapa effektiva och enhetliga layouter med Html och CSS. Dreamweaver ger dig möjligheten att inbädda en Flashvideo på en webbsida. Till skillnad från en vanlig flashfilm som har filändelsen .swf så måste videon vara kodad i filformatet .flv för att kunna spelas i Dreamweaver. Att veta hur många som besöker din webbplats och vad dessa besökare gör där är värdefull information för en platsägare. Det finns ett oslagbart verktyg från Google som heter Google Analytics som kartlägger allt du behöver veta om dina besökare för att anpassa sidan till maximal tillgänglighet. Dreamweaver Extensions är programtillägg eller plug-ins som du kan ladda ner för att utöka Dreamweavers funktioner. Både på Adobe Exchange och många andra ställen kan du köpa eller ladda ner gratis extensions till Dreamweaver. Dreamweaver CS på Video är en mycket informativ och pedagogisk kurs som gör det komplexa programmet Dreamweaver mycket mer lättfattligt. Lär dig arbeta med de nya och spännande egenskaperna i CSS3! 10 egenskaper i CSS3 är en ny videobaserad kurs med färdigkodade exempel och övningssidor. Skolor & Utbildare Skolor och utbildningsföretag som vill använda kurserna "10 Egenskaper i CSS3" och "Dreamweaver CS på Video" i undervisnings- eller utbildningssyfte kan köpa en fleranvändarlicens. Ni kan då kopiera och använda kursen på obegränsat antal datorer inom organisationen.

**id 363**

Stöd till kulturområdet ska mildra pandemins negativa effekter Region Örebro läns kulturnämnd avsätter 1,5 miljoner kronor för att hjälpa länets kulturaktörer att klara sig igenom den kris som coronaviruset medför. Eftersom situationen är akut och stöd behövs så snart som möjligt är ansökningsperioderna korta. Satsningen omfattar tre områden, där varje område tilldelas 500 000 kronor: • Stöd till kulturskapare, stipendier om 25 000 kronor vardera • Stöd för inkomstbortfall, maxbelopp som kan sökas är 75 000 kronor • Stöd till regionalt finansierade kulturproducenter (samverkansmodellen och regionala verksamhetsmedel kultur) Läs mer och ansök om stöd på www.regionorebrolan.se/stodkultur Stora inkomstbortfall för kulturliv och civilsamhälle under coronapandemin De ekonomiska konsekvenserna för kulturlivet i länet är omfattande på grund av framflyttad, inställd eller förändrad verksamhet. Det visar de första resultaten av de intervjuer och enkätsvar som Region Örebro län sammanställt från regionalt finansierade aktörer, kulturföretag, föreningar och studieförbund. – De stora inkomstbortfallen gäller även övriga professionella kulturskapare och kulturföretag i vårt län, där 24 procent av de 161 som har besvarat Region Örebro läns enkät upplever att konsekvenserna av pandemin i hög grad påverkar deras möjlighet att försörja sig. Minst tio procent bedömer också att det finns risk för nedläggning, säger Lena Adem, kulturstrateg vid Region Örebro län. Region Örebro läns kartläggning om hur coronapandemin påverkar kulturen och civilsamhället i länet pågår hela 2020. En rapport kommer ut i slutet av året. Läs mer om delresultatet av kartläggningen. Social innovation i teori och praktik Digital inkludering Digitala lösningar blir en norm i allt fler sammanhang. För en stor grupp människor skapar det nya möjligheter och underlättar vardagen. Men det finns även de som istället blir allt mer exkluderade på grund av digitaliseringen. – Eftermiddagen den 28 september samlas vi som på olika sätt möter det digitala utanförskapet för att se hur vi tillsammans kan bidra till ökad digital inkludering. Förhoppningen är att denna dag ska leda till nya tankar och idéer som kan bidra till ett socialt hållbart samhälle, säger Petra Jansson, projektledare Digitalt först, Region Örebro län. Deltagare från både offentlig och privat sektor samt idéburna och ideella organisationer är välkomna! Inbjudan Social innovation i teori och praktik - Digital inkludering Webbinariet arrangeras av Partnerskapet för sociala innovationer, Region Örebro län, Mötesplats Sociala innovationer, Örebro universitet. Feriepraktik kultur 2020 Den 12 juni startade Region Örebro läns kulturferiepraktik där 39 ungdomar från länet sommarjobbar inom valt kulturområde med dans, film, litteratur, slöjd och teater. Dansens feriepraktikanter arbetar digitalt på distans med koreografiska uppdrag i sin närmiljö. Litteraturens ungdomar arbetar med att utveckla sitt skrivande inom områden som filmmanus, journalistik, lyrik, musiktexter och kreativt skrivande. Filmens ungdomar skapar fiktionsfilm utifrån originalmanus som förhoppningsvis kommer att kunna visas på filmfestivaler i höst. Slöjdens ungdomar arbetar med handverktyg och traditionella metoder i textila material och trä. Teaterns ungdomar skapar teatervandringen Vågspel – en vandring med äventyrlig ton som kommer att framföras i skogen vid Parkudden i Lindesberg. Läs mer om feriepraktik kultur Foto: Thomas Hegefors Dansresidens i Bångbro Välkommen på visning samt workshop den 18 juni på Malmtorget i Kopparberg. Det är danskonstnärerna My Prim och Karin Quist som visar ett första utkast på dansstycket de arbetat på under sitt dansresidens. Visningen görs i enlighet med Folkhälsomyndighetens rekommendationer. Den 8–18 juni genomförs ett dansresidens för första gången i Folkets Hus Bångbro, strax utanför Kopparberg. Ljusnarsbergs kommun/kulturskolan arrangerar residenset med stöd av Region Örebro län. Läs mer om Dans i Örebro läns dansresidens Ny satsning på dans och nycirkus i länet Teater Martin Mutter och Region Örebro län får drygt en halv miljon kronor från Statens Kulturråd för nya projekt inom dans och nycirkus. Projekten är tänkta att stärk

**id 364**

Befinner du dig i Åre är du välkommen in med dina frågor till vår kaffebar i kabinbanans dalstation, som vi har öppen under vintersäsongen från jul - 1 maj, och till vår sommarbar på Torget i Åre 30 juni - 6 augusti alla dagar därefter heler fram till sista helgen i september. Du kan begära en kopia av de uppgifter vi har om dig samt verifiera den information vi har om dig. Kopian är kostnadsfri och vi strävar efter att ge dig svar inom 10 dagar. Om du inte längre vill att vi sparar dina uppgifter har du rätt att få dina uppgifter raderade, förutsatt att de inte längre är nödvändiga för det syfte de samlades in för. Det kan dock finnas legala skyldigheter som t.ex. bokföringslagen, som gör att vi inte genast kan radera delar av din data. Vi kommer i de fall endast spara den data som vi är skyldiga enligt lag att hålla. Om behandlingen baseras på samtycke och detta återkallas så kommer dina uppgifter att raderas. Du har rätt att kräva att behandlingen begränsas om något av följande är tillämpligt: vi inte längre behöver uppgifterna men du behöver dem för att kunna fastställa, göra gällande eller försvara ett rättsligt anspråk. Du har rätt att invända mot behandling om den lagliga grunden för din behandling är intresseavvägning. Du har rätt att få de personuppgifter som du tillhandahållit till oss som behandlas automatiskt, överförda till dig själv eller en ny personuppgiftsansvarig om den lagliga grunden är samtycke eller att behandlingen varit nödvändig för att fullgöra ett avtal och detta inte påverkar tredje parts rättigheter på ett ogynnsamt sätt.

**id 365**

Det sociala mediet Twitter har ökat inom hockeyvärlden och i Växjö Lakers är det inget undantag. Det är många spelare som twittrar och den som kanske är mest aktiv är forwarden Mikael ”Daggen” Eriksson. Twitter är ett socialt nätverk där man kan följa varandra och skriva korta meddelanden. Twittrandet började under förra säsongen och idag har nästan alla spelare Twitter.- Jag tror det var Nisse (Nils Andersson) som började twittra, sen gick snacket i omklädningsrummet och då var det många som skaffade det, jag var en av de första efter honom, säger Mikael Eriksson.- Det har blivit lite av en intern grej inom laget, det är väldigt mycket skämt och skoj. Ett slags forum med mycket ironi.Trots att spelarna ses nästan varje dag har Twitter blivit ett sätt att umgås.- Ibland sitter vi på bussen och twittrar till varandra när man inte orkar gå fram och snacka, det är som ett heltidsjobb (haha).När det kommer till regler om twittrandet så är det sunt förnuft som gäller.- Vi har inte några uppsatta regler, men det handlar om sunt förnuft. Det finns inte så mycket negativt att skriva utan förnuftet får tala och sen är det mer ett forum där vi har roligt, menar Daggen.Vem i laget har flest följare?- Jag tror att det är Jonas Holös, men jag ligger nog tvåa efter honom.Inom hockeyvärlden har twitter exploderat, vad tycker du om det?- Det är ett bra forum att vara på, man får reda på saker innan de har kommit på nyheterna. Det är roligt att se vad som händer ute i hockeyvärlden.Mikael Erikssons topp tre twittrare i Växjö Lakers (Han fick inte välja sig själv):1. Tom Linder2. Gustav Hjalmarsson3. Erik Josefsson

**id 366**

Aktuella händelser 2009 Kungen närvarade vid invigning av jordbruks- och trädgårdskonferens Torsdagen den 26 februari närvarade Kungen vid invigningen av Jordbruks- och trädgårdskonferensen i Alnarp i Skåne. Kungen mötte Palestinas president Mahmoud Abbas Kronprinsessan Victoria och Daniel Westling förlovade Idag den 24 februari 2009 har förlovning eklaterats på Kungliga Slottet mellan Kronprinsessan Victoria och Daniel Westling. Kungen på scoutmöte i Thailand Tisdagen den 17 februari anlände Kungen till Thailand för att närvara vid Baden-Powell Fellowship Event i Bangkok. Kungen delade ut Svensk Mjölks Guldmedalj Måndagen den 16 februari delade Kungen, i närvaro av Drottningen, ut Svensk Mjölks Guldmedalj vid en ceremoni på Svenska Läkaresällskapet i Stockholm. Kronprinsessan invigde modeutställning i London Drottningen närvarade vid seminarium om barnsexhandel Måndagen den 2 februari närvarade Drottningen vid ett seminarium om näringslivets arbete för att förhindra barnsexhandel. Kronprinsessan fick pris för sitt engagemang inom dyslexi Fredagen den 30 januari fick Kronprinsessan mottaga det italienska Boninopriset för litteratur, konst, vetenskap och kultur, för sina insatser inom...

**id 367**

Hos oss kan du köpa allt från motorsågsbensin till broccoli och slå dig i slang med grannen. Vi tror på personlig service, närproducerade varor och att ha roligt på jobbet. Varje dag. Vi har öppet 7 dagar i veckan, 362 dagar om året. Stängt midsommardagen, juldagen och nyårsdagen. Lina & Evas lanthandel ingår i Handlar’n-kedjan som ägs av Axfood och är Sveriges största närlivskedja med runt 230 butiker i hela landet. Vi har ett stort utbud av basvaror och försöker tillgodose även mer nischade behov, så att du inte ska behöva köra iväg och komplettera utan du kan handla i princip allt du behöver hos oss. Är det något du saknar i butiken så får du hjärtans gärna säga till oss – du kan tipsa oss direkt via hemsidan eller säg till oss när du ändå är i butiken. Likaså om du är på jakt efter t.ex. ett särskilt stycke kött eller någon särskild frukt eller grönsak, bara hojta till när du är i butiken så ordnar vi gladeligen det åt dig. Som Handlar’n-butik är vi ganska fria att styra vårt sortiment utöver det vi beställer från Axfood och vi har valt att bredda vårt utbud av närproducerade varor. Läs mer om detta och om våra lokala leverantörer under rubriken Närproducerat. Vi har även ett basutbud av grillkol, tändvätska, glykol, spolarvätska, motorsågsbensin, gräsklipparbensin, samt djurmat och -tillbehör.

**id 368**

Igår var det julfest med jobbet på Grand Hotel i Lund. Det blev riktigt julbord med enorm buffé. Tio sorters sill, rökt, gravad och grillad lax, kallskuret, korvar, julskinka, Janssons frestelse, köttbullar, prinskorv, dopp i grytan.. Julgröt och julgodis i massvis. Vi var ca 40 pers, nästan hela Malmökontoret alltså. Det kom in en Lucia med tärnor som sjöng för oss och några kollegor hade anordnat underhållning i form av ett musikquiz. Kul!

**id 369**

I dag försöker flera bestämma när oljetoppen är, bland annat med hjälp av Hubbert kurvor, detta för att det är så fundamentalt för vad som sedan händer när det övergår från att vara en köparens till säljarens marknad. Men det finns inga modeller för att bestämma vad som händer med priset när ett system följer en Hubbert kurva. Inflations justerade priser som finns för valolja visar hur dyr denna var i förhållande till efterträdaren. Även den billigaste olja kostade runt 1820 $200 fatet, som dyrast var spermacetiolja som kostade nästan $1300 fatet. Då var inte valolja dyrare än vegetabiliska oljor. Detta kan ge en indikation på vilket pris vi kan vänta oss på biooljor. I diagrammet finns priser för valolja och valben och när Hubbert peak inträffade. Det finns en pristopp och sedan blir priset mer volativt, det är nästan samma sak med råoljan, efter $147 fatet kanske vi inte får se liknade höga priser, efterfrågan försvinner innan priset hinner stiga över detta. Källa: PRICE TRENDS OVER A COMPLETE HUBBERT CYCLE: THE CASE OF THE AMERICAN WHALING INDUSTRY IN 19th CENTURY. För nya läsare som vill veta mer om Peak Oil så rekommenderas sidan Peak Oil.

**id 370**

The build #0 using API 0.0.0 was released on Unknown Details • Phar download Download and replace the PocketMine-MP.phar file on an existing PocketMine-MP installation. You can get it installing the stable version. Installera beroenden som behövs för att kompilera. Du kan behöva installera perl gcc make automake libtool autoconf m4 . Om du vill kompilera från x86\_64, kanske du behöver installera gcc-multilib. Navigera till platsen du vill installera eller uppdatera PocketMine-MP på. Kör följande kod. Den kommer att ladda ner PocketMine-MP, ladda ner PHP binärer eller kompilera dem om binärer inte är tillgängliga. $ wget -q -O - http://get.pocketmine.net/ | bash -s - -v development Kör ./start.sh , PocketMine-MP kommer nu att starta. Navigera till platsen du vill installera eller uppdatera PocketMine-MP på. Kör följande kod. Den kommer att ladda ner PocketMine-MP, ladda ner PHP binärer eller kompilera dem om binärer inte är tillgängliga. $ wget -q -O - http://get.pocketmine.net/ | bash -s - -v development Kör ./start.sh , PocketMine-MP kommer nu att starta. Öppna terminalen. Navigera till platsen du vill installera eller uppdatera PocketMine-MP på. Du kan flytta dig genom cd [directory] , och skapa mappar genom mkdir [name] Kör följande kod. Den kommer att ladda ner PocketMine-MP, ladda ner PHP binärer eller kompilera dem om binärer inte är tillgängliga. $ curl -sL http://get.pocketmine.net/ | bash -s - -v development Kör ./start.sh , PocketMine-MP kommer nu att starta. PocketDock Deploy is a free service that lets you install and manage a PocketMine server in a DigitalOcean VPS. You pay for the server, which is 100% yours, and PocketDock provides the management interface. To deploy your server, choose your options and follow the instructions on the site. All servers have SSD disk. Enjoy your server! The build #0 using API 0.0.0 was released on Unknown Details • Phar download • Felrapportering Windows 32-bit installerare För Windows XP, Vista, 7 & 8. Inkluderar PHP 5.4 Installera beroenden som behövs för att kompilera. Du kan behöva installera perl gcc make automake libtool autoconf m4 . Om du vill kompilera från x86\_64, kanske du behöver installera gcc-multilib. Navigera till platsen du vill installera eller uppdatera PocketMine-MP på. $ wget -q -O - http://get.pocketmine.net/ | bash -s - -v beta Kör ./start.sh , PocketMine-MP kommer nu att starta. Navigera till platsen du vill installera eller uppdatera PocketMine-MP på. $ wget -q -O - http://get.pocketmine.net/ | bash -s - -v beta Kör ./start.sh , PocketMine-MP kommer nu att starta. Öppna terminalen. Navigera till platsen du vill installera eller uppdatera PocketMine-MP på. Du kan flytta dig genom cd [directory] , och skapa mappar genom mkdir [name] $ curl -sL http://get.pocketmine.net/ | bash -s - -v beta Kör ./start.sh , PocketMine-MP kommer nu att starta. PocketDock Deploy is a free service that lets you install and manage a PocketMine server in a DigitalOcean VPS. You pay for the server, which is 100% yours, and PocketDock provides the management interface. To deploy your server, choose your options and follow the instructions on the site. All servers have SSD disk. Enjoy your server! This version is using API 0.0.0, and was released on Unknown Ändringslog • Phar download • Felrapportering Windows 32-bit installerare För Windows XP, Vista, 7 & 8. Inkluderar PHP 5.4 Installera beroenden som behövs för att kompilera. Du kan behöva installera perl gcc make automake libtool autoconf m4 . Om du vill kompilera från x

**id 371**

Återkopplingsdags! För drygt två år sedan skrev jag om Alan Moore & J H Willimas IIIs Promethea; den första Absolute-volymen hade precis kommit ut, och efter att ha läst den var jag försiktigt optimistisk inför de resterande volymerna (jag läste inte serien när den ursprungligen publicerades). För några månader sen kom den tredje och avslutande delen ut, men först nu har jag läst klart serien. Och det var plågsamt. Den försiktiga optimismen uppfylldes inte för det här var bitvis rejält dåligt. Det kommer nog ta ett litet tag att reda ut varför jag tyckte så, så räkna med lite rantning idag (med en del upprepning av kritik jag redan nämnt apropå första boken). Dags för punkt-för-punkt-kritik tror jag ;-) Långtråkigheten: Promethea är i långa stycken extremt tråkigt, och det är förstås den allvarligaste invändningen. Manus kan suga och teckningar likaså, men så länge en serie inte är tråkigt så är inte allt hopp ute. Men när jag läser Prometheamed sida upp och sida ner fyllda av Moores ordmassor där han presenterar sin hopplöst ointressanta filosofi om vad magi är (mer om det längre ner) så börjar jag snart tjuvkika framåt. Är numret slut snart? Kanske nästa nummer inte bara handlar om nummerologi/kabbala/Aleister Crowley? De flesta uppslag i Promethea är hela uppslag; klicka för större bild Förutsägbarheten: Det här är förstås en av orsakerna till att det är en så tråkig serie, men den förtjänar en egen punkt eftersom serien är så gudsigförbarme förutsägbar i långa stycken. Promethea utger sig bland annat för att förklara vad fantasi är, och då kanske man skulle kunna hoppats på lite fantasi i serien med? Det deprimerande är att det finns en hel del fantastiska uppslag i serien där Moore visar upp sin fantasirikedom, men så fort han har idé som till exempel sviten där Promethea vandrar genom livets träd från kabbalan som skulle kunna vara intressant så fullkomligt hamrar han sönder den med sin metodiska stil. Varje sefirot ska besökas, varje väg i kartan ska traverseras. Tio nummer där man redan efter första förstår vad man kommer genomlida i de nästa nio. Moore har ofta bekymmer med att han när han har kommit på ett uppslag han gillar så måste han visa upp att han minsann tänkt igenom varenda detalj, som i Lost Girls där det inte räcker med att Dorothys första sexpartner är en uppenbar variant på Fågelskrämman, utan lika säkert som amen i kyrkan följer då att hon kommer få ihop det med en Plåtman och en Lejonet-variant också. Här gör han samma sak gång på gång på gång på gång. New Age-idéerna: Moore har alltid varit svag för dylika idéer men här är det inte bara en del av serien utan istället är det enda skälet till att serien finns att Moore ska få berätta vad han tycker. Som jag skrev när jag recenserade Chester Browns Paying For It är jag egentligen inte så förtjust i att kritisera en series budskap, men i det fallet och även i det här går det inte att undvika eftersom budskapet är en så fundamental del av innehållet. Visst är Promethea överlägsen Paying For It både som serie och som budskapsbärare, men Moore är likafullt ute och cyklar här tycker jag. Givetvis får han tycka precis vad han vill, men personligen tycker jag det bara är sorgligt att se hur icke-originell han är. Precis som med förutsägbarheten kan han börja i en intressant ände, men när jag följt vägen till slut är det med en djupt missbelåten känsla jag avslutar. Om Moore nu vill utge sig för att vara så fritänkande, varför repeterar han egentligen bara alla gamla klyschor från de mest menlösa New Age-skrifter? Han gör alla gamla misstag som alltid görs, som att leta upp meningslösa och slumpmässiga sammanträffanden och få det att låta som om de bevisar någonting (som ett motmedel kan jag rekommendera t ex Sabine-Goulds essä som ”bevisar” att Napoleon Bonaparte egentligen inte fanns utan bara var en mytologisk solgud, eller alla sammanträffanden mellan morden på Kennedy och Lincoln), missuppfatta orsak och verkan (att DNA

**id 372**

Nu har du chansen att få egentid & hård träning ihop med mig (Ice) eller min gladiatorbror Prime! Prime, som jag själv mer än gärna skulle köra ett pass med, kan ju inte vara annat än en ren martyr & cool upplevelse i gymet!;) Gå in på följande länk & tävla: http://www.tv4.se/1.2552401/2011/12/07/tavla\_om\_ett\_traningspass\_ihop\_med\_ice\_eller\_prime Lycka till! Vi ses.;)

**id 373**

Liftarens guide till galaxen (The Hitchhiker's Guide to the Galaxy) är första delen av Douglas Adams bokserie i sex delar av Liftarens guide till galaxen. Boken är en adaption av de första fyra avsnitten i Adams radioserie från 1978. En helt vanlig torsdag vaknar Arthur Dent upp i sitt hus i England, tar sig en kopp te och börjar dagen som den bör. Men utanför hans hus finns två som vill riva hans hem för att bygga varsin expressled. Den ena kommer från kommunen. Den andre sitter i sitt rymdskepp beredd att förstöra hela jorden. Det framkommer att Arthur har svårt att förstå just torsdagar, och just denna torsdag är han dessutom lite bakfull. Nu kan man ju tycka att Arthur Dent skulle ha råkat illa ut, om inte i den första rivningen så väl i den andra. Men han råkar också känna Ford Prefect, som under ett pubbesök visar sig vara en galaktisk liftare som jobbar som redigerare för en alldeles otrolig bok - Liftarens Guide till Galaxen. Under pubbesöket avslöjas det en hel del saker, och mycket av det som sägs är för underligt för att Arthur ska förstå. Så de börjar istället prata om saker som han ska förstå. Men så mycket tid att samtala blir det inte, och när vogon-flottan startar rivningsarbetet måste Ford och Arthur finnas redo att lifta med deras skepp. De blir upplockade av dentrasser. Vogoner är inte de trevligaste av rymdens varelser och våra rymdresenärer blir därför utsatta för vogonpoesi sedan utkastade i rymdens vakuum, men blir räddade av Fords kvartsbror, Zaphod Beeblebrox, som också råkar vara Galaxens president. Men inte länge till, räknar de ut, när det visar sig att Zaphod stulit skeppet Hjärtat av Guld, med den otroliga osannolikhetsdriften. Ombord finns också Tricia, som nu kallar sig Trillian. Zaphod är också helt besatt av att finna planeten Magrathea, av en anledning som inte ens han själv vet. Och så börjar jakten på en planet som ingen vet om den fortfarande finns. I bokversionen anges att Zaphod Beeblebrox hade skaffat sin tredje arm för att bli bättre i skidboxning. Däremot anges ingenstans hur denna sport utövas.

**id 374**

(Uppdatering: Jag har nu hittat uppgifter för 2010 och den uppskattade procentsiffran är korrigerad.) Detta inlägg kan ses som ett komplement till det tidigare inlägget på samma tema. Här har jag separerat dem med nordisk bakgrund från resten med utländsk bakgrund och placerat dem i de blå staplarna. De har en lite annorlunda nyans så att man kan urskilja dem. Det är ett bra diagram att ta till när argumentet: ”Men det är ju många från Norden bland invandrarna” dyker upp. Ja, det är fortfarande många från Norden (främst Finland), men trenden är tydlig. Det visar cirkeldiagram ännu bättre. Fördelning nordisk/utomnordisk av de utrikes födda i populationen. Procenten ovanför staplarna (det övre diagrammet) avser de med utomnordisk bakgrund (röd och gul). Procenten på de blå staplarna avser de med nordisk bakgrund. Kanske en ännu ljus-blå nyans för EU-medborgare (icke nordiska) för att ta udden av argumentet ”men det är ju många från Europa bland invandrarna”. Också bra med tanke på folkhälsan, så att inte blodtrycken stiger för mycket bland bloggens alla läsare. Apropå Norden: Trots att svenskar vallfärdar till Norge för att jobba så finns det nästan lika många pakistanier som svenskar i Norge. (Och dubbelt så många Polacker, men det är kanske inte lika otippat.) Norrmännen är inte alls lika pigga på att komma till Sverige. Frågan är om vi inte har fler danskar än norrmän. Men finländarna är förstås flest. :) Broderfolken är som kompisar som sms:ar till varandra fast de sitter i samma rum. I Sossekommunen Borlänge vill Ulla Olsson föreslå att ge nya invandrare 6 månader praktik och skatterabatt. Där ju sossarna sedan tidigare vill ”sprida invandrarna där jobben finns” Hur är Sverige i behov av invandrare som går på praktikplats som är lönesubventionerat? Jag tycker att det intressantaste vore att se enbart på MUSLIMERNA. Tyskar, fransmän, amerikanare, vietnameser bidrar så vitt jag vet inte till mer skada för samhället än svenskarna. Vi har nu över 120 argument stärkta med fakta. Våra starkaste argument kommer från invandrare själva! Vad vi menar med ”kartlagt” Att våra politiker och myndigheter säger en sak, verkligheten är en annan! Jag förstår inte denna besatthet av att dela upp människor i kategorier efter var de är födda. Männsikor som bor i Sverige, men är födda i MENA-regionen, eller har föräldrar därifrån, är överrepresenterade inom viss våldsbrottslighet. Vi är många som därför vill minska invandringen från MENA-regionen och tydlig och publicerad kriminalstatistik baserad på var folk är födda tjänar denna sak väl. Att förespråka selektivt minskad invandring betyder absolut inte att man är rasist, fascist, nazist eller islamofob. Eller så kan man arbeta för att minska klassklyftor, öka jämställdheten, öka den ekonomiska demokratin,höja den allmänna välfärden och arbeta för förståelse och uppskattningen av att människor med olika bakgrund tillför viktiga saker till ett samhälle… Så vill jag ha det. Mycket av det där hade vi lyckats med om vi utvisade samtliga zigenare, MENA:iter, afghaner och kriminella öststatare. Absolut allt i Sverige hade blivit bättre då. Varför vill du inte att vi får det bättre i Sverige? Jag tillhör inte dem som tror att allsköns elände kan skyllas på vissa befolkningsgrupper. Jag tror att ett samhälle byggs upp och påverkas av betydligt mer komplexa orsakssammanhang än så. Om man vill minska klassklyftorna så kanske man inte ska börja med att öka dem genom massinvandring av våldsbejakande analfabeter som efter tre generationer inte är integrerade annat än i den organiserade brottsligheten. Precis som zigenare kommer de att stå utanför samhället än om 500 år. Jämställdheten är ju bara en bull-shitfråga i sammanhanget. Muslimer äter hellre fläsk med löksås än kompromissar på den punkten. Du skriver ”fertiliteten” men menar nog ”nativiteten”. För övrigt en rackans intressant sammanställning

**id 375**

En politisk styrgrupp på 14 personer utses för att styra sammanslagningsutredningen för östra Nyland. Kommun- och stadsstyrelserna väljer styrgruppens representanter inom september. Meningen är att utredningen görs som tjänstemannaarbete i arbetsgrupper tillsammans med utomstående ekonomi-, servicenät-, process- och social-och hälsovårdsexperter. Utredningen inleds hösten 2013 och arbetet slutförs i december 2014, då kommunernas och städernas fullmäktige tar ställning till det eventuella förslaget till sammanslagningsavtal som utarbetats på basis av utredningsarbetet. Mikael Grannas, kommundirektör, Sibbo, tfn 040 752 9803, mikael.grannas@sipoo.fi Olavi Kaleva, stadsdirektör, Lovisa, tfn 0440 555 212, olavi.kaleva@loviisa.fi Jukka-Pekka Ujula, stadsdirektör, Borgå, tfn (019) 520 2200, jukka-pekka.ujula@porvoo.fi Esko Rautiainen, kommundirektör, Askola, tfn, 040 8211 045, esko.rautiainen@askola.fi Markku Hyttinen, kommundirektör, Borgnäs, tfn 040 724 6907, markku.hyttinen@pornainen.fi Christian Sjöstrand, kommundirektör, Lappträsk, tfn 050 599 7876, christian.sjostrand@lapinjarvi.fi Jouko Asuja, kommundirektör, Mörskom, tfn 040 5151 701, jouko.asuja@myrskyla.fi

**id 376**

Boule Medical AB ingår i svenska Boule Diagnostics AB koncernen.Boule Diagnostics AB utvecklar, tillverkar och marknadsför patientnära blodanalys system inom såväl human som veterinär hematologi. I detta projekt tog vi fram produktorienterade filmer som förklarar hur tekniken fungerar och vad som faktiskt händer inne i maskinen. Ett mycket spännande projekt med utmaningen av att sammanfatta och visualisera något väldigt tekniskt till en tydlig, pedagogisk film. Filmen togs fram för 2 olika produkter samt en förlängd version med produkt för veterinärt bruk. Filmen används av Boules återförsäljare, världen över, för den teknikintresserade kunden som är redo att ta nästa steg.

**id 377**

Jag trodde sådant här hände långt, långt borta, inte i vårt land där folk förolämpat fnyser åt varandra när de blir kränkta och möjligtvis vräker ur sig ett ” Asch, Sture, vad du är tarvlig”. Jag har läst om detta, att män kastar syra i kvinnors ansikten. Men nu hände det här. I Sverige. Plötsligt oroar jag mig för barnen, mina flickor och alla deras vänner, kusiner och släktingar. Hur kan det vara möjligt att ens få tag på en sådan sak som frätande syra i vårt land? Jag är stum. Stum av fasa. Sånt här vill jag bli förskonad ifrån. Jag vill inte höra talas om att kvinnor i vårt land inte kan känna trygghet. Jag vet att många inte känner trygghet, många blir skadade av närstående, en del blir tom mördade. Men detta, det är nytt, i allafall i vårt land, och jag kräver (!) att det aldrig händer igen. Läs artikeln här. http://www.expressen.se/kvp/kvinna-svart-skadad—fick-syra-i-ansiktet/

**id 378**

2 DELÅRSRAPPORT 1 januari 31 mars 2017 Perioden januari - mars i sammandrag Nettoomsättningen för perioden januari - mars blev 44,9 Mkr (46,9) Rörelseresultatet för årets första kvartal uppgick till -0,4 Mkr (1,2) Resultatet efter skatt uppgick till -0,9 Mkr (0,7) Kvartalsöversikt jan - mar 2017 okt-dec jul-sep apr-jun jan-mar Helår Nettoomsättning, Mkr 44,9 43,0 36,1 46,4 46,9 172,4 EBIT (Rörelseresultat), Mkr -0,4-0,3-0,6 0,5 1,2 1,5 EBIT (Rörelseresultat), Mkr \* -0,4-0,3 0,4 2,6 1,2 4,6 EBITDA, Mkr 0,4 0,4 0,0 1,1 1,8 3,9 EBITDA, Mkr \* 0,4 0,4 1,0 3,2 1,8 7,0 EBIT-marginal (Rörelsemarginal), % neg neg neg 1,1 2,5 0,9 EBIT-marginal (Rörelsemarginal), % neg 0,9 1,1 5,6 2,5 2,7 Resultat per aktie, kr neg neg neg 0,003 0,063 neg Resultat per aktie, kr \* neg neg 0,0 0,198 0,063 0,199 \* Exklusive engångskostnader om 2,1 Mkr i kvartal 2 respektive 1,0 Mkr i kvartal 3. 3 Kommentar från VD och koncernchef Martin West Fortsatt stigande råmaterialpriser utgör en kortsiktig utmaning Omsättningen för första kvartalet 2017 uppgick till 44,9 Mkr (46,9), där detaljtillverkningen stod för 42,4 Mkr (41,5), vilket är en ökning med drygt 2 % mot samma kvartal föregående år. Rörelseresultatet uppgår till -0,4 Mkr (1,2) och är en klar försämring sedan föregående år. Ökade kostnader för råmaterial, där vi ännu inte nått full priskompensation mot slutkund på grund av eftersläpning i prisavtal, belastar resultatet med cirka 1,2 Mkr. Stigande råmaterialpriser har följaktligen en ogynnsam resultatpåverkan på kort sikt. Diverse produktionsstörningar i tre kundprojekt har också medfört högre produktionskostnader än normalt om cirka 0,7 Mkr. Kassaflöde från den löpande verksamheten uppgick till -4,4 Mkr (1,7). Detta förklaras av ökade kundfordringar med 5,4 Mkr, på grund av högre fakturering från detaljtillverkningen, samt ökat lagervärde med 1,4 Mkr vilket främst beror på högre råmaterialpriser. Väsentliga händelser under första kvartalet 2017 Inga väsentliga händelser har inträffat. Väsentliga händelser efter rapportperiodens utgång Inga väsentliga händelser har inträffat. 4 Koncernens resultaträkning i sammandrag Mkr jan mar 2017 jan mar Helår Nettoomsättning 44,9 46,9 172,4 Kostnad sålda varor -41,5-42,1-155,0 Bruttoresultat 3,4 4,8 17,4 Försäljningskostnader -1,3-1,5-5,9 Administrationskostnader -2,0-2,1-9,3 Övriga rörelseintäkter/kostnader -0,5 0,0-0,7 Rörelseresultat -0,4 1,2 1,5 Räntekostnader och liknande -0,5-0,5-2,1 Resultat efter finansiella poster -0,9 0,7-0,6 Skatt 0,0 0,0-0,4 Periodens resultat -0,9 0,7-1,0 Koncernens balansräkning i sammandrag Mkr 31 mar mar 31 dec TILLGÅNGAR Materiella anläggningstillgångar 31,0 28,2 30,4 Immateriella anläggningstillgångar 3,1 3,9 3,4 Finansiella anläggningstillgångar 4,1 4,1 4,1 Summa anläggningstillgångar 38,2 36,2 37,9 Varulager 26,4 24,6 25,0 Kortfristiga fordringar 42,8 39,7 37,4 Kassa och bank 0,9 1,8 1,1 Summa omsättningstillgångar 70,1 66,1 63,5 SUMMA TILLGÅNGAR 108,3 102,3 101,4 EGET KAPITAL OCH SKULDER Aktiekapital 15,1 15,1 15,1 Övrigt tillskjutet kapitel 13,6 13,6 13,6 Annat eget kapital inkl. årets resultat -7,8-5,6-6,9 Summa eget kapital 20,9 23,1 21,8 Uppskjutna skatteskulder 3,1 2,8 3,2 Räntebärande långfristiga skulder 15,4 15,8 14,6 Icke räntebärande. kortfristiga skulder 32,8 31,

**id 379**

Beskrivning: TvÃ¥delad skÃ¥l, kanske avsedd fÃ¶r hÃ¥rnÃ¥lar? Undersidan av foten liknar 1160, men Ã¤r betydligt mindre. Likadan som Hull1016. Gipsformarna tillhÃ¶r Ã…lems hembygdsfÃ¶rening och finns pÃ¥ Hullgrenska gÃ¥rden i Pataholm. Avbildade fajansfÃ¶remÃ¥l, som ibland visas som exempel pÃ¥ formarnas anvÃ¤ndning, kan vara i privat Ã¤go. Gipsformsbilderna togs av Gunilla Baumgardt Carlsson och Joakim Hardell den 4 juli 2016.

**id 380**

3.8 i "vägt snittbetyg" (3 röster) Ingen gillar allt, men alla gillar något. På Pinchos hittar du mat från hela världen; allt från smarriga burgare till dumplings, plankstek och belgisk våffla. För att öka valmöjligheterna ytterligare serveras alla rätter i praktiskt tapasformat. Bordsbokning sker via Pinchos.se eller appen "Pinchos Restaurang" som finns för iPhone och Android. jannefridsson 1 Betyg: 3 2016-02-02 kl. 14:04Bodster 358 Betyg: 4 2016-02-01 kl. 20:05user 152550 1 Betyg: 5

**id 381**

Häng med oss under en timme med hög puls, svett och positiv energi där alla tränar på sin nivå utifrån sina förutsättningar. Träningen passar alla, såväl ung som gammal, motionär och elit Ta din hälsa till en ny nivå Oavsett om du är ute efter vikminskning, ökad muskelmassa, bli mer atletisk, vara mer energisk, forma kroppen eller en kombination av allt detta så kan vi hjälpa dig med det. Vi erbjuder träning som passar alla och som tillgodoser det som behövs för att du ska få ett bra resultat. Fysisk träning som passar alla Träning i grupp där alla tränar utifrån sina förutsättningar. Vi har många olika träningsgrupper med olika typer av träning. Men gemensamt är att alla deltagare kan träna på sin nivå och utvecklas i sitt eget tempo. Det handlar inte bara om fysisk träning 24FitClub är holistiskt upplägg där vi kombinerar en aktiv livsstil med bra näring och på en bredare basis hjälper dig att få kontroll på din hälsa så att du kan uppnå dina mål. Vi bjuder på en näringsrik återhämtningsshake efter träningen Alla nya deltagare bjuds första gången på en näringsrik återhämtningsshake efter träningen. Om du tycker att den fysiska träningen räcker för dig så går det bra. Men vi har mer att erbjuda som gör att du kan få en väldigt bra helhet. Hur mycket av det du vill dra nytta av är upp till dig. Du kan också dra nytta av följande: Balanserad kost Genom att kombinera vanlig sund mat med specialanpassade kosttillskott från Herbalife kan vi hjälpa dig till en väl balanserad kost som gör att du får ett snabbare och bättre resultat oavsett vad du vill uppnå. Det finns produkter för generell hälsa, mer energi och viktkontroll, samt den specialdesignade serien Herbalife24 för sport och idrott som används av storheter som Christiano Ronaldo, LA Galaxy, Hammarby fotboll och många många fler. Du kan, om du vill, också få genomföra en personlig behovsanalys som gör det lättare att se vilka behov just du som individ har och vilka förändringar du enkelt kan göra för att uppnå en bättre hälsa. Kroppsscanning Alla som är med och tränar, eller genomför en behovsanalys, får en GRATIS kroppsscanning. Det betyder att du får stå på en scanner som avläser olika viktiga värden i din kropp. Du får tex veta hur stor muskelmassa du har. Det är väldigt viktigt då det är muskelmassan som avgör hur bra du kan förbränna fett och hur energisk du är. Du får dessutom veta hur stor fettprocent du har, hur mycket bukfett du har (det farliga fettet inne i magen), hur det står till med vätskebalansen mm, mm. Personlig hälsocoach Om du vill så får du en personlig hälsocoach som kan hjälpa dig att steg för steg uppnå det du vill uppnå. Hälsokurser Vi håller också hälsokurser som du kan delta på. Där får du under 4 kurstillfällen lära dig en del om näringslära, vad som är bra och mindre bra mat, hur du kan äta god mat både hemma och på restaurang och ändå hålla formen, samt en del om detta med att leva ett mer aktivt liv. Kort sagt så hjälper Hälsokursen dig att få en bättre näringsmässig och fysisk balans på tillvaron. Om du önskar så kan vi sätta ihop en speciell hälsokurs för dig och några vänner eller så kan du anmäla att du vill delta så kommer du med när vi sätter igång nästa kurs. Vi söker fler som vill starta träningsgrupper Vårt koncept bygger på en hälsosam aktiv livstil där vi kombinerar fysisk aktivitet med kunskap om bra näring, samt en en hög social faktior. Träning hos oss ska ge ett bra fysiskt resultat men också skapa en större kunskap om näringens betydelse i samband med träning och i vardagen i övrigt. Detta packar vi in i en trevlig social miljö där alla är välkomna. Kan du tänka dig att starta upp en träningsgrupp i ditt område? Välj ut en fysisk aktivitet som du själv trivs med så lär vi dig allt annat som har med uppstart och att hålla igång en grupp. Du kommer tom med att kunna tjäna en hel del extra pengar på detta. Låter det intressant? Ta då kontakt med den som hänvisat dig till sidan, eller börja med att anmäla dig till en träningsgrupp och lär dig den vägen. Klicka nedan på den GRATIS träning du är intresserad av. Fyll iformuläret för att få veta mer, eller för att anmäla dig. Helsingborg Torsdagar, Tid: 17:00 - 18:00, Typ av tr�ning: Tabata Ta kontakt med den person som inviterat dig till den h�r sidan f�r att f� en personlig invitation till

**id 382**

Hyra balklänning - fakta och tips Att hyra balklänning är billigt; vanligtvis kostar det några hundralappar att hyra balklänning för två till tre dagar. Det är även möjligt att hyra balklänningar på veckobasis. Balklänningar är statuskläder, vilket tyvärr leder till att de ofta bara används en enda gång. Det är nämligen inte förenligt med hög status att återanvända samma balklänning vid upprepade tillfällen. Av denna anledning finns det många företag som sysslar med uthyrning av balklänningar. Du som ska hyra bör först och främst tänka på följande: Hyr alltid din balklänning hos företag som riktat in sig på uthyrning av formella kläder. Bestäm dig vilken typ av balklänning du vill hyra. Är det en studentklänning eller en balklänning från någon känd designer som Jessica McClintock eller Cache? Hyr klänningen i god tid – detta gäller särskilt dig som hyr via nätet, utan att prova klänningen på förhand. Det måste nämligen finnas utrymme att skicka tillbaka klänningen om den inte passar. Olika uthyrningsföretag har olika villkor för uthyrning av balklänningar. En del företag kräver t.ex. att balklänningen ska vara ren i samband med inlämningen. Det kan således vara klokt att teckna en försäkring. För några tior extra slipper du att bli betalningsskyldig ifall du råkar bryta mot villkoren. Reklamlänkar

**id 383**

Joseph "Joe" William Kittinger II, född 27 juli 1928 i Tampa, USA hade fram till år 2012 rekordet för att ha hoppat fallskärm från högst höjd, då han den 16 augusti 1960 hoppade från en ballong på en höjd av 31300 meter. Rekordet stod sig i 52 år och slogs 14 oktober 2012. Kittinger är även den förste som korsade Atlanten i en gasballong. Unga år[redigera | redigera wikitext] Joseph Kittinger växte upp och gick i skola i Florida och läste även vid University of Florida. 1950 blev han officer i USA:s flygvapen och placerades vid 86:th Fighter-Bomber Wing i Västtyskland. 1954 blev han förflyttad till Holloman Air Force Base och Air Force Missile Development Center (AFMDC) där han fick flyga observationsflygplan. Han ansågs som en skicklig pilot och fick erbjudande om tjänstgöring med rymdflygningstester.

**id 384**

Själland Svenska[redigera] Substantiv[redigera] Själland - det egentliga Danmarks största ö, som gränsar till Skåne i öst - Besläktade ord: själländsk Översättningar[redigera] - danska: Sjælland - engelska: Zealand (en), Sealand (en) - katalanska: Selàndia - nederländska: Seeland (nl) - tyska: Seeland (de)

**id 385**

Dagen D som i decision av vilken deckare jag ska läsa. Jag har en schablonbild av att deckare är lite tråkiga så jag har utmanat mig själv att läsa en deckare i år. Deckare ska ju läsas på sommaren och eftersom det inte verkar bli mer sommar än så här så fattade jag idag ett beslut. Jag har tidigare bett om hjälp med att välja deckare och det vinnande tipset blev… Mörk Jord av Belinda Bauer som Linda tipsade om. Nu säger hon i och för sig att den inte är stereotyp och egentligen är det en sådan som jag borde läsa men nu har jag enhälligt bestämt mig för denna! Den är redan reserverad på biblioteket så nu är det bara att vänta och se om något av de 34 exemplaren hinner hem till mig innan sommaren, med de tillhörande generösa sommarlånen, är över.

**id 386**

Nu har vi varit en månad i Bahamas och drygt en månad i USA. Vi har haft massor med upplevelser! Det är ett längre inlägg denna gång men tar bara ca 10 minuter att läsa. Bahamas Bahamas är ett självständigt land bestående av ca 800 öar varav ca 30 är bebodda. Öarna sträcker sig över ett 500 distansminuter långt område, alltså ungefär som fågelvägen Stockholm – Holland. På vissa ställen är det många båtar men stora områden är nästan helt tomma. Vi har sett botten tydligt på 22 meters djup, annars är det grunt för det mesta och det klara turkosa vattnet gör att det känns som det bara är luft mellan båten och havsbotten. Öarna är oftast långsträckta i NO -SV riktning och ligger i kedjor med ett fåtal möjliga passager emellan. Passagerna kallas för cuts och kan ofta bara passeras när strömmen är svag. Öarnas sydvästsidor är grunda medan det är djupt på Atlantsidan. Vi använder Navionics sjökort i plottern. Tidigare hade Navionics dåligt rykte för Bahamas men de är nu uppdaterade till hög standard. Dessutom använder vi digitala Explorer Charts i ipad med appen Aqua Map. Skönt med två källor när det är så grunt! På Mayaguana kunde vi inte klarera in eftersom ansvarig person var bortrest men det gick bra att segla vidare till andra öar ändå! När vi var och köpte SIM-kort för Bahamas (på Bahamas fungerar varken Flow eller Digicel) träffade vi Richard och Alison på Cerulean som vi sedan umgåtts mycket med. Rum Cay Seglade till West Plana Beach där vi hade fin snorkling men ankarplatsen är oskyddad från allt utom ost. Det blåste upp från nord och situationen blev lite otrevlig så det fick bli lättning på kvällen och nattsegling till Rum Cay. På Rum Cay var det ”eye ball navigation” dvs. man får spana efter korallhuvudena och navigera försiktigt. På Rum Cay var vi ombord på Christina Pearl en Hunter som vi tidigare haft radiokontakt med. Vi tog jollen i land (jollrade som vi säger) och tog en promenad till den förfallna marinan som numera mest är tillhåll för hajar. På vägen tillbaka hittade vi en liten bar där vi blev bjudna på öl och tilltugg av amerikanerna Paul och Susan och deras vänner John samt Carl och Barb som har ett fint hus på Rum Cay. Sedan blev vi hembjudna på middag till Carl och Barb! De alla var fiskare så vi fick en underbar fiskmiddag och till och med doggy bag! Underbara människor! Conception Island Conception Island är ett naturreservat med helt underbara stränder, klart vatten och mycket haj. Vi avstod från att bada… Vi mötte Richard och Alison som samlat skräp som flutit in från Atlanten. Vilka föredömen! Självklart samlade vi också ihop en ansenlig hög. Exumas Vi seglade vidare till Georgetown via ett ankringsstopp på Long Island. På vägen såg vi flera valar, tyvärr hann vi inte få upp kameran. I Georgetown kunde vi äntligen klarera in och ta ner vår gula flagga. Från Bahamas behöver man inte klarera ut. De verkar nöjda bara de får in sin avgift på 300 USD. På Bahamas har man Bahamian Dollars vars värde är exakt samma som USD. USD går bra att använda men man får växel i Bahamian Dollars som inte fungerar i USA. Cutten till Black Point Great Guana Cay är spännande med starka strömmar. Vi hade nästan 4 knop medström. Bitter Guana Massor av Iguaner. Vi tog oss upp på toppen, bara 24 m högt men det är mycket för att vara i Bahamas som är väldigt platt. Det gällde att inte trampa på iguanerna! Simmande grisar, Big Major Spot Bahamas är nog mest känt för de simmande grisarna vid Big Majors Spot. Det finns olika historier om hur grisarna hamnat där men idag är det ett stort turistgippo med turbåtar som går dit och många ankrade båtar. Även miljardärerna ankrar sina superyachtar här så även miljardärer är tydligen roade av simmande grisar. Vi hade med potatisskal som de uppskattade! Alltså grisarna inte miljardärerna…. Staniel Cay och Thunderball Grotto Häftig snorkling i grottan som har många ingångar. Grottan har fått

**id 387**

Änglahund (originaltitel All Dogs Go to Heaven) är en amerikansk animerad långfilm från 1989. Den är regisserad av Don Bluth och släpptes av United Artists. Handling[redigera | redigera wikitext] Filmen utspelar sig 1939 i New Orleans och handlar om schäferhunden Charlie B. Barkin som äger ett kasino tillsammans med en bulldog vid namn Carface Caruso. Denne börjar dock bli girig och bestämmer sig för att mörda Charlie för att få hela intäkterna från kasinot själv.

**id 388**

Allmänna Villkor hos flyttstädning Motala STÄDGARANTI / REKLAMATION Det är viktigt att du som anlitar E-städ i Motala blir nöjd och får valuta för dina pengar. För att du ska känna dig trygg när du anlitar flyttstädfirma i Motala. Vi på flyttstädning Lueå erbjuder vi fem dagars garanti. E-städs 5-dagarsgaranti innebär att vi tar ansvaret för att städningen blir godkänd och att eventuella missar snabbt åtgärdas. 1.1-► Om du vill reklamera utfört arbete måste du göra det inom fem arbetsdagar. Reklamation senare än fem arbetsdagar godtas inte. 1.2-► Vid reklamation vidtas åtgärder utifrån respektive situation. Generellt åtgärdas problem av ordinarie städare. Skulle en skada inträffa vidtas åtgärder genom ersättning eller reparation av skadat föremål. 1.3-► Reklamationen är ogiltig och ersättning betalas inte om E-städ i Motala får inte möjlighet att rätta till felet eller om kunden själv åtgärdat brister i städningen eller själv reparerat skador. FÖRE STÄDNING 2.1-► El och belysning ska finnas i bostaden eller utrymmet när en flyttstädning ska utföras. Objektet ska vara tömd på allt bohag. Om det finns möbler eller annat kvar i bostaden måste det meddelas E-städ i Motala före flyttstädningen. 2.2-► Kyl och frys ska vara tömda och avfrostade. Dörrarna ska vara lämnade på glänt för att undvika dålig lukt. 2.3-► Kyl, frys och spis ska vara framdragna. Är de inte det kommer de endast att rengöras på åtkomliga ytor. Golvet under kyl eller frys rengörs i görligaste mån genom att gallret mot golvet lossas. 2.3-► Vid avvikelser från ovanstående debiteras du som kund 180 kr. 2.4-► Observera att E-städs personal i Motala inte drar ut kyl, frys, spis, tvättmaskin och/eller torktumlare. Det beror på risken för repor och skador på golv och i tak. 2.5-► Skadad inredning, som trasiga armaturer eller elinstallationer, trasiga skåpluckor eller fönster kommer inte att hanteras av E-städs personal i Motala. 2.6-► Endast fönster som går att öppna utan risk för att de går sönder putsas. Fönstren ska också gå att nå med ett 3-stegs trappstege. E-städs personal putsar inte fönster som bedöms vara skadade eller utgöra risk för personalen. DET HÄR INGÅR I FLYTTSTÄDNINGEN (Checklista finner Du även på startsidan av vår hemsida) Flyttstädning av kök Spis, ugn och värmeskåp rengörs noggrant; alla ytor, även bakom Kyl och frys; alla ytor, även bakom Samtliga skåp och luckor rengörs noggrant Ventilering, fläkt och fast belysning rengörs Alla arbetsbänkar rengörs Armaturer rengörs Allt kakel tvättas Dammtorkning av samtliga målade ytor Golv rengörs tillsammans och eventuella glasytor Flyttstädning av badrum Badrumsskåp och speglar samt fast belysning rengörs och putsas Kakel avkalkas och tvättas Klinker och kranar, duschväggar och badkar rengörs och poleras Toalett desinfekteras och rengörs Rör torkas av Ventilering och golvbrunn rengörs Fönsterputs vid flyttstädning Alla fönster putsas, på in- och utsida. Flyttstädning av övriga rum Fönsterbänkar rengörs samt eluttag rengörs Rengöring och dammtorkning av och bakom element Garderober, luckor och handtag våttorkas Golv, golvlister och trösklar våttorkas Väggar och tak dammtorkas DET HÄR INGÅR INTE I FLYTTSTÄDNING (Självklart kan du beställa nedanstående tjänster som tillägg) 3.1-► Städning av balkong och/eller uterum, fönsterbleck utomhus, förråd, tvättstuga och garage. 3.2-► Tvätt av persienner 3.3-► Våttorkning av väggar och tak. 3.4-► E-städ rengör endast väggar i badrum om väggfärgen är

**id 389**

Microsoft presenterade KIN – Microsoft Sverige – Nyhetsblogg Microsoft Sverige – Nyhetsblogg Microsoft Sverige – Nyhetsblogg Den officiella nyhetsbloggen från Microsoft i Sverige. Här publiceras nyheter på svenska om företaget, produkter, affärer, marknadsföring och aktuella händelser. I förra veckan bjöd Microsoft in till ett hemligt event i USA och många, däribland Engadget, spekulerade i vad som skulle presenteras.. Igår presenterades KIN , ett nytt erbjudande för ungdomssegmentet som är exklusivt för operatören Verizon i USA, samt Vodafone i Englands, Spanien, Tyskland och Italien. Kin telefonerna tillverkas av Sharp och mjukvaran är en specialutvecklad variant av Windows Phone. Kin kommer heller inte till Sverige utan här får vi se fram emot Windows Phone 7. Läs vad Peter Wissinger (nordisk affärsområdeschef för Windows Phone) skriver om KIN. En rad medier skriver om de nya telefonerna – Engadget, PC för Alla, E24, Privata Affärer, Gefle Dagblad, Prylzonen, IDG, Datormagazin, Elektronikbranschen, Ny Teknik, TechWorld och Seattle Pi är några som skrivit om det. Se fler bilder från lanseringen. Dela Tags Fanpage Innovation Microsoft Windows Phone 7 Comments (1) Cancel reply Name \* Email \* Website Daniel Andersson says: April 13, 2010 at 1:55 pm Vågar man fråga om Xbox 360 achievements kommer att finnas på KIN precis som på Windows Phone 7?

**id 390**

Cirkus Normal | Cirkusskola i Stockholm för barn och vuxna – Jan Norrman, konstnärlig ledare och regissör jannorrman2016-04-26T13:17:21+00:00Sommarläger 13-16 JuniSommarläger för ALLA! Kom och träna med Cirkus Normal på ett 4-dagars sommarläger! Den 13-16 juni ordnar vi ett träningsläger i Thorildshallen på Kungsholmen. Lägret [...]jannorrman2016-04-20T14:14:49+00:00Våruppspel 2016Den 10-15 Maj visar alla cirkuselever upp sina cirkuskonster i Bragehallen på Skansen. Släkt och vänner bjuds in till 6 fantastiska föreställningar med 265 Artister [...]jannorrman2016-04-13T12:14:58+00:00CirkuslägerLäger för medlemmar Vi ordnar 2 läger för våra medlemmar i vår. Antestilla ute på Langnö för elever 9-13 år. Gävle för ungdomar 14 år [...] Hur presenterar man ett cirkusnummer? Eleverna får lära sig att förmedla en berättelse. Vi arbetar med balans, andning och kroppsspråk. Första året arbetar vi med den egna personen som redskap. Föreställning: Stranden Andra och tredje året studerar vi djurkaraktärer och eleverna får lära sig fysisk gestaltning. Till vår hjälp har vi masker och dräkter som förstärker uttrycket. Föreställning: Zoo Fjärde året introducerar vi mänskliga karaktärer. Eleverna får bl.a. studera rörelser hos mekaniska leksaker. Föreställning: Toys Därefter arbetar vi gemensamt i gruppen fram idéer, karaktärer och föreställningar. Akrobatik ingår i alla Cirkus Normals lektioner. Enskild akrobatik: Från kullerbyttor till avancerade volter. Parakrobatik: Eleverna får arbeta med en eller flera partners för att hitta en gemensam balans. Ensemble-akrobatik: Hela gruppen tränas i att hitta gemensamma uttryck och rytm. Alla nya elever får pröva på de olika cirkusteknikerna. Därefter brukar eleverna välja vilka tekniker de vill utveckla. Ofta sammanfaller valet med individuell fallenhet. Våra cirkusledare har en grundkunskap i de olika teknikerna. Därutöver är varje lärare specialist i någon av disciplinerna. Övrigt: rockring, poi, diablo, devil/flowerstick, enhjuling Varje läsår avslutas med en galaföreställning, där föräldrar, släkt och vänner bjuds in. Alla våra barn och ungdomar får möjlighet, att visa sina färdigheter för en entusiastisk publik. När en föreställning växer fram får eleverna träna alla artistiska moment i professionell produktionen och uppsättning. Valet av scen har varierat under åren. Vi har bl.a. gästspelat på Teater Replica på Kungsholmen, Fria Teatern i Högdalen. De senaste åren har vi haft våra uppspel i Bragehallen på Skansen.

**id 391**

ENERGIBALANS FÖR KROPPENS SJÄLVLÄKANDE YIN OCH YANG I MATEN Den makrobiotiska förståelsen av kosten ser till matens energi, om den är yang -värmande, sammandragande och uppiggande eller yin – kylande, expanderande och avslappnande. Den här dimensionen av kosten går bortom vetenskapliga bevis och bekräftas av personliga erfarenheter. Den ger unika möjligheter till läkande eftersom den omfattar mer än det vanliga biokemiska perspektivet med vitaminer, mineraler, kolhydrater, fett och protein. Självläkande väg I en tid av explosivt ökande medicinska kostnader och krympande resurser har det blivit uppenbart att dagarna med endast konventionell skolmedicin och dess ensidiga medicinska behandling är räknade. Den kraftiga ökningen av fetma, diabetes, cancer, Alzheimer och andra degenerativa hälsoproblem kommer förr eller senare att tvinga samhället att titta närmare på hälsosam kost som ett kraftfullt förebyggande och självläkande medel. Dr. Werner Kübler, professor i både medicin och näringsvetenskap i Tyskland, hävdade en gång att det inte kommer att bli någon verkligt bra medicinsk behandling förrän läkarna arbetar tillsammans med näringsterapeuter. Tyvärr grundar inte alla kostrådgivare sina råd på aktuell information. Så kallade experter på kost och hälsa uttrycker även motstridiga åsikter. Således kan deras rekommendationer lätt förvirra dem som försöker förstå det komplexa ämnet näringslära. Det är människan själv, inte hälsospecialister, vare sig läkare eller kostrådgivare som avgör hur man mår. En viktig del av den makrobiotiska vägen gäller att ta ansvar för det egna livet och den egna hälsan. Personlig anpassning På den makrobiotiska vägen strävar man efter en förbättrad intuitiv känsla för sina egna personliga behov snarare än att bara rikta sig efter en viss kosthållning. Man behöver undvika socker, härdat fett och andra starkt raffinerade livsmedel med alla dess skadliga effekter. Detta motverkar dagens tendens till mer skräpmat och snabbmat. Dessa produkter från livsmedelsindustrin och snabbmatsrestauranger är idag så vanliga att de har blivit en viktig orsak till den kraftiga ökningen av fetma och degenerativa sjukdomar. Makrobiotiken var redan tidigt på 1900-talet inne på tanken att utvecklingen till allt mer raffinerad mat var en grundläggande orsak till sjukdomar. Egen kompass Många kosthållningar kan klart definieras men inte den makrobiotiska. Här finns snarare en riktlinje som fungerar som ”kompass”. Individuella behov varierar på grund av många faktorer som genetisk bakgrund, hälsotillstånd, ålder, kön, arbete, aktiviteter och till och med vädret. Därför finns det knappast ett enda riktigt sätt att äta för alla. Att hitta den rätta balansen i maten kräver både finkänslig intuition med energitendenserna utvidgning (yin) och sammandragning (yang) och en analytisk intellektuell förståelse för kroppens biokemi. Enligt makrobiotiken borde maten (så mycket som möjligt) komma från det område där man bor, för att ge en optimal energibalans mellan yin och yang. Tanken att allmänt välja maten från närliggande områden stämmer nog, men det blir ett snävt urval om man följer detta dogmatiskt. I så fall skulle bara de som bor i tropikerna ha fördelen av kokosfettet som stärker allas hälsa med den gynnsamma laurinsyran. Den makrobiotiska tanken är just att mat med tropiskt ursprung har en nedkylande yin-effekt på kroppen och passar inte i ett kallt klimat. Det stämmer nog för kokosnöten själv, men kokosfett värmer kroppen (yang). ”Polarna” yin och yang Den energimässiga aspekten av kosten handlar om en annan förståelse av polarna yin och yang än Traditionell Kinesisk Medicin (TCM). Med olika synvinklar är båda systemen värdefulla som en förklaring till livets motsatta energier och båda systemen har sin egen logik. Makrobiotiken visar bättre än TCM hur man ska äta hälsosamt och till vardags fungerar makrobiotikens förklaring bra. Man kan i alla fall sätta ihop en måltid för optimal hälsa och harmoni utan en grundlig förståelse av yin och yang. Från början behöver man inte tänka så mycket på yin och yang eftersom den allmänna riktlinjen visar vägen mot balanserade måltider. Tänkandet med yin-yang gäller polariteten mellan två motsatta energitendenser. Yin motsvarar den utåtriktade tendens

**id 392**

Denna supercell som drog fram över New Mexico år 2004 släppte stora hagel med en diameter på 5 cm och orsakade stora skador. Det roterande vindmönstret i en supercell gör att de kalla neråtvindarna som följer med nederbörden inte kväver den varma uppvinden, vilket ofta sker ganska snabbt i vanliga åskceller. Fallvindarna och nederbörden koncentreras på ena sidan av cellen i ett krokformat område och tillåter mer varm luft att sugas in från den andra sidan [3] Så i stället för att konkurrera om utrymmet, så gynnar upp och neråtvindarna varandra på ett symbiotiskt sätt och fungerar lite som ett frontsystem i mikroformat. Det finns i sin tur tre olika typer av superceller: Classic (typisk), HP (high precipitation, mycket nederbörd)[4][1] och LP (low precipitation, lite nederbörd) [5]. Storleken på en enskild supercell varierar från ett par kilometer upp till som mest cirka tre mil. Superceller kan förekomma som isolerade åskväder, men kan också finnas med i stora sammanhängande kluster av många åskceller, så kallade MCS (mesoscale convective systems, eller multicellsystem). Dessa kan täcka en yta på mer än tio mil i diameter[3] Geografisk förekomst[redigera | redigera wikitext] Superceller förekommer till största delen i tempererade och subtropiska klimatzoner. Talrikast förekommande är de inom det så kallade tornadobältet i USA, som sträcker sig från sydstaterna och upp över mellanvästern. Det är just superceller som är skyldiga till de allra flesta tornador som drar fram där.[6] De geografiska betingelserna i området gör att varm fuktig luft från mexikanska golfen stöter i hop med varm och torr luft från Arizonaöknen och kall polarluft norrifrån. Denna krock av luftmassor leder till att extrem instabilitet i atmosfären kan uppstå.[7] Men det är inte bara i USA som superceller förekommer. De kan bildas var som helst om förhållandena är de rätta, och de förekommer även i Sverige. Trots att det är i USA de är mest omtalade, så var det i England som man först började göra studier på superceller. Supercellen tillhör de mindre vanliga av alla typer åskväder och detta gäller även i tornadobältet. Gynnsamma förutsättningar

**id 393**

Vid skogsavverkningar blir det allt vanligare att även grenar, toppar och barr (”grot”) fraktas bort från hyggena, för att användas som biobränsle. Det finns farhågor om att detta intensiva utnyttjande av skogsråvaran på sikt kommer att leda till försurade marker och vatten, men risken tycks vara mindre än befarat. Det visar en avhandling av Therese Zetterberg från Sveriges lantbruksuniversitet och IVL Svenska Miljöinstitutet. Det ökade intresset för biobränslen och andra förnyelsebara energikällor märks tydligt. Idag står förnyelsebara energikällor för cirka 50 procent av den totala energianvändningen i Sverige. Det är en ökning på 33 procent jämfört med 1990. – Det är här en mycket positiv utveckling, säger Therese Zetterberg, men ett intensivare skogsbruk leder också till ett ökat tryck på skogen. Till exempel kan uttag av så kallat grot – grenar, toppar och barr – leda till försurning av mark och vatten. Orsaken är att trädens gröna delar innehåller mer näring och ämnen som buffrar mot försurning än stamved. Om groten istället hade fått ligga kvar i skogen skulle den ha fyllt på markens förråd av näringsämnen och neutraliserat den syra som uppstått under trädens tillväxt. Genom att den skördas försvinner denna möjlighet. I sitt doktorsarbete har Therese Zetterberg undersökt långsiktiga effekter av grotuttag på olika platser runtom i Sverige. Fältmätningar visade att markens förråd av kalcium, ett viktigt makronäringsämne, har minskat med upp till 50 procent på endast 20 år. – Störst minskning fann vi på en granlokal i norra Sverige, där markens förråd av kalcium från början var stort, säger Therese Zetterberg. Enligt Naturvårdsverkets bedömningsgrunder har det extra uttaget av grot inte ökat surhetstillståndet i marken. På den norra lokalen har marktillståndet till och med förbättrats under de 20 åren. – När kollegor till mig analyserade barr i uppväxande skog visade det sig också att markförråden verkar vara mer än tillräckliga för att täcka trädens behov, säger Therese Zetterberg. Inte heller tycktes trädens tillväxt vara påverkad. Det beror på att det är först och främst kväve som begränsar tillväxten i våra svenska skogar. På samma lokaler undersökte Therese Zetterberg också marklösningen, 27–30 år efter avverkning. Jämfört med traditionell skogsavverkning var marklösningen något surare efter grotuttag. Återigen var skillnaden störst på den norra lokalen, men där var bufferkapaciteten ändå så pass god att den ekologiska betydelsen för vattenlevande organismer bedömdes som väldigt liten. På de två södra lokalerna var skillnaden väsentligt mindre och inte heller tillräckligt stor för att motverka återhämtningen från försurning. Några år senare var skillnaderna mellan traditionell skogsavverkning och sådan där även grot skördades helt borta. Therese Zetterberg har även testat att rekonstruera de uppmätta förändringarna i mark och marklösning med hjälp av en modell. Modellresultat används för att beskriva helträdsuttagets påverkan på längre sikt än vad vi har data för. Därför är det viktigt att veta hur pass väl de beskriver verkligheten. – Modellresultaten överensstämde med de minskade trender vi sett i marken, men överdrev hur stora förlusterna var, säger Therese Zetterberg. Modellen var också väldigt känslig för vilka antaganden som gjordes om t.ex. trädens upptag av kalcium. Man måste även vara medveten om att modellerna inte tar hänsyn till att träden kan anpassa sig till förändringar på växtplatsen, s.k. biologisk återkoppling, vilket i framtiden skulle kunna minska trädens försurande påverkan. – Man ska alltså vara väldigt försiktig med att tolka framtiden baserat på resultaten från olika modeller, säger Therese Zetterberg. Resultaten är unika i sitt slag. Det finns väldigt få platser i världen där det går att mäta och modellera de långsiktiga effekterna av avverkning med grotuttag. Resultaten tyd

**id 394**

En mustigt avokadoröra från Mexiko. Receptet är för 2–3 personer. Ingredienser 2 avokado 1 tomat 2 vitlöksklyftor 1 chilipeppar eller någon tesked torkad, efter smak 0,5–1 msk pressad citron eller lime 2 krm salt Gör så här Dela och kärnorna ur avokadona, gröp ur dem med en sked och finhacka. Finhacka tomat, vitlök och chilipeppar om du använder färsk. Annars tillsätt den torkade. Blanda ihop alla ingredienserna i en skål tills avocadoröran är krämigt kladdig. Smaka av med chilipeppar, citron oc… New Human Relations w. Anneli Påmark & Carl Österberg Vi har haft den stora äran att vara med i Live the Impossible Show där vi blev intervjuade av Oliver Silverhøj, Tora Zophia Silverhøj och Pam Lob. Live the Impossible Show har lyssnare från mer än 90 länder och de har tidigare intervjuat personer som David Icke, Dr. Christiane Northrup, Lorie Ladd, Dr. Andrew Kaufman och många fler. Under intervjun berättar vi om hur det är att leva utanför den tredimensionella världen, något som vi har gjort under många år, och om de förändringar som sker i … Den första dagen på det nya året vill vi dela med oss av våra tankar kring året som vi precis lämnat bakom oss, och vilka stora möjligheter som ligger framför oss. I den här videon tar vi upp likheter och olikheter, egot och hjärtat, mänskliga grundläggande behov, kärlek och en del annat smått och gott. Eller kämpar du emot, paddlar motströms och till och med håller på att sjunka? I så fall riskerar du att skjuta upp det som är livsviktigt för dig. Förändringar som du vet är helt nödvändiga, men som du tänker att du kan ta i morgon i stället, eller nästa vecka eller nästa månad ... och så går åren. Vi är trogna vårt eget varumärke och vägrar följa John. Det vill säga, vi firade faktiskt INTE något sedvanligt 10-årsjubileum i våras, trots att Human Awareness startade sin verksamhet på våren 2010. I stället vill vi uppmärksamma att vi nu är på god väg att avverka vårt 11:e år som framgångsrika företagare. Och det gör vi så klart i dag, den 11/11 kl. 11:11. Här är en tankeväckande historia, nu även med Human Awareness perspektiv ❤️ ... En lärare tog med sig ballonger till skolan och bad eleverna att blåsa upp var sin ballong och sedan skriva sitt namn på den. När alla var klara kastade de ut ballongerna i korridoren och läraren gick runt och blandade ihop dem så att ingen skulle veta var hans eller hennes ballong var någonstans. Därefter sade läraren till eleverna att de hade 5 minuter på sig att hitta sina ballonger. Eleverna sprang runt och letade… Den här berättelsen har cirkulerat på Facebook ett tag. Vi har inte lyckats hitta ursprunget till texten som verkar vara amerikansk, och vi har sett flera översättningar till olika språk. Historien handlar om en far och dotter, och en intressant iakttagelse är att den ibland har översatts som far och son. Vi undrar om vissa kulturer har svårt att associera berättelsen till en kvinna ... snacka om fördomar i så fall! Sanningen är svårfångad. Det är så lätt att tro på sina tankar. Men bara för att det är en tanke, och bara för att du råkar tro på den, betyder det inte att det är sant. - Är det verkligen sant? - Hur vet jag att det är sant? - Kan jag verkligen, verkligen veta att det är sant? - Tänk om det inte är sant? - Tänk om det motsatta är sant? Intresset för Human Awareness har ökat lavinartat de senaste åren, och det bara fortsätter att öka. För att möta efterfrågan har vi utbildad 12 nya coacher under 2019–2020, och till hösten startar vi ännu en coachutbildning. I den här artikeln, från tidningen Free nr 4, juli–augusti 2020, får du inblick i Human Awareness verksamhet och Annelis och Carls liv. Läs den inspirerande intervjun, författad av Agneta Orlå, och lär dig mer om hjärtintelligens! Gör ditt eget fläderblomste Fläderblomste är en lugnande och stärkande dryck som är rik på vitamin A, C, och B. Dessutom är det gott! Fläderblom har virus- och bakteriehämmande egenskaper och är antiinflamm

**id 395**

Hjälp: FlashScore.se erbjuder dig ett komplett utbud av livescore för fotboll från Zimbabwe. Fotboll målservice / livescore med "pling i rutan" från Zimbabwe. Du behöver inte manuellt uppdatera sidan för att få de senaste fotbollsresultaten utan all livescore sker i realtid och uppdateras direkt på sidan. Förutom att följa fotboll live har du också tillgång till tabeller från Zimbabwe. Du kan även anpassa din egen favoritlista med de fotbollsmatcher du är intresserad av och följa dessa resultat på en separat sida med ljudnotis vid varje mål. De mest besökta resultat sidorna på fotbollssektionen för live scores är: Premier League, Serie A, La Liga och Allsvenskan. Totalt erbjuder vi över 1000 ligor och cuper i vår bevakning.

**id 396**

Välkommen till Mohlins Bussar! Här kan du som är intresserad av att hyra en buss göra en offertförfrågan. Vi hör av oss med ett prisförslag inom 24 timmar kontorstid. Offertformulär Vill du hellre prata med oss direkt så är du välkommen att ringa 0651-10 000 tonval 2. Berätta hur ni har tänkt er resan så hjälper vi er att planera detaljerna! E-post: info@mohlinsbussar.se Mohlins Bussar är i huvudsak verksam i Hälsingland, Härjedalen och Jämtland men vi kan erbjuda bekväma bussresor inom hela Sverige. Med många års erfarenhet och bussar som passar alla tillfällen är vi det självklara valet när du behöver hjälp med transport. Våra hjälpsamma chaufförer ser till att din bussresa blir en så trygg och angenäm upplevelse som möjligt. I samarbete med vårt systerbolag Härjedalingen kan vi erbjuda expressbussar som dagligen trafikerar Stockholm till och från orter i Gästrikland, Hälsingland, Härjedalen samt Jämtland. Härjedalingen arrangerar även resor till musik- och teaterupplevelser, sportevenemang och andra härliga äventyr inom och utom Sverige.

**id 397**

Multipel skleros – MS - 1177 Vårdguiden - sjukdomar, undersökningar, hitta vård, e-tjänster Multipel skleros, MS, är en sjukdom i det centrala nervsystemet, det vill säga hjärnan och ryggmärgen. Om man har MS uppstår inflammationer och ärr på nervtrådarna och det gör att impulser inte kommer fram som de ska. Inflammationerna kan finnas på olika ställen i centrala nervsystemet, och därför kan man få besvär i olika delar av kroppen. Det finns olika former av MS. Oftast går sjukdomen i skov, det vill säga man har perioder med besvär. Med åren kan man bli sämre också mellan skoven. Vilka besvär man får och hur länge de varar varierar mycket från person till person. Sjukdomen är vanligast hos kvinnor, och de flesta som får MS är i åldern 20 till 40 år. Det finns ingen känd orsak till varför man får sjukdomen. MS kan ge många olika besvär, men det är vanligast att sjukdomen börjar med känselrubbningar eller domningar svårigheter med gång och balans synbesvär. Inget av symtomen behöver betyda att man har MS, det kan finnas många andra anledningar till besvären. Det finns ingen behandling som botar MS, men det finns läkemedel som bromsar sjukdomsförloppet. Medicinen får man med sprutor, dropp eller tabletter. Om man blir tillfälligt sämre kan man en kort period få behandling med till exempel kortison. Rehabilitering, till exempel sjukgymnastik, är viktigt för rörligheten och livskvaliteten. När ska man söka vård? Om man har symtom som man misstänker beror på MS ska man kontakta en vårdcentral. Om besvären är kraftiga eller kommer plötsligt ska man söka vård direkt på en vårdcentral eller en akutmottagning. Man kan alltid ringa sjukvårdsrådgivningen för råd om vart man ska vända sig. Nervtrådarna är isolerade I hjärnan och ryggmärgen finns nervtrådar som överför nervimpulser mellan hjärnan och kroppens olika delar. Nervtrådarna kan liknas vid elektriska ledningar eftersom en nervsignal är en elektrisk impuls. Precis som runt andra elektriska ledningar behövs en isolering runt nervtråden för att impulsen ska gå fram. Nervtrådens isolering i centrala nervsystemet är ett fettämne som heter myelin. Om man har MS kommer immunförsvarets vita blodkroppar in i centrala nervsystemet och angriper myelinet. Det uppstår en inflammation, och ibland skadas själva nervtrådarna. Då kan nervimpulserna inte ledas på rätt sätt. Vilka symtom man får beror på vilka nervtrådar som blir inflammerade. Är det till exempel nervtrådar till muskler i ett ben som inflammeras blir man svag i benet, och är det nervtrådar från känselorgan i benet får man domningar. Det är ännu okänt varför de vita blodkropparna angriper myelinet när man har MS. Ärr bildas av inflammationen Inflammationen på nervtråden kan läka ut efter några veckor och då försvinner symtomen ofta. En sådan besvärsperiod brukar kallas för ett skov. Om inflammationen inte läker riktigt kan det bildas ett ärr där inflammationen suttit. Det är dessa ärr som gett sjukdomen dess namn, multipel skleros, som betyder "många förhårdnader". MS och ärftlighet Orsaken till MS är inte känd men ungefär var femte person med MS har en nära släkting som också har sjukdomen. Kombinationer av vissa arvsanlag ökar risken för MS, men det finns inget enskilt arvsanlag som gör att man får MS. Sjukdomen räknas därför inte som ärftlig. Nästan var tredje kvinna med MS blir gravid och föder barn efter sjukdomens debut. Det är därför många kvinnor med MS som under årens lopp har genomgått graviditeter och förlossningar. MS innebär inte något hinder för graviditet och barnafödande. I samband med förlossningen får man smärtlindring på vanligt sätt och barnen föds friska. MS utgör inte något hinder om man vill amma sitt barn. Sjukdomen får som regel ett lugnare förlopp med färre skov under graviditeten, men efter förlossningen ökar risken för skov. Sammantaget är sjukdomsaktiviteten under graviditeten och de följande månaderna ungefär som under ett

**id 398**

Deklaration- slutskattebesked - rotavdrag Deklaration- slutskattebesked - rotavdrag Fick deklarationen igår. Gjort rotavdrag på ca 50.000 kr mellan perioden 1/1-31/6 -09. Skickde in så det kom till skatteverket 2010-02-18. ´ Undrar när man ser slutsakttebesked hur mycket jag får tillbaka. Det beloppet som står i deklarationen jag fick igår är väl utan rotavdrag-pengarna jag ska få tillbaka? Någon som är klok på detta? I pappersversionen finns en preliminär skatteuträkning och där kan du läsa hur mycket du får tillbaka (inkl rotavdrag). Den preliminära skatteuträkningen finns även på Internet och där är också rotavdraget inkluderat i den summa som står på raden med beräknat belopp att få tillbaka. Detta gäller i alla fall för rotavdrag gjorda efter 1 juli. Är det rotavdrag för arbeten före 30 juni, måste du själv ansöka om rotavdrag. Tack för svar! Jag har skickat in ansökan om rotavdrag före 1 juli, det är dom pengarna jag undrar när man ser hur mycket man får tillbaka? Hej, jag är i samma situation och har kontaktat Skatteverket som säger att de uppgifterna kommer att finnas med på slutdeklarationen som man får i juni (om man har vanlig deklaration). Om man vill veta ungefär hur mycket man totalt får tillbaka på skatten, så ska man använda internetdeklarationen och själv fylla i storleken på det beloppet som man har sökt ROT-avdrag för. Jag kan tycka att det är lite drygt att dom inte inkluderar avdraget på själva deklarationsblanketten, trodde att det var poängen med att skicka in det före den 18 feb... Ha en fortsatt trevlig dag! peach1 Tack för svar! Du var snabb med att kontakta skatteverket Jag vet, känns drygt. Man är ju så nyfiken på exakt belopp.. Jag skickade in blanketterna efter den 18 feb, någon som vet när man får pengarna då? innan 1 feb skulle man ha skickat in papprena för att vara garanterad pengarna innan midsommar. Man måste då även deklarera via nätet. Jag skickade in de i mitten på juni, men de har tydligen blivit liggande någonstans på skatteverket innan de registrerats då de satt ankomstdatum till 17/2

**id 399**

Arbetet med Trikåfabriken 9 i Hammarby Sjöstad är i full gång. Det är första gången Fabege låter bygga till ett kontorshus med en trästomme, men troligen inte den sista. ”Genom att använda trä till stommen har vi totalt minskat koldioxidutsläppen med 50 procent, jämfört med en stomme av stål och betong”, förklarar projektchefen Michael Lundblad på Fabege. Trikåfabriken är en unik industribyggnad ursprungligen från 1920-talet som nu görs om till en mer levande, modern och hållbar kontorsbyggnad. En utmaning under planerandet av tillbyggnaden har varit att på bästa sätt utveckla kvarteret med en hållbar påbyggnad och samtidigt behålla industrikänslan. Dessutom ska påbyggnaden tillföra så lite vikt som möjligt till den befintliga byggnaden som i princip ”låg och flöt” i Hammarby Sjöstad, enligt projektchefen Michael Lundblad på Fabege. I dag är byggnaden grundförstärkt i berget och tillbyggnaden i trä kommer att ha en 30 procent lägre vikt än vad motsvarande en stomme i stål och betong skulle ha haft.

**id 400**

Du kan bläddra bland och köpa appar i App Store på din iPhone, iPad, iPod touch, på din Apple Watch, på din Mac eller på din Apple TV. Bläddra och köpa Du behöver ett Apple-ID för att hämta och köpa appar från App Store. Ditt Apple-ID är det konto du använder för att få tillgång till Apples tjänster. Om du använder andra Apple-tjänster, som iCloud, ska du logga in på App Store med samma Apple-ID. Om du inte har ett Apple-ID kan du skapa ett. Om du är i App Store på någon av dina enheter och ser hämtningsknappen nära en app innebär det att du redan har köpt eller hämtat den appen. När du trycker eller klickar på hämtningsknappen hämtas appen till din enhet igen, men du behöver inte betala igen. Du kan också visa en lista med appar som du har köpt och hämta dem igen. Läs om vilka betalningssätt du kan använda för att köpa appar och annat innehåll. Du kan också skapa ett Apple-ID utan en betalningsmetod när du hämtar en gratisapp. Så här köper du appar på din iPhone, iPad eller iPod touch - Tryck på appen App Store på startskärmen. - Bläddra till eller sök efter den app som du vill hämta. Tryck sedan på appen. - Tryck på priset eller tryck på Hämta. Du kan behöva logga in med ditt Apple-ID. Om du hittar ett spel där det står Arcade måste du prenumerera på Apple Arcade för att kunna spela spelet. När appen har hämtats kan du flytta den till en annan plats på din hemskärm. Appar uppdateras automatiskt, men du kan läsa mer om att uppdatera appar. Du kan göra flera köp med vissa appar. Om du ställer in Familjedelning kan du använda Be om köp så att barn måste få din tillåtelse innan de kan köpa något i appar. Läs mer om köp inuti program. Om appen säljs med en iMessage-app eller ett paket med dekaler kan den öppnas i Meddelanden. Så här köper du appar på din Apple Watch Med watchOS 6 kan du hämta appar direkt från App Store till Apple Watch. Du kan också lägga till appar på Apple Watch från din iPhone. - Öppna App Store-appen. - Bläddra till eller sök efter den app som du vill hämta. Tryck sedan på appen. - Tryck på priset eller tryck på Hämta. Du kan behöva logga in med ditt Apple-ID. Appar uppdateras automatiskt, men du kan läsa mer om att uppdatera appar. Om du ställer in Familjedelning kan du använda Be om köp så att barn måste få din tillåtelse innan de kan hämta appar. Så här köper du appar på din Mac - Öppna App Store. - Bläddra eller sök efter appen som du vill hämta. Appar för iPhone, iPad och iPod touch har inte alltid en version för Mac. - Klicka på programmet. - Klicka på priset och sedan på Köp appen. Om det inte står något pris klickar du på Hämta och sedan på Installera appen. Du kan behöva logga in med ditt Apple-ID. Om du hittar ett spel där det står Arcade måste du prenumerera på Apple Arcade för att kunna spela spelet. När appen har hämtats helt kan du hitta den och hantera den i Launchpad. Appar uppdateras automatiskt, men du kan läsa mer om att uppdatera appar. Du kan göra flera köp med vissa appar. Om du ställer in Familjedelning kan du använda Be om köp så att barn måste få din tillåtelse innan de kan köpa något i appar. Läs mer om köp inuti appar. Så här köper du appar på din Apple TV - Öppna App Store på din Apple TV. - Bläddra till eller sök efter den app som du vill hämta. Välj sedan på appen. - Välj priset eller välj Hämta. Du kan behöva logga in med ditt Apple-ID. Om du hittar ett spel där det står Arcade måste du prenumerera på Apple Arcade för att kunna spela spelet. När appen har hämtats kan du flytta runt den på startskärmen. Dina appar uppdateras automatiskt. Du kan göra flera köp med vissa appar. Du kan använda begränsningar för att begränsa, blockera eller tillåta köp i appar. Läs mer om köp inuti appar. App Store är inte tillgängligt på Apple TV (3:e generationen eller tidigare). Få information om en app Om du vill ha specifik information om en app, som vilka språk den är tillgänglig på, appens filstorlek eller om den är kompatibel med andra Apple-enheter, bläddrar du till slutet av appens sida. Du kan eventuellt trycka

**id 401**

Larmet aktiveras genom ett tryck på larmklockan eller på larmapparatens röda knapp på framsidan. En klar och tydlig larmmelodi ljuder då och bekräftar att apparaten sänt iväg larmet. Larmklockan är vattentät och kan bäras vid bad och dusch. Den kan med fördel bäras som en klocka eller halssmycke och har en räckvidd på 40-50 meter beroende på omgivningen. Trygghetslarmet sänder automatiskt ut ett provlarm varje dygn som visar att larmklockan fungerar och har kontakt med trygghetslarmet. Om provlarmet inte når fram till trygghetslarmet skickas ett larm till en förprogrammerad larmmottagare om uteblivet provlarm. Vid strömavbrott aktiveras apparatens uppladdningsbara batteri som räcker upp till 80 timmar. När strömmen är tillbaka laddas batteriet åter upp till full kapacitet.

**id 402**

Länkar till föreningar som kämpar mot industriella vindkraftparker i sin närhet: - www.faringtoftanorra.se - Föreningen landskapsskydd - www.helgaro-liv.se - www.kornhult.com - http://home.swipnet.se/bevara\_Aspfjellet/media\_old.htm - www.bevaralinderodsasen.se - www.vindkraftuppvidinge.se - www.vangasvyer.se - www.motvind.info - www.ljusstyrkan.se - Rädda Hallandskusten - http://www.danske-torpare.dk/goderaad/vindkraft/vindkraft.pdf - www.vindkraft-odeshog.se - Vindkraft och elpriser www.dn.se - Läkare om infraljud http://hd.se - Oenighet om vindkraft http://hd.se - Tystnad, en bristvara www.apoteket.se - Livsfarliga vindkraftshaverier www.eslared.se/arkiv http://www.n.lst.se/lstweb/Common/Templates/NewsArticle.aspx?NRMODE=Published&NRORIGINALURL=%2Fn%2FPressrum%2FNyheter%2F2006%2FVindkraft.htm&NRNODEGUID=%7BF0EA52CE-C348-49F0-BCA5-0F7340406BA2%7D&NRCACHEHINT=Guest&print=true - fsl2008simrishamn garsnas - att-kontakta politiker - kartor\_sodra\_ljustero 1000M:s avstånd - kartor\_norra\_ljustero 1000M:s avstånd - vindkraft\_i\_falkenberg - debatt i Svd 081201 - 20081201-debatt-i-dn - ljudutbredning med 2MWs vindkraftverk - overklagande-miljo-och-halsa-20090305 Artiklar: Under titeln omvärld finns pressurklip från samtliga tidningar i Sverige - Artikel om vindkraftsolyckor - fsl2008simrishamngarsnas1\_65.pdf - debatt i Svd 081201 - 20081201-debatt-i-dn - 20080826-Ny-teknik - 20081002-Goteborgsposten - 20081001-Miljoaktuellt - 20081003-Miljoaktuellt - 20081004-Hallandsposten - 20081006-Skanska-dagbladet - 20081006-Barometern - 20081004-Ostra-nyheterna - 20081006-Ny-teknik - 20081006-Eskilstuna-kuriren - 20081014-Insandare-gotlands-tidning - 20081015- Blandade - 20081024-Goteborgs-fria-tidning - 20081029-kristianstadsbladet - 20081029-ystads-allehanda - 20081028-dala-demokraten - 20081118-dalarnas-tidning-debatt - 20081125-omvarldsbevakning - 20081129-omvarld - 20081201-omvarld - 20081201-miljoaktuellt - 200812 omvärldsbevakning december - 20090215-omvarld - 20090305-omvarld - 20090318-omvarld - 20090409-omvarld - 20090427-omvärld - 20090828-omvärld - 20091103-omvärld - 20091222-omvärld - 20100302-omvärld - Gävle dagblad 4 mars 2010 - Gävle dagblad 5 mars 2010 - 20100305-omvärld - 20100423-omvärld - Exempel på privata brev till Kraftö och styrande: - tranviksbrev - brev\_gunilla\_bergerham - brev\_lars\_olsson - brev samrad olof schedin - brev samråd per ringström - brev-till-maud-olofsson - samradsbrev-080612-till-krafto - Brev 20090505 -kommunstyrelsen Exempel på brev från föreningen: - info-foreningens-bildande-v838 - brev-politiker - 20090302kommentarer-till-planeringsunderlag-for-vindkraft-skickat Lite info om vad http://www.landskapsskydd.se skriver om Ljusterös planerade vindraftparker;

**id 403**

Hundar kan lukta sig till coronavirusinfektioner, visar en ny studie av tyska forskare. Hoppet är att den här metoden ska kunna användas på flygplatser och andra offentliga platser för att förhindra nya coronautbrott. Hundar har ett 10 000 gånger så starkt luktsinne som människor. Därför kan vissa, tränade hundar lukta sig till sjukdomar som cancer, malaria och virusinfektioner. Nu menar tyska forskare att hundar som är ordentligt tränade kan urskilja salivprov från patienter som är infekterade av SARS-CoV-2 med 94 procents framgång, rapporterar CNBC. Bakom den nya studien står Veterinärmedicinska universitetet i Hannover, Hannovers medicinska högskola och Tyskands försvarsmakt. Under en veckas tid tränades åtta hundar från Tysklands försvarsmakt. Hundarna fick lukta på salivprov från drygt tusen personer som antingen var friska eller smittade. – De metaboliska processerna i en sjuk patients kropp förändrats helt och hållet och vi tror att hundarna kan upptäcka en specifik doft av de här metaboliska förändringar som pågår i patienterna, säger doktor Maren von Köckritz-Blickwede, professor i biokemi och en av forskarna, i ett videoklipp på Youtube. Enligt rapporten ska metoden kunna tillämpas på offentliga platser med stora folksamlingar som flygplatser och sportevenemang, som antingen ett alternativ till labbtesterna eller utöver dem. Den kan hjälpa att förhindra fortsatt smittspridning eller nya utbrott av viruset. En annan av forskarna, professor Holger Volk, poängterar i videoklippet att det här bara är en pilotstudie, men att mycket potential finns för att gå vidare med den och senare möjliggöra användningen av hundarna på fältet.

**id 404**

- Tysk geting Tyskgeting (Vespula germanica) är en geting som hör till underfamiljen sociala getingar vilka bildar samhällen med drottningar och arbetare. Arten är ursprunglig för palearktiska regionen, där utbredningen omfattar större delen av Europa, Nordafrika och delar av tempererade Asien. Med människan har den introducerats till flera andra delar av världen, på norra halvklotet exempelvis till Island och över Atlanten till USA och Kanada, och på södra halvklotet Australien, Nya Zeeland, Sydafrika, Argentina och Chile. I en del områden dit den oavsiktligt introducerats ses den som ett skadedjur och en invasiv art. Innehåll - 1 Kännetecken - 2 Utbredning - 3 Levnadssätt - 4 Källor - 5 Externa länkar Kännetecken[redigera | redigera wikitext] Tyskgetingen har svart och gul färgteckning. Huvudet och mellankroppen är svarta med gula teckningar. Bakkroppen är svart med gula tvärband. De gula tvärbanden är breda och de svarta tvärbanden mellan dem är därför ganska smala. Mitt på ovansidan finns i de gula tvärbanden en svart fläck som till formen liknar en pilspets (avsmalnande bakåt) och som vid basen hänger ihop med framförvarande svarta tvärband. För varje gult tvärband finns också två svarta prickar, en på var sida om den pilspetsliknande mittfläcken. Hos drottningar är dessa svarta prickar från och med andra bakkroppssegmentet fristående från framförvarande svarta tvärband. På munskölden, som är gul, har arbetare och drottningar vanligen tre svarta prickar, som sitter ordnade som spetsarna i en triangel. Ibland kan det förekomma att det endast finns en svart prick, men det är sällsynt. Hanarnas munsköld brukar sakna svarta prickar, men ibland förekommer det att en hane har en till tre svarta fläckar på munskölden. Getingdrottningen hos tyskgeting mäter 17-20 millimeter, arbetarna 12-16 millimeter och hanarna 13-17 millimeter. Typiskt huvud hos tyskgeting med tre svarta prickar på munskölden En drottning kan kännas igen på de svarta prickarna på bakkroppen Utbredning[redigera | redigera wikitext] Arten är ursprunglig för palearktiska regionen, där utbredningen omfattar större delen av Europa, Nordafrika och delar av tempererade Asien. Med människan har den introducerats till flera andra delar av världen, på norra halvklotet till USA och Kanada, och på södra halvklotet Australien, Nya Zeeland, Sydafrika, Argentina och Chile. I en del områden dit getingen oavsiktligt introducerats ses den som ett skadedjur och en invasiv art, särskilt i varmare områden på södra halvklotet. I Norden förekommer tyskgetingen i södra Norge, Sverige (norrut till Svealand, och södra Norrlandskusten), södra Finland och Åland, samt i Danmark. På Island förekomst endast som införd. Levnadssätt[redigera | redigera wikitext] Tyskgetingen bygger ofta bo i hålor i marken, där boet är gömt och skyddat. Övergivna bon som grävts av små gnagare som sorkar hör till de hålor som nyttjas. Arbetarna kan föra bort jord och utvidga små hålor för att samhället ska kunna växa och boet bli större om hålan där det grundades senare på säsongen blir för liten. Men bon kan även byggas i håligheter i husväggar. Väldigt sällan byggs bon i öppet läge. Samhällena är ettåriga på norra halvklotet. Övervintrande drottningar kommer i nordiskt klimat fram från omkring mitten av maj. Flygperioden för arbetarna börjar kring slutet av juni eller början av juli och varar till hösten, fram oktober, ibland in i november, varefter de dör. Flest arbetare har samhällena normalt i augusti. Årets hanar flyger från augusti till oktober, ibland in i november. Årets drottningar flyger i augusti och september och övervintrar sedan för att grunda nya samhällen följande vår. Först drottningen, och sedan de växt upp arbetarna samlar insekter som flugor, myggor och fjärilslarver till

**id 405**

De tidiga åren Här uppfördes Åtvidabergs vagnfabrik ca. 1908 Åtvidabergs Vagnfabriks AB 1908 – 1912 Mellan åren 1910- 1912 tillverkades sammanlagt 12 bilar som konstruerades av ingenjören Martin Eriksson. Konstruktionen var redan från början ålderdomlig och bidrog sannolikt till att företaget gick i konkurs 1912. 1910-talet I januari 1913 startas Vagn & Fabriksaktiebolaget i Åtvidaberg och man köper Vagnfabrikens lokaler och inventarier för 53000 kr Under de följande åren kommer man i kontakt med Jean L Roths efterträdare ingenjör Magnus Täcklind som är bosatt i Stockholm. Magnus Täcklinds företag importerade järnvägs- och motorvagnar samt vägbeläggningsmaskiner från bl.a Joseph Vögele AG i Tyskland. Han börjar nu att köpa och sälja Vagn & Fabriksaktiebolagets produkter. 1917 behöver Vagn & Fabriksaktiebolaget skaffa nya maskiner och utrustning. Förhandlingar inleds med Magnus Täcklind som köper 400 aktier för 40,000 kr. 1919 löper Täcklind resterande 458 aktier och står därmed som ensam ägare av Vagn & Fabriksaktiebolaget. 1920-talet Magnus Täcklind satsar 260 000 kr och lånar 340 000 kr mot revers av bröderna Joseph och Wilhelm Vögele i Mannheim, Tyskland för att kunna bygga fabriken och köpa maskiner Bild tagen vid fabriken år 1920. 1923 påbörjades byggnationen av en spårväxelfabrik. I samband med invigningen av fabriken 1924 byter företaget namn till Åtvidabergs Spårväxlar och Signalfabriks AB. Tyvärr så gör en långvarig lågkonjunktur vilket gör att man på fabriken hade mycket liten orderingång. Istället för att avskeda personal inleder Täcklind förhandlingar mot att personalen tillfälligt sänker sin lön får samtliga behålla sitt jobb. Samtidigt fortgår produktionen och under nästan 1 år så läggs det mesta man producerar på lager. När sedan konjunkturen vänder har man byggt upp ett ansenligt lager och man kan omgående börja leverera de produkter som efterfrågas. Magnus Täcklind var mycket socialt engagerad och inför en sjukvårds och läkemedelsfond till förmån för sina anställda och deras familjer. Han uppför även för egna pengar ett hyreshus på Adelsvärdsgatan 4 -8, i folkmun kallat Signalen. Där erbjöds de anställdalägenheter. Under åren tillverkades det många olika delar till järnvägsnätet. 1925 började man att tillverka stålbyggnader såsom garage, cykelställ m.m. 1929 stod en ny verkstad klar för detta ändamål Minsta byggnad var en stämpelkur på 1×1 m och största byggnad som producerades var på 165×58 m. 1927 löser Magnus Täcklind ut de övriga borgenärerna i Svenska motor- & Lubrikatorverken i Sölvesborg konkursbo. Tillverkning och maskiner flyttas till Åtvidaberg där en finmekanisk verkstad byggs upp. Ett femtontal tidigare anställda väljer att följa med. 1928 påbörjas tillverkning och leverans av lubrikatorer. 1930-talet 1932 utökades aktiekapitalet till 600000 kr. Magnus Täcklinds fick därmed 2600 A-aktier med full rösträtt och bröderns Vögeles lånerevers omvandlades till 3400 B-aktier med 1/10-dels rösträtt. Täcklind var därmed den som bestämde till vardags och på bolagsstämmorna. Den nya kontorsdelen invigdes under 30-talet. Man saluförde lubrikatorerna till en mängd olika maskiner såsom tändkulemotrorer, fartygsmotorer, lok mfl. Under slutet av 30-talet så utvecklades sempressorn som även patenterades. Sempressorns funktion är något oklar men den skulle bl.a. motverka att bilens motor inte tappade orken vid gaspådrag vilket var ett vanligt fenomen på den tiden. 1940-talet Efter krigsutbrottet så ställdes delar av produktionen om till krigsproduktion. Man tillverkade bl.a. insprutningspumpar och munstycken till Hesselman- och dieselmotorer, men även lavetter till granatkastare. 1943 dör Magnus Täcklind relativt hastigt. Hans svärsöner Werner Jullig och Robert Vogelgesang tar över hans ägarskap. Båda arbetar redan i företaget så för den dagliga verksamheten sker inga större förändringar. Robert Vogelgesang tar över rollen som VD. Efter krigs

**id 406**

Tävlingen äger rum lördagen den 16 maj 2020 i Västerås Konserthus Stora sal mellan 12.30-15.00 med prisutdelning under lördagskvällens galakonsert 19.30. Alla deltagande orkestrar får var sin pokal och diplom. Exempel på stycken i klass 1 (detta är bara exempel på svårighetsnivån så välj gärna eget): De flesta Stråkserenaderna såsom Elgar, Dvorak, Tjaijkowskij, Britten, Holst S.t Paulsvit, Mendelssohns stråksymfonier, Carl Nielsen Liten stråksvit, Sibelius Raakkastava, Grieg Hjärtesår och Våren, Mozart stråksymfonier. Exempel på stycken i klass 2 (detta är bara exempel på svårighetsnivån så välj gärna eget): Sibelius Andante Festivo och Nocturne, Sinfonior och sviter av Vivaldi, Tehlemann, Bach Air, Mozart Eine kleine Nachtmusik samt satser ur Händels Watermusic och Feuerwerkmusiken. KLASS 3 – här tävlar orkestrar som är alldeles i början av sin musikaliska karriär, dvs de 2-3 första åren. Juryn består av två personer: Håkan Johansson och Glenn Mossop. Juryn bedömer nedanstående 10 punkter med en maxpoäng på 10 per punkt, så slutsumman kan totalt bli max 100. Ovanstående sätt att bedöma är vanligt vid tävlingar i blåsorkester, kör, brassband, stråkorkester, symfoniorkester mm både i Sverige och internationellt. Tävlingsanmälan sker senast den 3 februari 2020. Anmälan öppnar 14 januari 2020. Välkomna att anmäla er till tävlingen!

**id 407**

|Baltiska kedjan, 23 augusti 1989. 2 miljoner invånare i de av Sovjetunionen annekterade Estland, Lettland och Lituaen bildar en 600 km lång mänsklig kedja för att manifestera för frihet. En frihet man 2 år senare erhöll, men som nu riskerar att snart vara borta| "Ryssland drar sig österut. Europa säkrare än på länge" Nej nej vi sitter fast i 1940 års försvarspolitik, fast utan upprustningen. NATO debatten behöver lyftas fram i valrörelsen för att klargöra att ett medlemskap är det ända realistiska Sverige kan göra för att hävda sin territoriella integritet. Harmoniseringen med NATOs militära strukturer tar tid. Därför är en folkomröstning nödvändig för att fatta ett beslut. Oavsett utgången av ett sådant. Det känns nästan surrealistiskt att höra Reinfeldt Av det han säger kan man få uppfattningen att han lever i den bubbla som de flesta trodde sprack med Georgien och nu slutligen blåstes bort i och med annekteringen av Krim (Alltså den bubbla som avspeglade sig i det historiska tweet som S Topping citerar i den första kommentaren här ovan) Att Reinfeldt verkar ta så lätt på det som har hänt - och speciellt det som NU händer - i vår omvärld är skrämmande Men det förklarar ju en hel del av varför det ser ut som det gör just nu i Försvarsmakten (och i relationerna mellan FM och Försvarsdepartementet) När man har så diametralt motsatta uppfattningar av verkligheten så måste det ju bli svårt att kommunicera Med denna insikt så kan man ju tycka lite synd om FöMin (för hon borde veta bättre) Men hon kan ju faktiskt göra som sina företrädare - avgå (men det gör hon ju inte) Tyvärr så ser det ju inte bättre ut än att vi efter valet får tillbaka den regeringskonstellation som påbörjade den destruktiva utveckling vi nu ser resultatet av "Förändra er eller dö" som Fredrik Reinfeldt sa till alla moderater efter valvinsten 2006. Fumlar man säkerhetspolitiken kan det bli väldigt bokstavligt för oss under nästa konflikt. Jag undvek intervjun när den gick för att jag visste att den inte skulle vara bra för mitt blodtryck men jag tittade nyss på SVT Play från 1:14. Eller nyss och nyss; det tog ju några minuter för adrenalinhalten i blodet att komma ner på en sådan nivå att jag kunde hantera ett tangentbord. Visst, en rödgrön regering kommer att avveckla ännu mer av den lilla försvarsförmåga vi har kvar men den mannen måste bort från sin maktposition i det här landet och det kan inte ske en sekund för tidigt! Läser på Wikipedia om brotten "landsförräderi", "högförräderi" och den lindrigare formen "landssvek". Kan nog tycka att brottsformuleringen "hindrar dem som är verksamma för rikets försvar eller förleder dem till modlöshet" passar väl in på Reinfeldt/Borg... Även "förstör egendom som är av betydelse för totalförsvaret" bör gå att applicera på deras politik! Ja, läget är katastrofalt och ytterst lite tycks göras för att ens leda till politisk förståelse, än mindre ändamålsenlig budget och förmåga i FM. Att däremot växla befintlig regering mot en som i allt väsentligt avser minska än mer, och som i delar är direkt sympatiskt inställd till grannen i öst, torde knappast vara konstruktivt. Vilken regering vi än röstar fram måste ovillkorligen söka brett stöd för omedelbart återtagande av förlorade förmågor. Alliansen har totalt sabbat försvaret. Detta och den ansvarslösa invandringspolitiken är de två största överraskningarna och inget jag räknade med när jag röstade på dem 2006 och 2010. Det är också helt uppenbart att sossarna som genomförde en massiv försvarsslakt under sin tid 1994-2006 inte kommer att stärka försvaret. Deras kompisar i V och MP vill skära miljarder och s kommer inte att stoppa dem. SD är enda alternativet för de som vill ha ett stärkt försvar. Har varit inne på det förut. Låt budkavlen gå. Säg det till alla ni känner. Inför valet. Gör det till en valfråga. Halka inte in i fällor om invandring o dyl. Eller

**id 408**

Volito är en privatägd investmentkoncern med huvudkontor i Malmö. Verksamheten grundades 1991, ursprungligen inriktad på flygleasing. Företaget nådde snabbt framgångar varpå verksamheten breddades och Volito inledde en expansion. Idag är Volito en starkt tillväxtorienterad koncern byggd på balanserat risktagande och långsiktighet. Verksamheten är indelad i tre diversifierade affärsområden: Fastigheter, Industri och Portföljinvesteringar, områden som var för sig utvecklar egna affärsenheter, affärssegment och dotterbolag. Affärsområde Fastigheter består av Volito Fastigheter som äger och förvaltar kommersiella fastigheter i Malmöregionen. Verksamheten präglas av långsiktighet, effektiv förvaltning, hög servicegrad och nära relationer med kunder och partners. Volito Fastigheter har kontinuerligt utvecklat sitt bestånd för att stärka sin närvaro i Malmöregionens mest attraktiva områden. I företagets målsättningar ingår att positionera Volito Fastigheter som ett av Malmös mest kända fastighetsbolag, och det bästa avseende förvaltning och kundrelationer. Affärsområde Industri startar, förvärvar och utvecklar industrirelaterade verksamheter. Idag består affärsområde Industri av Volito Automation, en snabbt växande organisation inriktad på kunskapsintensiva bolag inom industriell automation. Volito Automation har på kort tid etablerat en välrenommerad verksamhet i Sverige, Finland och Norge, bestående av ett flertal dotterbolag inom hydrauliska lösningar. Volito Automation står förberett för att starta ytterligare automationsinriktade verksamheter, inom områden som pneumatik, elektronik, styr- och reglerteknik samt robotteknik. Inom affärsområde Portföljinvesteringar har Volito betydande delägarskap i såväl börsnoterade som onoterade bolag. Volito har en engagerad ägarfilosofi inriktad på stabil och långsiktig tillväxt. Koncernen strävar efter aktiva delägarskap med engagemang i bolagens styrelser. Volito har en diversifierad portfölj med innehav i Peab AB (publ), Bulten AB (publ), Anticimex AB, Sdiptech AB (publ), Avensia AB (publ) samt EQTs fonder. Peab är ett av Nordens ledande bygg- och anläggningsföretag. Bulten är en av de största leverantörerna av fästelement till den europeiska fordonsindustrin. Anticimex är en ledande global specialist inom skadedjurskontroll, som genom förebyggande åtgärder, ny teknik och hållbara lösningar skapar hälsosamma miljöer för både företag och privatpersoner. Sdiptech är en nischad teknikkoncern inom urban infrastruktur. Avensia är ett ledande företag inom e-handel. EQT är en ledande investeringsfirma med verksamhet i Europa, Asien och USA. 2019-11-25 Karin Bengtsson har utnämnts till Chief Financial Officer (CFO) i Volito AB. Karin tillträder posten senast 2 mars 2020 och ersätter Fredrik Molested som kommer att träda in som CFO i AB Axel Granlund. Karin kommer närmast från befattningen som CFO i MalmbergGruppen. Hela nyheten Sittande från vänster: Karl-Fredrik Granlund, styrelseledamot. Peter Granlund, styrelseledamot. Axel Granlund, styrelseledamot. Stående från vänster: Ulf Liljedahl, VD och koncernchef. Karl-Axel Granlund, styrelseordförande. Lennart Blecher, styrelseledamot. Från vänster: Pelle Hammarström (VD, Volito Fastigheter), Ulf Liljedahl (VD, Volito AB), Karin Bengtsson (CFO, Volito AB), Johan Frithiof (VD, Volito Automation) Socialt ansvar I över tjugo år har Volitogruppen byggt sina affärsrelationer och sina verksamheter på ett antal gemensamma och orubbliga grundpelare. För oss går vägen till framgång via varaktiga och ömsesidigt goda relationer. Vi grundar varje beslut och varje agerande på långsiktighet och stark ansvarskänsla. Förtroendekapitalet är vår starkaste tillgång. Genom åren har vi haft förmånen att nå stora framgångar. Med samma grundpelare som i verksamheten försöker vi därför att på olika sätt ge tillbaka. Bland annat stödjer vi företagare med kloka idéer, sponsrar idrottande ungdomar och hjälper människor i utsatta situationer att påverka sin framtid.

**id 409**

På Kungsgatan 59 ligger en gammeldags pappershandel med allt du kan tänka dig i pappersväg. Pennor, skrivblock, brevpapper och mycket mer.

**id 410**

Bland de nya appar jag testat vill jag börja med ett par för barn. Även om barn inte alltid har mobil, så kan en stunds spel på förälderns mobil vara helt rätt ibland. Den första är Samorost 3, som är ett vackert och ganska klurigt spel med en rymdtomte. Han har hittat en flöjt, och åker nu runt i kosmos för att finna ut var flöjten kom ifrån. Under spelets gång samarbetar man med olika varelser och löser problem. Grafiken är bra, och spelet utspelas i en annan värld. Det jag särskilt gillar är att man dödar ingen, och kan heller inte dö själv. Det är mer som en sagovärld som ger en stunds trevlig spelupplevelse. För barn finns nu också Pettsons Uppfinningar 3, som bygger på att man konstruerar kluriga uppfinningar av olika delar. Det finns sex olika banor, och efter varje bana ”vinner” man en bit till Pettsons cykel. Efter alla banor kan man laga hans cykel. Många ungdomar vill göra högskoleprovet för att komma in på en eftertraktad utbildning. Appen Högskolespelet gör att man kan tävla mot sina vänner på frågor och problem som är tagna från gamla prov. I dagens version finns bara matematik och ordförståelse, men mer lär vara på väg. Spelet är inte olikt det en gång så populära TP, Trivial Pursuit. Über är ett sätt att bedriva taxi-rörelse som är ganska omdebatterat. Om man nu accepterar deras idé är appen Über ett mycket användarvänligt sätt att boka en taxi. Man får betydligt bättre info om när taxin kan komma, och man får ett pris direkt i appen. Appen har även betalfunktion, och man behöver inte fippla med varken kort eller kontanter i bilen. För PC finns ganska många program som hjälper till att ”komma ihåg” alla lösenord. För mobiler har det kommit 1Password, som för varje sajt hjälper till att skapa mycket säkra lösenord eller i alla fall minnas det man själv skapat. Appen minns förstås alla lösenord, och det enda lösenord man behöver minnas själv är det till 1Password. Det finns också möjlighet att lägga in kortnummer och pinkod ”bakom” 1Password. Sen något som är explicit för vuxna är ju spel på nätet med pengar. Casinospel finns numera som app från spelbolag som LeoVegas, Unibet och Mr Green som exempel. Det går att ladda ner gratis apparna i Android- och appstore. Visserligen går det att spela direkt på hemsidan, men appar passar bättre i mobilen. Det går även att få free spins och liknande, dvs spel utan insättning.

**id 411**

Bänka dig medan fåglarna badar Av Flisbybloggen den 18 november, 2011 · Add Comment · i Information, Spaning Här är parkbänken som är öronmärkt för fler än vi människor. Detta är nämligen "Aves" – bänken som bjuder in till vila för dig och badpaus för våra skönsjungande vänner. Denna möbel vara lösningen för att locka till sig småfåglarna tätt inpå livet. Marlen Hähle har designat "Aves" – träbänken med inbyggt fågelbad i keramik. Hon hoppas på en starkare relation mellan fåglar och människor genom bänken. TIPS! Upptäck häftiga och annorlunda fågelholkar genom att söka på "Fågelbo" på Flisbybloggen.

**id 412**

Investering: 16.900 kr exkl. moms Distansutbildning: 7 lärarledda tillfällen Empowering People & Organizations to Unleash Potential and Thrive – Accelerera ditt ledarskap och gå från problemlösning till Co-Creation Vi befinner oss i tider av kris. Och vi kan inte klara av omställningen och övervinna dagens och morgondagens utmaningar med gårdagens lösningar. För att du ska kunna göra skillnad behöver du praktiska resurser med avgörande betydelse för ledares, teams och organisationers framgång. I ”Certifierad Co-Creator” får du med dig kraftfulla metoder, de senaste råden och strategierna för skapandet av förutsättningar för nytänkande och kollektiv kreativitet. Vi koncentrerar oss på hur du kan frigöra potential hos andra och dig själv, hur du tar tillvara på innovationskraft, samt hur ni verkningsfullt kan gensvara på utmaningar och stärka er anpassningsförmåga för att öka era resultat. Upskilla och lär dig de senaste metoderna och strategierna för att bli framtidens ledare, driven av samskapande, engagemang, målmedvetenhet och insikt. Det är nu vi avgör hur vi formar vår framtid. Utbildningen vänder sig till dig i ledande funktion: CXO:s, ledande HR-funktioner, projektledare, processledare, teamledare, linjechefer, agila coacher, scrum masters, upcoming leaders, övriga ledande funktioner, samarbetspartners, organisationsinterna influencers m.fl. Det här får du ut av kursen - Kunskap om de senaste modellerna, metoderna och best practice för mer inspirerade och kreativa ledare och team. - Metoder och tekniker för att stärka ditt ledarskap, reducera och hantera oro och stress. - Utveckla dina kommunikationsskills och bli en bättre lyssnare. - Hur du hanterar svåra och komplexa problem och bryter ned dem till hanterbara och kreativa lösningar. - Hur ni kan komma ur krisen genom att öka engagemang, trygghet, prestation och samarbete. - Lär dig mer om hur du skapar kraft som ökar teamets initiativförmåga. - Ett starkare, lugnare och tryggare ledarskap. - Lär dig metoderna som förbättrar samarbetet mellan olika delar i organisationen. - Verktyg och insikter i hur utmaningar bäst hanteras för ökad flexibilitet och nya perspektiv som utvecklingskälla. - Hur commitment och samarbete internt skapar starka externa effekter Inga förkunskaper krävs. - Verktyg, metoder och modeller för ditt ledarskap, ditt team och din organisation - Individuell coaching (2 coachingtillfällen á 1 timme per samtal) - E-bok med övningar och viktiga ”take-aways” - Certifiering Utbildningens upplägg är interaktivt och innehåller följande kärnkomponenter. - Led teamet tryggt i och bortom kris. - Så samskapar ni inom och över teamgränserna. - Samutveckla resilienta och motståndskraftiga individer och team. - Så stärker ni er smidighet och anpassningsbarhet. - Hur team, ledare och organisationer kan samforma framtiden. - Så frodas ni genom kreativitet och engagemang. - Hur ni i en utmanande situation kan hitta nya möjligheter för tillväxt. - Så hämtar ni kraft i organisationen. - Väck potential och rusta er inför framtiden. - Kommunicera och stöd varandra även på distans. - Facilitera effektivt på distans. Certifiering: Certifieringsprocessen går som en röd tråd genom hela utbildningen, så att långsiktigt lärande och ny kunskap får gå hand i hand. Ett mindre projekt genomförs. Utbildningen levereras på distans över 7 lärarledda tillfällen, total längd 22 timmar. Digitalt material med videos, artiklar och övningar som du enkelt slutför i din egen takt mellan passen tillkommer. Walk the talk med studiepartner och andra interaktiva metoder ingår i utbildningsupplägget. Blended learning. Certifieringsprocessen löper som en röd tråd genom hela utbildningen, så att långsiktigt lärande och ny kunskap får gå hand i hand. Ett mindre projekt genomförs. Efter deltagande i minst 6 av 7 utbildningstillfällen och godkänd certifieringsuppgift är du Certifierad Co-Creator. Certifieringen genomförs enligt överenskommelse under vecka 18. Vi hälsar dig varmt välkommen till distansutbildningen ”Certifierad Co-Creator” tillsammans med oss på EPM! Kursupplägg Våren 2021 (fördelat över 7 lärarledda tillfällen) - Tillfälle 1: 12 mars kl. 09:00-12:00 - Tillfälle 2: 26 mars kl. 13:00-16:00 - Tillfälle 3: 16 april

**id 413**

Här välkommnar vi alla er som känner sig redo för att ta del av baskunskaperna inom golfen och en dag ha ett grönt kort så du kan spela på alla golfbanor. Vårt utbildningsprogram för 2020 sträcker sig ändå till hösten 2020 . Tar du grönt kort på hösten så ingår fritt medlemskap 2021. Du börjar med att gå en grundutbildning inom golfspelets alla moment. Det innebär att du kommer att förstå hur du skall träna in olika delar av spelet, allt från puttning till det långa spelet. Vi återkommer till det mera under själva passet. Ditt första steg in i golfen gör du genom att gå in på Svenska Golfförbundets portal för alla som vill börja spela golf. Här går du in och ser på filmer. Superbra sida och du får en bra start i golfen. Teoridelen ska vara klar innan du tar kursen. - Testa dig själv så många gånger du vill på både regler och hur du golfar schysst. Nu är du ute på banan och tränar på att spela golf. När du har klarat av banan på ett visst antal poäng så är du redo för Grönt Kort. Det kommer din markör att skriva under. Vi går igenom spelkraven under utbildningen. Målet är att få en bra utbildning och kunna glädjas åt spelet på banan. Steg 4 När du är klar med spelet så kommer du spela med ett HCP som motsvarar det resultatet du hade på banan. Du registrerar ditt resultat med din fadder med hjälp av ditt Golf-ID. Nu får klubben i dig i systemet och du spelar nu med ett HCP. Steg 5 Detta ingår kurs och Nybörjaremedlemskap 2020. Tar du grönt kort på hösten så ingår fritt medlemskap 2021.

**id 414**

Åtgärda felet ”startskivan är full” på en Mac så här Det kommer en dag då varje Mac-användare drabbas av meddelandet ”Startskivan är nästan full”. Men hur påverkas du av en full startskiva? Låt oss starta från början: vad är startskivan? Det är hårddisken som innehåller operativsystemet, vilket gör det till den viktigaste hårddisken. Så när meddelandet ”startskivan är nästan full” dyker upp betyder det att det inte finns mer utrymme på den primära hårddisken, och det är riktigt dåliga nyheter. Vad betyder det att datorn säger att skivan är full? När startskivan i en Mac börjar bli full är det dåliga nyheter av två olika skäl: - Snart finns det inget utrymme alls. - En skiva som är full (eller nästan full) fungerar långsamt. Vad de flesta inte vet är att en Mac omvandlar en del av det tillgängliga utrymmet på startskivan till virtuellt minne, som används i den dagliga driften. I idealfallet bör 10% av skivan vara fri för att ge datorns OS tillräckligt med utrymme. Så om det finns lite utrymme blir det stora problem. Kontrollera skivutrymmet på en Mac så här För att gå till botten med problemet och hitta lösningen måste du ta reda på vad som tar upp allt utrymme på startskivan. Få en översikt över hur utrymmet används så här: - Klicka på Apple-symbolen - Välj Om den här datorn - Klicka på Lagring (eller Mer info > Lagring på äldre Macar) Härifrån kan du se exakt hur mycket utrymme som du har kvar och vad som tar upp all plats. Om du inte har mer tillgängligt skivutrymme är det dags att radera några filer eller att installera en ny hårddisk. Som tur är kommer skivan att vara full av filmer, bilder och ljud. Tur? Eftersom dessa filer är enkla att ta bort eller flytta till en annan plats. En extern skiva eller lagring i molnet gör susen och datorn kommer att tacka dig för svängrummet. Det finns dock ett annat scenario där andra data tar upp det fria utrymmet, med filer som du inte kan eller vill radera. Den situationen är lite knepigare, men oroa dig inte. Dessa tips kommer att ge datorn lite mer utrymme. Vi har samlat dem i två huvudgrupper: - 5 tips som rensar startskivan - 5 bonustips som frigör skivutrymme Så låt oss fixa datorn nu direkt. 5 tips som rensar startskivan på en Mac Tro det eller ej, en av datorns jobb är att skapa skräp. Men den gör bara sitt jobb. System i en Mac, liksom i alla andra operativsystem, är beroende av temporära filer, cachar och säkerhetskopior för att fungera som det ska. Men när dessa data har spelat ut sin roll finns de kvar oanvända i datorn, och tar upp utrymme utan att göra någon nytta. Den goda nyheten är att det är jätteenkelt att ta bort dessa oanvändbara filer, vilket frigör gigabytes och åtgärdar problemet med en full startskiva, utan att påverka dina personliga data. Så här kan du åtgärda felmeddelandet “Startskivan är nästan full“ genom att radera filer som du inte behöver och aldrig använder. Radera appcachar (systemskräp) Det märkliga med cachefiler är att de är lika nödvändiga som de är onödiga. I början har cachar en viktig roll, eftersom de skapas för att snabba upp processer. Men när processen är klar lämnas du med temporärt skräp från appar och systemprocesser. Om du inte själv tar bort dem kan de ligga kvar länge i datorn. Om du inte gör det kan de temporära filerna bli ett permenent problem för hårddisken, eftersom de läggs på hög och fyller hårddisken. Som tur är går det att lösa enkelt, genom att helt enkelt ta bort dem. Och oroa dig inte: dina appar kommer snart att återskapa sina cachar och vara tillbaka på banan. Ta bort cachefiler för appar och rensa en startskiva så här: - Gå till Finder > Gå > Gå till mapp - Skriv ~/Library/Caches - Gå in i varje mapp (eller bara de som tar upp mest utrymme) och radera filerna i dem - Gör sedan samma sak för /Library/Caches (

**id 415**

4.1 jenny Bästa torrshampoot. anna YASSS! natasa Bästa torrschampot ebba Bästa torrshampot lovisa Bästa torrschampot på marknaden! my Lite dammig Batiste Dry Shampoo Original Batiste torrschampon är det perfekta sättet yyyyyför att omedelbart rengöra och fräscha upp yyyyyhåret mellan tvättar. De är lätta att applicera yyyyyoch ger håret ett "nytvättat" utseende. Original har enklassisk fräsch doft. 200ml

**id 416**

Infrastruktur på plats Åhls socken får en järnvägsförbindelse vilket skapar goda förutsättningar för företagande i den redan kreativa bygden. Socknen får ett postkontor i anslutning till tågstationen. Postadressen blir Insjön och namnet Ålbyn försvinner så sakteliga. I takt med Åhlen & Holms framgångar växer ett litet centrum fram runt tågstationen. När järnvägsförbindelsen till Leksand och Rättvik är klar 1915, flyttas tågstationen till byn Övre Heden och namnet Insjön får följa med. Ålbyn överges och samhället växer vid den nya tågstationen. Clas Ohlson föds den 14 september detta år i byn Skog. Clas blir det tredje barnet i familjen och föräldrarna heter Långbergs Olle Andersson och Marits Britta Andersdotter. Sju år gammal får Clas Ohlson sitt första arbete. Han anställs som springpojke hos Åhlén & Holm. Fadern Långbergs Olle Andersson arbetar på företaget som Inköpare. Efter företagets flytt till Stockholm får han ibland lift hem med familjen Åhlen. Clas Ohlsons bror Arvid omkommer tragiskt i en olycka under sin militärtjänstgöring. Clas Ohlson tar över broderns cykelverkstad, där han tidigare hjälpt till och döper företaget till Spax kammare. Clas Ohlson & CO grundas i juni 1918. I företaget finns förutom Clas halvbrodern Emil Pettersson. Verksamheten förlägs till en källarlokal i byn Holen. Första katalogen som enbart innehåller ritningar trycks och man annonserar i magasinet Triumf. Clas gifter sig med sin fästmö, den fyra år yngre Elsa Springfeldt. Året efter, 1919, föds deras första barn, dottern Mary (som vid sitt giftermål får efternamnet Haid). Sonen Thore föds 1920. Företaget Clas Ohlson AB flyttar till centrala Insjön. Lokalen, en timrad röd stuga på 25 kvadratmeter fungerar som både cykelverkstad och postorderfirma. Stugan finns idag uppställd på Hjultorget i Insjön, precis utanför Clas Ohlsons huvudkontor. Företagets två första medarbetare anställs under detta år. För att rymma den växande organisationen och underlätta postförsändelserna flyttar företaget till en mer strategisk plats intill tågstationen i Insjön. Två år senare utrustas kontoret med en telefon. Den första produkterna dyker upp i katalogen. Vid sidan om ett par glödlampor är det kameror och batterier som börjar att säljas. Först ut är kameran Modärn, i imiterat läder. Den kostar vid införandet endast 26 kronor. Vid järnvägen bygger företaget upp en ny fastighet. Marken förvärvades 1924. På platsen finns huvudkontoret hela vägen fram till 1972. På vindsvåningen flyttar Clas snart in med familjen. I fastigheten öppnas också under 1926 en butik för handel över disk. I katalogen för året, finns för första gången fler produkter än ritningar och böcker. Året efter företagets tioårsjubileum, kommer den 16:e katalogen och når förutom Sverige, Finland, Estland, Norge och Danmark. Om alla tryckta varianter det året hade staplats på varandra, skulle de tillsammans nå höjden 350 meter (8 stycken landsortskyrkor staplade på varandra). Den 17:e upplagan trycks i 110 000 exemplar. Företaget växer så kraftigt att man nu måste ta alla våningar i företagshuset i anspråk. Clas bygger ett nytt hus på samma gård och det blir familjens privata villa. Samma år som Clas Ohlson firar 30 år öppnar Clas upp Sangbiografen. Här kommer kvalitetsfilm att visas för Insjöborna hela vägen fram till 1979. I övervåningens lägenheter bodde ofta anställda på företaget och nedanför balkongen susade byns raggarbilar förbi under helgerna. Idag ägs inte huset av Clas Ohlson. Men pendlande anställda har alla möjlighet att sova över i huset. Länge hade företaget också föreläsningar och konferenser här. Namnet Ohlson tog Clas från sin far. Långbergs Olle Andersson. Enligt bruklig tradition blev faderns förnamn till efternamn för sonen. 1944 lät Clas ändra stavningen på sitt och företagets namn till att enbart stava Ohlson med ett S. För att fira företagets 30-årsjubileum bjuds alla anställda på en resa till riksgränsen. Resan sker med

**id 417**

Lägenheten var perfekt för 4 personer. Ett lungt område med bra kommunikationer till stranden samt övriga delar av Barcelona. Vi valde att promenera mycket och det var gångavstånd till det mesta. Andrei har varit ett fantastiskt bra värd som gav oss ypperlig service och underlättade vår vistelse på alla sätt. Vi kan rekommendera både denna prisvärda lägenhet samt Barcelona.

**id 418**

Direktupphandling Proposition 2013/14:133 - Riksdagen Inlämning: 2014-03-18 Bordläggning: 2014-03-18 Regeringens proposition 2013/14:133DirektupphandlingProp.2013/14:133Regeringen överlämnar denna proposition till riksdagen.Stockholm den 13 mars 2014Fredrik ReinfeldtStefan Attefall(Socialdepartementet)Propositionens huvudsakliga innehållI propositionen lämnas förslag till ändringar i lagen (2007:1091) om offentlig upphandling, förkortad LOU, lagen (2007:1092) om upphandling inom områdena vatten, energi, transporter och posttjänster, förkortad LUF, samt lagen (2011:1029) om upphandling på försvars- och säkerhetsområdet, förkortad LUFS. Ändringarna gäller möjligheten för upphandlande myndigheter och enheter att genomföra direktupphandlingar, dvs. upphandlingar utan krav på anbud i viss form.Direktupphandling enligt LOU ska få användas om kontraktets värde uppgår Förslagspunkter (3) 1. Riksdagen antar regeringens förslag till lag om ändring i lagen (2007:1091) om offentlig upphandling. Behandlas i Finansutskottet Utskottets förslag: Bifall Kammarens beslut: Bifall 2. Riksdagen antar regeringens förslag till lag om ändring i lagen (2007:1092) om upphandling inom områdena vatten, energi, transporter och posttjänster. Behandlas i Finansutskottet Utskottets förslag: Bifall Kammarens beslut: Bifall 3. Riksdagen antar regeringens förslag till lag om ändring i lagen (2011:1029) om upphandling på försvars- och säkerhetsområdet. Behandlas i Finansutskottet Utskottets förslag: Bifall Kammarens beslut: Bifall av Sven-Olof Sällström (SD) Behandlas i betänkande (1) Betänkande 2013/14:FiU18 Direktupphandling All offentlig makt i Sverige utgår från folket och riksdagen är folkets främsta företrädare.

**id 419**

Jag är en ung tjej som bara älskar allt som har med form, design och heminredning att göra. Om du vill förmedla inspiration, är bloggare och vill hitta samarbetsformer, eller bara komma i kontakt med mig så är du alltid välkommen på: sofia\_rasmusson@yahoo.se En av mina favoritsajter finns på Facebook. De skriver om heminredning, design, resor, mode och häftiga hus på ett passionerat sätt. En hel del är lyxigt men man får massor av idéer när man kikar in i sådana miljöer. Världen är full av inspiration, det gäller bara att hitta och informera om den. Kom med och "gilla" du också, det blir som en inspirerande folkrörelse. No comments yet — be the first.

**id 420**

Antisemitism är just den där förutfattade mallen, om judarnas ondska, och sen hela raden av påståenden om olika fördärvligheter, som till synes ”härleds” ur den. Det blir aldrig en informativ bevisföring, grundad på empiriskt material , utan en upprepad anklagelseakt som bygger på insinuation och selektiva exempel. En sådan anklagelseakt kan vara suggestivt skriven, den kan vara dräpande, läsbar (osv), men den kan alltid kullkastas av en motsatt retorik (tex som ser judaismen som unikt viktig etc, selektivt drar fram lärdom, begåvning). Ett intressant faktum är att judiska lärde ofta utgjort ett mellanskikt som tjänat aristokrati o stat i de länder som de hamnat i. Det avgörande då, är fusionen av eliten, hur den blir hjälpt i styret. Vilka konflikter som uppstår, hur de blir lösta. Traditionen som a priori säger att Judarna är roten till det onda, ”och ur detta följer…” sen uppräkning om upplösning av sexualmoral, familj, ekonomi, nation..talar ju egentligen inte om någonting specifikt. Om man istället ser all den här ”upplösningen” som ogjord (dvs tar bort det påstått fördärvliga inflytandet) då hamnar vi tillbaks i det agrara samhället, med byteshandel, merkantilism, absolut kungamakt. Alltså, ges möjlighet att hävda att en viss sorts upplösning av strukturer vad beträffar familj, moral, nation inte har kunnat undvikas, i det vi kallar historisk utveckling. Att se all denna förändring som ”fördärvligt judiskt inflytande” gör att man undrar, vad kritikern önskade se i dess ställe? Eller en föreställd, idealisk utveckling, där just det judiska inflytandet tagits bort? För ens förnuft blir den här sortens (skenbart) bevisförande anklagelseakter sterila. Kritik av en Kulturs eller religions inflytande kan göras informativ, men då måste det till en studie, ett källmaterial som till exempel varit okänt. Det intressanta visar sig antagligen vara komplikationerna – inte förenklingen.. Till exempel när det blir konkret: vad en viss person uträttade, hur detta blev bedömt i samtiden. Hur det kan värderas från nuet. En del antisemiter kan nog skriva, men de är besatta av ett smalt essä-ämne, som de vill tänja över världen och världshistorien. När det gäller folken och historia vill man ha spännvidd i både berättandet, och i toleransen för vad som kan anses vara ”sant”. Det existerar självklart flera versioner av världshistoria. Det finns en, där judar ses som mer eller mindre allsmäktiga och destruktiva mot icke-judarna. Den berättas med besatthet, där saknas sinne för rättvisa och intresse för detaljer. Jag tror i och för sig att judar likväl som kristna och muslimer är kapabla till ohyggligheter både i tanke o handling. Det paradoxala är att det stridbara (om man så vill ”giriga, grymma” ) draget också har hjälpt släktet under evolutionen (liksom förmågan att uthålligt förhandla, minnas o överväga fredligt). Under tio tusen år har ”vi” (ofta i strid) härmat det som varit framgångsrikt, byggt imperier, blivit teknologiskt avancerade. Bara detta faktum att både kristendom o Islam ”kopierats” efter judendomen (monoteism, utvaldhet, heliga krig) är tänkvärt. Att skylla ”det onda” på judarna är en dålig idé eftersom den hindrar oss från en livsnödvändig självinsikt med syfte till fred. /Stöd mitt oberoende tänkande! PayPal Me here ”Kritik av en Kulturs inflytande KAN också göras informativt, men då måste det till en studie, ett visst källmaterial som till exempel varit okänt.” Hur ska det kunna läggas fram när den kritiserade gruppen äger rätten till källmaterial och även ställena där det möjligtvis kunde läggas fram? Tror du på fullaste allvar att Peter Wolodarski tex, skulle upplåta spaltutrymme till några sådana källor? Det är

**id 421**

En servicegaranti talar om vad kommuninvånarna kan förvänta sig av kommunens service och tjänster. Du kan läsa mer och skicka en felanmälan om varje servicegaranti genom att klicka på länkarna här nedan. Om du vill klaga på hur kommunen lever upp till servicegarantierna kan du göra det i det formulär som finns under varje servicegaranti. Du kan också kontakta kommunens medborgarkontor KomIn, antingen via e-post komin@lerum.se eller per telefon 0302-52 20 00.Om du vill ha svar på ditt klagomål måste du lämna namn och e-postadress eller telefonnummer så att vi kan nå dig. Ditt klagomål blir offentligt Det klagomål du lämnar blir en så kallad allmän handling som i de flesta fall är offentlig, vilket betyder att den får läsas av andra. Lerums kommun är bäst i Sverige när det gäller förnybar energi i kommunens lokaler. Lerum är också ledande inom området avfallshantering med hög andel nöjda kunder och stor insamling. Även arbetet med att skapa Sveriges första hållbara tätort i Gråbo, att hela kommunen är miljödiplomerad och kommunens etiska och miljömässiga krav i upphandling ger Lerum många poäng i Miljöaktuellts senaste rankning av Sveriges kommuner. Kontakt: Lerums kommun, Telefon: 0302-52 10 00, Fax: 0302-52 11 18, E-post: lerums.kommun@lerum.se

**id 422**

EU-cirkus på sandlådevis? Jag skrev för ett tag sedan om Portugals premiärminister, José Manuel Barroso, som utsetts EU-kommissionens näste ledare. En kompromiss, en halvmesyr? En person som blev vald inte för att de som valt gillar honom speciellt mycket utan den enda orsaken tycks vara att han valts för att han inte gjort sig till tillräckligt stor ovän med någon. Hur kommer Barroso att kunna leda EU om han inte har någon pondus? Kommer han fortfarande att vara den snälla killen som inte vill göra sig ovän med någon eller något? Jag undrade även över detta käbbel om portföljerna. En portfölj det nu har käbblats om är "Frihet, säkerhet och rättvisa" - "Justice, Freedom and Security". Enligt DN så har både kommissionsordföranden Manuel Barroso och Italiens premiärminister Silvio Berlusconi ringt Buttiglione för att övertala honom att självmant träda tillbaka, men som en envis åsna har han vägrat. Har karln ingen självinsikt? Förstår han inte att han inte är rätt man för den portföljen med sin gammeldags och religiöst färgade syn på asylpolitik, kvinnor och homosexuella? Han skulle kanske vara rätt man för en annan post, fiskeväskan (ursäkta fiskeportföljen). EU-kommissionens ordförande José Manuel Barroso meddelade i dag att han drar tillbaka sitt förslag till ny EU-kommission. Beslutet möttes av applåder i ett segerrusigt EU-parlament kunde jag se på nyheterna. Jag undrade faktiskt vad de applåderade för? Att en mega-kris härmed har undvikits? Eller att de tror att problemet med Rocco Buttiglione är löst? Eller applåderade de sig själva? Att parlamentet äntligen för en gångs skull har kunnat påverka något? Jag tror att inget har varken undvikits eller lösts. Ingen har kommit ingenvart. Än har ingen sett facit. // Annica Tiger Annica Tiger oktober 27, 2004 07:22 EM Att de inte hade vett nog att använda "tysta applåder" som man får lära sig på SFS-fullmäktige. Det hade åtminstone sett roligare ut... :) Skrivet av: Patrick datum: oktober 27, 2004 07:44 EM

**id 423**

Det flygande spaghettimonstret Efter ha varit inne på Fatlies och läst om 'Observationell forskning' så slog det mig, då jag kände igen diagrammet, att jag har faktiskt inte skrivit ett enda ord om 'Church of the Flying Spaghetti Monster'! Mysko - jag har personligen varit en spagnostiker i många år nu, och är en mycket övertygad, frälst individ. (Kan man förresten vara det om man är en agnostiker?)För er som först nu i livet blir berörda av hans "noodly appendage" så önskar jag er mycket nöjesam läsning, nästan i stil med Monty Pythons 'Life of Brian'. Bakgrunden I juni 2005 skickade Henderson ett öppet brev till utbildningsstyrelsen i Kansas. Han presenterade där en alternativ teori för Intelligent design, nämligen att universum och allt levande skapades av ett flygande spaghettimonster. Han begärde formellt att FSM ska undervisas i skolan tillsammans med både intelligent design och "logiska slutsatser baserade på överväldigande observerbara bevis" (det vill säga evolution). Han hävdade vidare att om detta inte respekterades, skulle han vara tvungen att vidta rättsliga åtgärder. (Källa. Jag har lagt till en länk i citatet.) Halfbreed14 april 2008 17:47 Underbart! Det finns bara en gud. FSM! Spam, rasistiska och liknande kommentarer tas omedelbart bort. Ovidkommande, reklaminriktade och förvirrade kommentarer kan också tas bort utan misskund.Inlägg äldre än en månad modereras, så ha tålamod för publiceringen. Kontakta mig om du tycker dig ha blivit felbehandlad eller om du vill anmäla någon opassande kommentar.Och du, snälla, håll dig till ämnet.Alla kommentatorer står för sina egna åsikter.

**id 424**

På cykelavstånd från city och nära flyget kan du ha möten med ”Norrländsk prägel” i en Ladugård på Ön. Eljest är en kombinerad hantverksbutik och mötesgård. Här kan du ha möten i inspirerande miljö där lokalt hantverk, kreativitet, kultur och rörelserikedom är möjliga inslag. Kombinera ditt möte med matlagning, rörelse eller möten med lokalt hantverk och kultur antingen i den vackra logen eller i den lantliga trädgården.

**id 425**

God fortsättning! Efter ett långt uppehåll är vi äntligen tillbaks. November innehöll inte något spännande eller speciellt på husbygget, så det blir ett inlägg för både November och December. I November började säsongen för Grand Designs på TV4. I del 4 följer de vår arkitekt Måns Tham´s projekt i Åre, ett väldigt spännande A-frame hus. Vi var med en liten snutt i inledningen till del 1. Vi har under hösten övat med Sami i skogarna uppe på norra Värmdö. Vi övar inkallning mm samt njuter av att se honom så lycklig över att få springa lös över stock och sten. I området ligger den gamla försvarslinjen Myttingelinjen som byggdes 1899-1903. Den består av en 2 km lång mur samt 7 utspridda försvaranläggningar. Bland annat 2 stora fort och 5 mindre batterier. På satellitbilden nedan syns Vretafortet som en trekant (den omgärdas av en 10 meter djup vallgrav). Den ljusa rektangeln är grunden till Apteringsverkstaden. Atomlagret är batteriet nedanför Vretafortet, detta användes på 60-talet som tillfällig lagringsplats för atomsopor från experimentanläggningen på KTH. Barnen njuter av tystnaden och luften när de väl kommit hit. Isak kikar på foton han nyss tog på Sami, som roar sig i mossan och de djupa vattenpölarna. Efter en utflykt i skogen sover han tungt resten av dagen. Veckan före jul är hela familjen ledig. Vi tar det lugnt och förbereder inför jul. Men på måndag morgon har vi bokat en mobilkran. Nu ska bron äntligen lyftas på plats! Uffe kommer ut och hjälper till. Självklart håller vi ett säkert avstånd med tanke på Corona. Bron går från övervåningen till bergravinen bakom huset. Inifrån korridoren på övervåningen. Nu känns helt plötsligt korridoren mycket större och längre, den fortsätter liksom ut genom dörren mot berget. I december monterar vi äntligen den ena dörren in till barnens rum. Dörrkarmen får drevning och öppningen ovanför dörren byggs igen. I år ville Linda ha en ljusstake i metall till Adventsljusen. Det blev en bit överbliven plåt från en containervägg! Fungerar utmärkt. Under paketöppningen på julafton är Sami väldigt nyfiken och hjälpsam. På juldagen fyller Linda år. Vi firar med att åka ut i skogen och roa oss i snön. För det blir äntligen en vit jul. Sami älskar nog nästan snö mer är vatten. Nyårsafton. Vi har en fantastisk utsikt över den spegelblanka sjön och alla fyrverkerier. Sami är inte ett dugg intresserad, eller rädd tack och lov, och ligger mest och sover framför brasan hela kvällen. Med september brukar i vanliga fall hösten göra sitt intåg. Visst, det blir mörkare ute och lite regnigt ibland, men sommarvärmen dröjer sig kvar ända till oktober. Det är dags att fortsätta med bron. En söndag tar jag tag i arbetet med att lägga i gallerdurken i bron. Nu går det att provgå bron i hela sin längd. Förutom arbetet med gallerdurken så fortsätter utmejslingen av berget ovanför betongklacken som bron ska vila på. Vid kontrollmätning märkte jag att det blir lite tajt att få bron på plats då berget inte är helt rakt just där bron ska läggas. Med borrhammare så mejslas bit för bit bort på ena sidan ovanför betongklacken. En lördag förmiddag åker jag och Linda iväg till Nora gård och fikar. De har även gårdsförsäljning av sylt och ägg mm, så vi passar på att fylla förråden inför vintern. Halvvägs hem så hoppar jag och Sami av och tar en lång promenad hem i duggregnet. På Hemmesta sjöäng röjs det upp bland all vass som har växt upp. Mitt i bild är strömfåran som havsöring och gädda tar sig upp genom för att leka. Nu är den för tillfället torrlagd. Sami bryr sig inte det minsta om att det regnar. Väl hemma igen tar jag tag i arbetet med att justera trappstegen i åsnestigen. Nu har den krossade asfalten satt sig ordentligt så det är dags att justera höjderna vid varje steg. Vid nästa hundpromenad till sjöängen upptäcker vi en nyanlagd salamanderdamm. Den blir spännande att utforska nästa vår när

**id 426**

Hur skulle vi göra om vi startade om från början, om vi verkligen drog ekologisk och social hållbarhet till sin spets? I den frågeställningen har Hubville vuxit fram, med en stark ambition att tillräckligt snabbt lyckas ställa om till ett resilient samhälle. Ett alldeles nytt samhälle inom planetära gränser, där människor älskar att bo, arbeta och umgås. Det goda livet i samklang med naturen. Här råder balans mellan ekologisk social omsorg, livskvalitet och förutsättningar för ett blomstrande näringsliv som tar ansvar för kommande generationer. Se klipp från workshop 29 maj Hubville är ett samverkansprojekt som inkluderar experters förslag och allmänhetens drömmar och önskemål om ett bättre framtida samhälle. En attraktiv livsstil inom planetära gränser För att vara enade och ändra världen behövs en tydlig riktning att samlas kring. Vi vill skapa ett ekologiskt hållbart samhälle där människor mår bra, och utvecklas socialt och professionellt. Ett samhälle som präglas av delaktighet inom planetens ramar, och som är snällt mot jordarna som förser jordens samtliga invånare med mat. a En ny stadsbyggnad ska formeras kring den grunden och blir ny samhällsnorm, i Sverige och internationellt. Engagemanget hos många människor ger liv till en långsiktig samhällsberättelse som är förankrad i omtanke om varandra och planeten. Det hållbara samhället ställer höga krav på framtidens ledare och invånare. Skolan har en mycket viktig roll för att skapa förutsättningen för långsiktig omställning, och för att uppmuntra konstruktivitet, empati, kreativitet och demokratiska värderingar. Nu lanseras Hubvilles skolsamarbete tillsammans med Sveriges Arkitekter Studenterna. Vetlanda är den planerade pilotkommunen för Sveriges första Hubville, ett stadsutvecklingsprojekt som ska visa hur ett hållbart samhälle kan se ut i verkligheten. – Det är hedrande att vi har blivit utvalda att vara en del i processen med att ta fram framtidens hållbara samhälle. Hubvilles fokus på ekologisk, ekonomisk och social hållbarhet ligger väl i linje med våra lokala fullmäktigemål, säger kommunstyrelsens ordförande Henrik Tvarnö (S). Din hälsoresa börjar redan långt innan du är född, och din hälsa är inte bara fysisk. Listan över faktorer som utgör din totala hälsa är lång. Hälsa är ett komplicerat resultat av många samverkande faktorer. Kan en stad verkligen förbättra din personliga hälsa i en så komplex verklighet? Är det inte ett resultat av personliga beslut? Vi vill vända den frågan och säga att en stad måste göra vad en stad kan göra för att underlätta sina invånares möjligheter att njuta av ett hälsosamt liv. Exemplen är många: trafiksystem som skiljer mjukt från hårt (människor från bilar) och som blandar lika (människor med människor); underlättar och uppmuntrar naturlig fysisk aktivitet; den motverkar alla tendenser att begränsa ett varierat utbud av näringsrika livsmedelskällor (i vissa länder benämns vissa platser för matöknar, för där finns endast massproducerad skräpmat). Vi måste även bejaka sociala faktorer. I så kallade blå zoner runt om i världen (Okinawa, Sardinien, Okinawa), som har höga andelar 100 åringar, har sociala faktorer fastslagits av forskare som kritiska för människor att nå höga åldrar. Och de blir inte bara gamla, de mår bra. Orsaken är att den seniora befolkningen är delaktiga i samhället, även i höga åldrar. De blir inbjudna att delta i samhällsaktiviteter och är uppskattade och respekterade. Transporter är ett så omfattande begrepp att det bör delas in i olika områden; från lokala till långdistans respektive människor och varor. Hubville-konceptet grundades på idén att en ny hållbar och attraktiv stad utanför storstadsregionerna skulle generera fastighetsintäkter för att bygga infrastruktur för maglev-tåg eller Hyperloop (tåg i nästintill vakuumtomma rör). Ett sådant transportsystem kan användas för både människor och varor. Långväga transporter för människor är en av de svåraste utmaningarna i övergången till ett hållbart samhälle, eftersom människor vill fortsätta resa mellan olika länder, och luftfarten inte kommer att erbjuda alternativ till fossilt bränsle på flera decennier. Samtidigt kräver övergången till höghastighetståg enorma investeringar och gränsöverskridande samarbeten. Men är de enda alternativen verkligen maglev, hyperloop eller flyg? Är inte dessa lösningar baserade på gamla tankemönster? För närvarande väger tåg cirka 1 ton per passagerare (maglevs ca hälften). Kanske är det

**id 427**

Extra stor picknickpläd med ovansida av mjuk fleece, på denna pläd kommer du sitta skönt och du behöver inte oroa dig för att bli blöt då undersidan är försedd med vattenavvisande PEVA så du utan problem kan ha picknick efter ett regnfall eller en frukost ute trots att det fortfarande är dagg. Efter din picknick packas den enkelt ihop och med det smidiga handtaget kan du bära den med dig som om det vore en väska. Vinga of Sweden fokuserar på smarta och snygga produkter för hem och friluftsliv. Design, funktionalitet och miljö är vad som styr processen att ta fram nya produkter och gåvor för anställda och kunder på företag. Produkterna kommer alltid fint förpackade. Vinga skapar minnen!

**id 428**

Det handlar om miljardbelopp att sanera bara de allra giftigaste platserna visar en kartläggning som Svt:s Rapport gjort tillsammans med Naturvårdsverket. 80 000 förgiftade platser har Naturvårdverket identifierat i Sverige och av dem har Rapport kartlagt de allra giftigaste. Kartläggningen visar att enbart en sanering av landets mest förgiftade platser kommer upp i en kostnad på minst nio miljarder. De 622 platser som länsstyrelsen bedömer som mest skadliga ligger oftast inte i gamla industriområden utan nära bebyggelse och vattendrag. Vilket kan innebära en negativ påverkan på djur och natur i närheten där folk bor och en risk för hälsoeffekter. Länsstyrelsen har listat de tio giftigaste platserna i länet och Järpens massfabrik och Hissmofors sulfitfabrik toppar listan då de orsakar tiotals ton förorening. Där handlar det om arsenik och just arsenikförorening är den mest förekommande i länet. I snitt kostar sanering nästan en halv miljard kronor per län. Jämtlands län beräknas dock landa på den lägsta kostnaden i landet då kostnaderna här kan komma att stanna på 29 miljoner kronor. Medan Västernorrlands län, vårt grannlän, landar på en saneringskostnad på minst 1,2 miljarder. Vilket är den högsta kostnaden i landet. – Att det skiljer sig så mycket mellan Västernorrland och Jämtland kan bero på att Västernorrland har andra typer av föroreningar, större mängder föroreningar och fler objekt som är klassade som stora risker, säger Julia Obrovac på Naturvårdverket.

**id 429**

Det var hingstarna som tog mest plats i toppen av 6-åringarnas första dressyrkval under Avelschampionatets inledande dag på Flyinge. Bäst gick det för JJ RayBan 1173. Med Jan Brink i sadeln visade JJ RayBan 1173 (e Rascalino-Londonderry, uppf Klaus Juergens, äg Patrik Hannell Holding AB) upp ett fint program och belönades med 81 procent. Högst betyg fick traven, med 8,8. Bellman (SWB) 1196 fick nöja sig med andraplatsen, lotsad av unghästexperten Anna Svanberg. 80,8 procent blev slutbetyget, där skritten var bäst med 8,5. På tredjeplatsen tog sig ett sto in – annars bestod topp-fem enbart av godkända hingstar – då Minna Telde visade upp Uno Samantha och belönades med 80,6 procent. Stoet fick högst betyg för det allmänna intrycket, 8,4. Grunden i vår journalistik är trovärdighet och opartiskhet. Det vi publicerar ska vara sant och relevant. Ridsport är oberoende och fristående i förhållande till ekonomiska, privata, politiska och andra intressen.

**id 430**

Detta är ett receptbelagt läkemedel som endast kan köpas om du har recept. Ingår ej i förmån Pris med recept 3618:- EAN: 04047725104770 Kategorier: Spara denna information, du kan behöva läsa den igen. Om du har ytterligare frågor vänd dig till läkare eller apotekspersonal. Detta läkemedel har ordinerats enbart åt dig. Ge det inte till andra. Det kan skada dem, även om de uppvisar sjukdomstecken som liknar dina. Om du får biverkningar, tala med läkare eller apotekspersonal. Detta gäller även eventuella biverkningar som inte nämns i denna information. Se avsnitt 4. I denna bipacksedel finner du information om: 1. Vad Confidex är och vad det används för 2. Vad du behöver veta innan du använder Confidex 3. Hur du använder Confidex 4. Eventuella biverkningar 5. Hur Confidex ska förvaras 6. Förpackningens innehåll och övriga upplysningar Vad är Confidex? Confidex är ett pulver tillsammans med en spädningsvätska. Det är ett vitt eller svagt färgat pulver eller sprött fast ämne. Den färdigberedda lösningen ges som injektion i en ven. Confidex tillverkas av human plasma (vätskan i blodet) och innehåller de humana koagulationsfaktorerna II, VII, IX och X. Koncentrat som innehåller dessa koagulationsfaktorer kallas för protrombinkomplexpreparat. Koagulationsfaktorerna II, VII, IX och X är vitamin K-beroende och de är viktiga för blodets levring (koagulationsförmåga). Brist på någon av dessa faktorer innebär att blodet inte kan levra sig så fort som det borde och att det finns en ökad risk för blödning. Ersättning av faktor II, VII, IX och X med Confidex kommer att återställa koagulationsmekanismen. Vad används Confidex för? Confidex används för att förebygga (under kirurgi) och behandla blödningar orsakade av förvärvad eller medfödd brist på de vitamin K-beroende koagulationsfaktorerna II, VII, IX och X i blodet, när renade specifika koagulationsfaktorpreparat inte finns tillgängliga. Confidex kan också vara godkänd för att behandla andra sjukdomar som inte nämns i denna produktinformation. Fråga läkare, apotek eller annan hälsovårdspersonal om du har ytterligare frågor och följ alltid deras instruktion. Följande avsnitt innehåller information som din läkare ska beakta innan du får Confidex. Använd INTE Confidex: om du är allergisk mot de aktiva substanserna eller något annat innehållsämne i detta läkemedel (anges i avsnitt 6). Informera din läkare om du är allergisk mot något läkemedel eller mot någon mat. om du är mer benägen att drabbas av blodproppar än normalt (patienter med risk för disseminerad intravaskulär koagulation) om du är allergisk mot heparin, vilket ger upphov till minskat antal blodplättar (heparininducerad trombocytopeni Typ II, HIT Typ II) Informera din läkare eller apotekspersonal om du lider av sådan sjukdom. Tala med läkare eller apotekspersonal innan du använder Confidex vid: Förvärvad brist på de vitamin K-beroende koagulationsfaktorerna: Den kan orsakas av att du behandlats med läkemedel som hämmar effekten av vitamin K. Confidex ska bara användas när en snabb justering av protrombinkomplexnivåerna är nödvändig, t.ex. vid större blödning eller vid akut kirurgi. Medfödd brist på någon vitamin K-beroende faktor: I dessa fall ska specifika koagulationsfaktorprodukter användas när sådana finns att tillgå Allergisk eller anafylaktisk reaktion (en allvarlig allergisk reaktion som medför stora svårigheter att andas eller yrsel). Användningen av Confidex ska genast avbrytas (dvs. avbryta injektionen). Ökad risk för blodproppsbildning i blodkärlen (trombos), särskilt: om du har haft en hjärtattack (en historia av koronar hjärtsjukdom eller myokardieinfarkt) om du har någon leversjukdom om du nyligen har genomgått kirurgi (peri- eller postoperativa patienter) hos nyfödda barn (neonatala) om du har lättare för att få blodproppar jämfört med vad som är

**id 431**

På Logomo fick Kronprinsessparet en presentation av Europas kulturhuvudstad Åbo 2011 av Cay Sevón från stiftelsen Åbo 2011. Programmet för dagen var sedan som följer: 09.40 Visning av utställningar Visningen startade med att tre japanska barn- och ungdomskörer tillsammans med skolelever från Åbo sjöng för gästerna. Kronprinsessparet fick därefter se utställningarna: " Only a Game? " - som är producerad av Europeiska fotbollsförbundet UEFA i samarbete med Stiftelsen Åbo 2011. "Elden är lös" - som är producerad av Åbo stads kulturcentrum/Museicentralen, tillsammans med vetenskapscentret Heureka. " Alice i Underlandet " - som är producerad av Statens museum för fotokonst, tillsammans med Stiftelsen Åbo 2011. 11.00 Ankomst till Åbo stadsbibliotek Kronprinsessparet togs emot av ordförande för kulturnämnden Elina Rantanen och biblioteksdirektör Inkeri Näätsaari och fick en visning av biblioteket. Kronprinsessparet besökte barn- och ungdomsavdelningarna samt mötte barn och unga från olika skolor i Åbo samt deras lärare. 12.00 Promenad längs åstranden Kronprinsessparet med sällskap promenerade via bibliotekets innergård och åstranden till Lilltorget och hälsade på allmänheten som hade samlats. På bibliotekets innergård ligger Landshövdingens Hus där Kronprinsessparet fick berättat om minnestavlan över mötet mellan Kronprins Karl Johan och Tsar Alexander den 1 augusti 1812. 12.40 Lunch Hus Lindman Ankomst till Hus Lindman där Åbo stad och Stiftelsen Åbo 2011 var värdar för en lunch. 14.05 Ankomst til Arken Kronprinsessparet anlände till Arken vid Åbo Akademi , efter en promenad från Hus Lindman. 14.15 Diskussion med unga påverkare Deltog vid en informell diskussion i Arken med unga påverkare i Åbo. Tema på diskussionen var "Åbo med andra ögon — den kreativa generationen och det sociala skapandet av en stad" Moderator för diskussionen var professor Alf Rehn , Åbo Akademi. 16.00 Avfärd Ankom till flygfältet och den officiella avskedsceremoni. Se fler bilder från Kronprinsessparets besök i Åbo

**id 432**

(NYHETER 2011) (NYHETER 2012) (NYHETER 2013) (NYHETER 2014) (NYHETER 2015) We would like to wish you all A Merry Christmas & A Happy, Healthy, New Year See you again in 2016 Marie & Malin ♡ PÅ SVENSKA : Vi hade ett bra avslut på utställningsåret då vi nu i helgen besökte den stora Nordiska Vinnar utställningen i Stockholm. Efter att ha spenderat natten hemma hos Elli (GT's Beauty Dot) och hennes familj var vi redo. Tack snälla Kerstin och Jan för er allt, och tack för er fantastiska gästvänlighet. Ni är guld! Och resultatet var inte allt för dåligt heller: "Batman" CIB & NORD & DKCh & DKW-14 & NOW-14 Fabulous Teddy's Heartbreaker blev 2'a i championklassen med CK och slutade bland de top 5 som var kvar under bästa hane! "Noelle" Golden Tyrie's Art-Déco blev 3'a i öppenklassen med CK och "Delfi" SE CH & DK CH & DK W 14 & SE JW 13 Golden Tyrie's All That Glitters, blev 4'a i championklassen med CK. Vår yngsta "Kili" som tävlade om den nordiska juniorvinnar titeln fick en 2'a plats i juniorklassen med CK. Domaren ÄLSKADE honom men tyckte att han behövde bli mer färdig i kroppen först. Så här har vi dem från vänster: Batman, Noelle, Delfi och Kili. Dessa fyra som har representerat vårt team under 2015. Kan ju ingen annat än att säga att vi är STOLTA! Vi vill tacka för en trevlig dag och gratta dagens vinnare! IN ENGLISH : We had a great end of this show year at the Nordic Winner show in Stockholm this wekend. We spend the night at Elli's (GT's Beauty Dot) place and was met with such great hospitality. Thanks dear Kerstin and Jan. You are fabulous! The results of the show wasn't too bad either: "Batman" CIB & NORD & DKCh & DKW-14 & NOW-14 Fabulous Teddy's Heartbreaker was 2nd with CQ in Championclass, and finished among the top five in best male compition. "Noelle" Golden Tyrie's Art-Déco was 3rd with CQ in Open Class. "Delfi" SE CH & DK CH & DK W 14 & SE JW 13 Golden Tyrie's All That Glitters was 4th with CQ in Championclass, and "KIli" was 2nd with CQ in Juniorclass. So here we have them from left : Batman, Noelle, Delfi and Kili... The four of them who has been representing our team during 2015. WE ARE SO PROUD! Thanks everyone for nice day, and congratulations to all the winners !!! The result of the latest photo shooting of Kili, now 1 years old. Lates health news : Golden Tyrie's Art-Déco "Noelle" and Golden Tyrie's Abracadabra "Ozzy" have had their hips checked. "Noelle" got the result B-hips on both sides and "Ozzy" got A-hips on both sides. Happy breeder here :-) And congrats to Madde & Birgitta! DNA TESTING of Golden Tyrie's All That Glitters "Delfi" who has been tested for NCL , PRA 3 and RCD4. And the result : NCL : CARRIER , PRA 3 : FREE , RCD4 : FREE Vilken fantastisk dag och helg vi fick i samband med den årliga rasspecialen uppe i Stockholm, Tibethund", under domare Barbara Pamela Stringer från England. Våra 11 månader gamla "Kili" Thokkadis Super Trouper (CH Pindaros Jive Talkin 'x Golden Tyrie A Diamond I norra) gjorde sin debut i juniorklassen, och placerade sig till vår STORA glädje på en 1: a plats i juniorklassen. Inte nog med detta, han slutade även som 4: e Bästa Hane och tog R - CERT samt att han blev BIM Junior !! Ingen dåig start för lillgossen. "Delfi" SE Ch & DK Ch & DKW-14 & SEJW-13 Golden Tyrie's All that Glitters, placerades på en 4: e plats i championklass med Ck och med en fantastiskt fin kritik. Väldigt roligt

**id 433**

Det var längesedan jag skrev här på bloggen. Orsakerna har varit flera men idag tänkte jag ändå diskutera ett fenomen som har kunnat observerats i Sverige under åtminstonde en tioårsperiod; mycket längre än så om man expanderar resonemanget. Idag kan man i SvD läsa om hur invandrare i Sverige årligen donerar pengar till vänner, släktingar och organisationer i utlandet (oftast hemländerna). Det rör sig om väldigt stora summor; hur mycket pengar det handlar om vet man inte då Svenska myndigheter inte har brytt sig. En summa som tas upp i artikeln är donationer (s.k. remitteringar) från västländer till U-länder av ett värde på tre gånger världens samlade bistånd till dessa länder. Hur mycket pengar som strömmar ut ur Sverige vet man inte – artikelförfattarna (Jan O Karlsson m.fl.) menar att det är viktigt att myndigheterna rapporterar korrekta siffror till världsbanken. Jan O tycker att det är viktigt att samla kunskap om remitteringarnas art, volym och mottagare men lyckas inte motivera varför. Vidare kläcker man i artikeln ur sig några fakta som jag reagerade på. Exempelvis säger man att bland Sveriges befolkning är över 13% födda i utlandet. Alltså första generationens invandrare. Varför uttrycker man detta faktum? Vad har det för relevans? Det skulle ju nämligen kunna fungera som en ögonöppnare för läsaren att vi har haft en ohållbar invandringspolitik. Begrunda meningen där denna fakta presenteras: Sverige är också ett stort och viktigt invandrarland. Över tretton procent av Sveriges befolkning är född utomlands. Många av dem skickar pengar till släktingar och anhöriga i sina ursprungsländer. De insatser som görs av Sveriges kanske viktigaste biståndsarbetare är osynliga. Det är inte värdigt Sverige. Sverige är också ett stort och viktigt invandrarland. Över tretton procent av Sveriges befolkning är född utomlands. Många av dem skickar pengar till släktingar och anhöriga i sina ursprungsländer. De insatser som görs av Sveriges kanske viktigaste biståndsarbetare är osynliga. Det är inte värdigt Sverige. Med ord som ”viktigt” och ”insatser” och ”värdigt” framstår det som att Jan O anser att detta är något gott, ett intryck som man får i resten av artikeln. Men det är ändå något här som inte stämmer. Kanske är det långsökt men jag får en känsla av att hela artikeln egentligen går ut på att få läsaren att reagera mot detta utflöde av resurser ur landet. Ett intryck som stärks när man läser de arga kommentarerna till artikeln. Artikelförfattarna framställer dessa donationer som något gott. Han hyllar dessa personers givmildhet och han argumenterar för att Sverige bör hjälpa dessa i deras strävan. Personerna som donerar väljer ju att själva ha en lägre levnadsstandard för att höja släktingarnas. Därför bör Svenska staten stödja dessa biståndsarbetare, bland annat genom att sänka kostnaderna för remitteringar till utlandet. Underförstått i det resonemanget är att det är fullt möjligt att leva i Sverige på olika grader av levnadsstandard, utan att det lider någon nöd på en. Är det vad Jan O verkligen vill förmedla? Svensken är nog vid dethär laget medveten att arbetslösheten och bidragsberoendet är extremt högt bland invandrare, i visssa grupper mycket större än hos andra invandrargrupper (jämför: holländare och somalier). Om läsaren kan addera 2+2 kan denne göra följande slutsatser: 1) Den genomsnittlige utomeuropeiska invandraren lever i stor utsträckning på bidrag. 2) Dessa bidrag finansieras i huvudsak av Svenska skattebetalare. 3) Bidragen invandrare får räcker tydligen till att en ansenlig mängd pengar avsätts till anhöriga i hemländerna. ”Minimal levnadsstandard” gör inte skäl för orden uttrycket är sammansatt av. 4) Svenska skattebetalare finanseriar ofrivilligt och utan att ha blivit tillfrågade människors leverne och organisationers verksamhet i andra länder. Jag frågar mig om inte Jan O m.fl. själva inser att läsaren skulle göra dessa slutsatser och om det egentligen är avsikten med artikeln så kan jag bara dra slutsatsen att man försöker framställa detta som något bra för att få ett alibi. Jan O kan inte anklagas för att hetsa mot invandrargrupper som dränerar landet på resurser. Han skriver att detta är något fint, men efterlyser ändå grund

**id 434**

2. plass! Bonuser for nye spillere! Spille CasinoHeroesilla koet jotakin uutta ja ihmeellistГ¤. Se on jotakin aivan erilaista kuin mikГ¤Г¤n muu onlinecasino. CasinoHeroesilla nimittГ¤in pГ¤Г¤asia ei ole tavanomainen rahapelaaminen, vaan seikkailupeli, jossa edetГ¤Г¤n rahapelejГ¤ pelaamalla. Bonuksesta saat pelirahaa ilman talletusta, mikГ¤ on aina iso plussa PelejГ¤ on runsain mitoin ja ne on hyvin sisГ¤llytetty kasinoseikkailuun Palvelu toimii suomalaisille hyvin ja pelaaminen on helppoa HelppokГ¤yttГ¶isyys CasinoHeroes on helppo kasino ja sen seikkailuteema vie pitkГ¤lle Kuulostaako erikoiselta? No sitГ¤ se onkin. CasinoHeroes on iskenyt kultasuoneen uniikilla konseptillaan, jossa yhdistyvГ¤t netticasino, sosiaalinen pelaaminen ja monen pelaajan seikkailuroolipeli. De beste casinoene 2020:JOY CASINO 2. plass! Bonuser for nye spillere! Spille CasinoHeroes saattaa tuntua tutulta, sillГ¤ se tunnettiin ennen nimellГ¤ CasinoSaga. Uusi nimi tuli kГ¤yttГ¶Г¶n kesГ¤llГ¤ 2020. CasinoHeroes tarjoaa myГ¶s nopeampaa pikapelivaihtoehtoa, jossa sinun ei tarvitse edes tehdГ¤ pelitiliГ¤. Voit vain tallettaa, pelata ja kotiuttaa voitot heti. Aloita seikkailu luomalla itsellesi sankarihahmo ja saat 100в‚¬ talletusbonuksen ja 5в‚¬ ilmaista pelirahaa. Voita rahaa seikkailemalla Netticasinopelaaminen on viihdettГ¤ ja hauskaan ajanvietettГ¤. Me kaikki pelaajat tiedГ¤mme ettГ¤ suurvoiton mahdollisuudet eivГ¤t ole suuret, mutta se pienikin mahdollisuus elГ¤mГ¤n muuttavaan voittoon on se mikГ¤ kiehtoo. Joskus kolikko- ja pГ¶ytГ¤pelien pelaaminen kГ¤y kuitenkin tylsГ¤ksi rutiiniksi, mutta ei CasinoHeroesilla. CasinoHeroesilla kaikki pelit nivoutuvat yhteen seikkailun muodossa. Aloitat pieneltГ¤ alueelta Hero-saarella, josta ajan ja menestyksen myГ¶tГ¤ pГ¤Г¤set etenemГ¤Г¤n muille aluille ja saat uusia pelejГ¤ pelattavaksi. Seikkailu etenee siis pelaamalla aina kunkin alueen pelejГ¤, ja lopuksi haastamalla uusien alueiden vartijoita, ”pomoja”, jotka pГ¤ihittГ¤mГ¤llГ¤ pГ¤Г¤set eteenpГ¤in ja voitat palkintoja. Samalla tietenkin voit voittaa isojakin rahasummia pelaamistasi kortti-, pokeri- ja hedelmГ¤peleistГ¤. CasinoHeroesin reilun 1 300 pelin valikoima rakentuu NetEntertainmentin, Microgamingin, Play ’n GO:n ja Betsoftin hedelmГ¤-, kasino- ja pokeripelit. Hieman yllГ¤ttГ¤enkin mukana ovat myГ¶s Betsoftin kasinopelit ja videopokerit. NГ¤ihin kannattaakin tutustua, sillГ¤ niitГ¤ ei ole tullut vastaan muilla suomenkielisillГ¤ nettikasinoilla. HedelmГ¤pelit: Starburst, More Gold Diggin, Gonzo’s Quest PГ¶ytГ¤pelit: Craps, Txs Hold’em Pro, Triple Edge Poker Videopokerit: Joker Wild 100 hand, Deuces & Joker Poker, Splitway Royal Poker Blackjackit: Blackjack 5 box, Pontoon Pro Low Bet, Super 7 Blackjack Ruletit: French Roulette Low Bet, Common Draw Roulette, Zoom Roulette Kaikki pelit eivГ¤t ole pelattavissa alusta lГ¤htien, vaan saat vapautettua pelejГ¤ pelattavaksi sitГ¤ mukaa kun voitat eri alueiden pomoja ja pГ¤Г¤set uusille alueille. NГ¤et pelivalikossa lukko-symbolin niiden pelien pГ¤Г¤llГ¤, jotka ovat vielГ¤ lukossa. CasinoHeroes sinivalkoisin lasein Suomalainen pelaaja haluaa pelata suomeksi, saada asiakaspalvelua suomeksi, tallettaa omasta verkkopankistaan. Ja tietenkin isot bonukset

**id 435**

Saklighet om Mellanöstern. Det vill säga, motsatsen till det man får via de politiskt korrekta medierna. Ingen analys av Mellanöstern, Israel, sionism eller judar är egentligen någonsin aktuell. Av det enkla skälet att händelserna i Mellanöstern har en tendens att ske med sådan fart att gårdagens kliniska analys är dagens föråldrade rapport. Dr Manfred Gerstenfeld, tidigare styrelseordförande för Jerusalem Center for Public Affairs, JCPA, bör därför lovordas för hans bok ”Demonizing Israel and the Jews” (Demonisering av Israel och judarna). Han gör inte anspråk på att ha producerat en slutgiltig analys av situationen som Israel och världens judar står inför. Snarare erbjuder han inträngande insikter i hur lokala händelser, regionala attityder och globala uppfattningar påverkar vår förståelse av den judiska staten och av judar i allmänhet. Allt sett genom individers ögon i olika länder och från varierande perspektiv i olika delar av världen. Åsikterna som uttrycks ger oss judiska, kristna och muslimska perspektiv. De är sekulära, religiösa och allt däremellan. De spänner över Asien, Europa och Amerika. De diskuterar juridiska spetsfundigheter, etiska dilemman och psykologisk analys. De handlar om det tabubelagda ämnet muslimer som driver bort de kristna från Kristendomens födelseplats i området som kontrolleras av den Palestinska Myndigheten – etnisk rensning, med andra ord. De berör ämnen som medias förvrängning och rollen som spelas av de ofta försåtligt kallade icke-statliga organisationerna (NGOs), som på något sätt verkar få betydande statlig finansiering från vissa EU medlemsländer, i synnerhet Sverige. Antisemitism, terrorism och Förintelsen finns alla med. Detta oerhört intressanta arbete presenteras i form av 57 korta intervjuer med detaljerade referenser. Varje presentation är två till fyra sidor lång och alla ger oss en tydlig bild av ett land, en kultur, en attityd. Då den senaste tidens händelser i Syrien och Iran verkar förvisa den amerikanske presidenten Barack Hussein Obama till åskådarplats och skjuter fram den ryske presidenten Putin till den politiska och strategiska framkanten, så är Mellanösterns framtid i allas åtanke. Man kan inte nog betona detta – President Obama verkar ha slösat bort USAs moraliska, ekonomiska och strategiska makt och har lyckats lyfta upp en krossad före detta rival, Ryssland, till maktens topp. Som vanligt utgör Israel den enda stabila politiska kraften i Mellanöstern, den enda fungerande demokratin och det enda land dit krigsförande syrier vet att de kan få medicinsk vård – gratis och utan hänsyn till att Syrien faktiskt ligger i krig med Israel. Den judiska staten förblir konsekvent en moraliskt driven demokrati, en multikulturell och mångfaldig smältdegel av etniciteter, religioner, politisk uppfattningar och inte endast ett regionalt utan verkligen ett globalt ekonomisk kraftpaket. Inte minst tack vare dess massiva gasfyndigheter och diskussioner om en integrerad båt-t

**id 436**

Hästar är, trots att de är stora och tunga, smidiga djur som används inom flera olika typer av sporter. Hästen kan benämnas som världens största atlet! Vi utsätter våra hästar för yttre påverkan som t.ex en ryttare ovanpå eller vagn bakom. Ofta beror därför problem hos hästen på spänningar och smärtor i muskulaturen. När hästen bär ryttare påverkas hästens tyngdpunkt. Om ryttaren sitter snett måste hästen kompensera för det. Är det en tillfällig förskjutning av tyngdpunkten påverkar det hästen momentant och den återgår sedan till sin tidigare balans. Är ryttaren däremot sned blir denna förskjutning av tyngdpunkten konstant och hästen måste hela tiden kompensera för det, vilket leder till att hästen får spänningar i muskulaturen och över tid också blir sned. En idrottsman kan inte fungera optimalt utan regelbunden massage och stretching. Detsamma gäller för våra hästar.

**id 437**

Nu var det ett tag sen.Jag har tagit med mig kameran nästan överallt.Till jobbet,till repan,i bilen osv.Eftersom det börjar bli ganska mörkt så är det en del mörkerbilder.Men det går ju att vara kreativ ändå.Det är lite kul att stanna sent på kvällen i regn och mörker och försöka få till en bra bild.Eller vid trafikljuset på väg hem från jobbet.Och hur blir en sån bild intressant?Var och en får väl tycka vad man vill om bilderna.I mitt huvud ser jag ibland bilderna som jag skulle vilja att de såg ut.Det är inte alltid som det blir som jag vill,oskärpa,för ljust,för mörkt,fel fokus,oönskade objekt i bild,typ.Den här helgen har varit grym.Avell har gått på kurs,jag var med småkillarna till tandläkaren i lördags efter jag lämnat Avell på kursen.Sen var det gymnastik med grabbarna på eftermiddagen och däremellan städade jag och barnen huset till Milles kalas som var i dag(söndag).I dag skjutsade jag Avell till andra kursdagen,åkte hem och försökte städa med två småtroll som helt plötsligt behövde hjälp med allt,Molly behövde hjälp med en musikläxa(hon vet numer mer om blues än vad lärarna kräver och hon själv vill,jag erbjöd henne till och med att låna min slide).Så fyra hjärnblödningar senare(jag har inte varit så tålmodig pappa och smågrisarna har sabbat det mesta jag städat direkt efter jag blivit klar) åkte jag för att hämta Avell.Kursen drog ut på tiden så jag satt nästan en timme i bilen och väntade.Sen var det dags för kalas.Avell har varit duktig och bakat cupcakes(två sorter),kanelbullar och ostpaj(eftersom vi hade kalas så sent).Kalaset blev lyckat.Tack alla som kom!ille och Lowe var så uppe i varv att de somnade c:a 23.Bildmässigt blir det en mix av bilder från veckan. Från torsdag kväll.Jag tog några bilder på väg hem från repningen. Jag tror jag tog den här bilden i fredags.Det låter förvirrat men jag har tagit flera bilder på andra träd av samma sort.Tanken med det här är att det skulle bli bra med tegelväggen bakom. På väg hem i fredags.Korsningen vid Statoil i Farsta. Jag skulle hämta paket i Haninge centrum innan jag åkte hem i fredags när jag hörde ambulansen.Jag hade precis parkerat och låst bilen så jag fick bråttom att låsa upp och slita fram kameran.Lite oskarp men kolla det blå ljuset i regndropparna! Bild från i dag.Har nästan alltid kameran lättillgänglig i fall jag skull se en bra bild.Kolla in mönstret.Roligt att Avell har nästan exakt likadan bild på sin blogg fast upplagd långt före min. Och,kalas Mille blåser ut ljusen på tårtan.

**id 438**

Visste du att hos CanvasOnline.se, där du kan ta del av mina recensioner på företag som erbjuder framkallning av canvastavlor och canvastryck har även uppmärksammats i tidningen? Förutom kompletta recensioner hittar du även aktuella rabattkampanjer som du kan ha nytta av. Det tar mindre än tre minuter att jämföra och alla online leverantörer är även verifierade enligt en rekommenderad policy av mig. - Min storlek:30x20cm - Max storlek:140x70cm - Montering ingår:Ja - Min storlek:30x20cm - Max storlek:120x80cm - Montering ingår:Ja - Garanti ingår:Ja - Min storlek:20x20cm - Max storlek:200x300cm - Leverans:2-5 dagar - Frakt: Gratis Se till att din canvastavla blir bra En canvastavla har en lång livslängd vilket innebär att den kommer att hänga på väggen hemma hos dig i några år framöver. Därför ska du ta det säkra före det osäkra för att undvika missnöje med slutresultatet. Här på CanvasOnline.se kan du ta del av recensioner och kampanjer från fem populära canvas leverantörer i Sverige. Beställa canvastavla av eget motiv? Att handla på nätet är inte svårt men att välja fel företag kan leda till att produkten aldrig levereras eller försenad leverans. Ehandel.se informerar om ett fåtal företag som inte har uppnått sina leveransvillkor och kunder har fått vänta i flera veckor. Eftersom jag inte lyckades beställa min canvastavla vid två tillfällen så bestämde jag mig för att bygga en guide och dela med mig av mina erfarenheter och händelseförloppet så att du kan hitta alla företag på ett och samma ställe. Budskapet är inte en ”lista” med positiva och negativa effekter utan istället en rådgivning från mig personligen till dig som läsare. Under menyn ”Om” kan du läsa bakgrunden och ta del av min okunnighet innan du beställer din egen canvastavla på nätet. Mitt bästa tips som jag kan ge dig Stressa aldrig igenom din beställning! Tyvärr händer det allt för ofta att man stressar igenom hela beställningsprocessen för att fokusera på något annat t.ex. att få det levererat så fort som möjligt eller billigaste frakten. För ditt eget bästa och så att du undviker alla misstag som jag har begått så är min rekommendation att du tar några minuter av din tid och jämför butikerna. Att läsa och ta del av andras erfarenheter innan du gör din beställning kostar ingenting och kan hjälpa dig enormt! Små som stora canvastavlor Att betrakta mått och storlek på canvastavlor kan vara lite missvisande t.ex. kan en stor canvastavla innebära måtten 70×50 cm för mig och för någon annan betyder ordet ”stor” allt som är över 100×100 cm. Vi är förmodligen överens om att små canvastavlor faller inom klart mindre storlekar. Det spelar faktiskt ingen roll om du ska beställa en stor canvastavla eller inte eftersom guiden listar alla! Leverantörerna har olika måttsortiment och erbjuder även flera olika kilramalternativ. För att göra det enkelt för dig så listar guiden alla mått från 20×20 upp till 200×300 cm. Några tips och påminnelser innan du beställer en canvastavla: Om du vill köpa en canvastavla med ett tryck i form av ett foto eller ett motiv är det några saker du bör tänka på innan. 1. Bildkvalité, bildkvalité, bildkvalité Det finns inget som är så viktigt som att se till att ha riktigt bra bildkvalité på fotot du vill ska tryckas på en canvastavla. Känner du minsta lilla tvekan om att fotot kan vara för dåligt så se till att mejla bild-filen till tryckeriet och hör med dem först. Lägger du en beställning med ett halvbra foto utan att kolla med tryckeriet är risken stor att du blir besviken när canvastavlan levereras. 2. Se till att fotot är vältaget Även om det är oerhört viktigt med att bildkvaliteten är god är det nästan minst lika viktigt att fotot är vältaget. Risken med att trycka en canvastavla med en bild som är halvbra tagen är att du efter ett tag kommer börja notera flera fel och till slut bara reta dig på bilden. Är horisonten rak? Kanske skulle bilden ha blivit betydligt bättre från en annan vinkel? Kanske kunde du ha använt ljuset/solen på ett bättre sätt? Kanske skulle den där röda plastpåsen som man ser kanten på nere i ena hörnet tagit