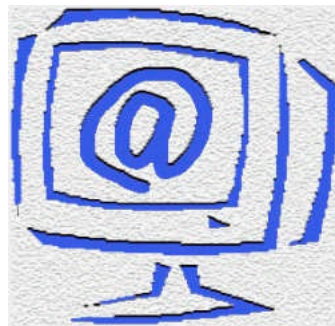


# Snabel- Posten



Nummer 1 2006



**Anders Widmark**  
**Coca Cola**  
**Olika skrifter**  
**Cosmonova**

**Bofinken**  
**Skallet / Må Bra**  
**Mari Hålen**  
**Indienbilder**

# Hej!

Årets första nummer av Snabel-Posten är här.  
Smockfullt med innehåll.  
Håll till godo!

## Innehåll

- Intervju med Anders Widmark.... sidan 3
- Jag och mitt CocaColadrickande. sidan 4
- Olika sorters skrift ..... sidan 6
- Cosmonova ..... sidan 8
- Bofinken .. ..... sidan 9
- Skallet Må Bra..... sidan 10
- Intervju med Mari Hålén ..... sidan 12
- Lite Indienbilder..... sidan 12

Vår hemsida har bytt adress till  
<http://medlem.spray.se/snabelauppsala>  
Under konstruktion

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

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



# Intervju med Anders Widmark



**Anders Widmark är utan tvekan en av vår tids stora pianister, vars repertoar spänner över improviserad jazz, pop och körmusik. Han har genom åren gett ut ett stort antal album både i eget namn och i samarbete med andra artister, bl a Helen Sjöholm och Sara Isaksson.**

- 1. Vilken låt tyckte du var bäst 2004?**  
En låt med sångaren o kompositören PJ Harvey oh yeah yeah.
- 2. När började du din sångkarriär?**  
Jag började spela piano när jag var sju år gammal
- 3. Hur många album har du släppt?**  
11 stycken
- 4. Är det svårt att skriva bra låtar?**  
Det är svårt att skriva bra refrän ger
- 5. Blir du någon gång nervös när du står på scen?**  
Nej inte särskilt ofta det var värre första gången
- 6. Har du någon gång blivit mobbad?**  
Nej det har jag inte
- 7. Har du hållit på med någon sport som ungdom?**  
Tennis & Badminton
- 8. Vad åker du helst på semester?**  
Skåne
- 9. Vad är roligast med att vara kändis?**  
Det roliga att man får spela och uppträda för en trevlig publik
- 10. Special Maträtt?**  
Konjakflamberade kalvnjur ar

Av

**Jonas Bennemark**

# JAG OCH MITT COCA- COLA DRICKANDE

Av

Magnus Hedman

Ja nu skall det bli mej ett nöje att beskriva mitt Cola missbruk i skrift för en gångs skull, och inte enbart i tal som hittills, utan nu sprutar vi på.

Så här var det serr u: när det var som allra värst så kunde jag hälla i me mängder asså, å vi snackar om 5, 6, 7 burkar om dan.

Å dä var kanske inte så vidare bra, men jag mådde bra. Å så var jag nöjd tills jag ville ha mer av den drycken, för jag har ett begär att när jag en gång fått en Colaburk eller flaska så räcker inte det serr u. Nä jag vill ha mer å mer å mer.

Ja det blev ju katastrof om jag inte hade pengar te Cola asså. Då fick en liksom låna av farsan eller morsan (olovandes men i alla fall nödvändigt).



Det är nu så att det här suget, kan vi kalla´ t, är så stort, så får jag minipanik. För Coca- Cola ä livet asså. Kan inte uttrycka me tydligare än så hajar u eller?

När det var som värst me problemet Coca- Cola, så var det i tvåan trean ”på fyrisskolan då”. Ja man lånade helt fräckt av polar´ n, men du får igen dom sen, å du nu är jag i knipa asså. Ja så höll det på.

Jag minns det tydligt när jag en gång i veckan ”det begäret fanns hela veckan lång” så var en på väg te kafeterian å skulle ha ut en eller ett par cola. Så de

vart att man tog två i varje ficka å tog en i flykten serr u. Så var de, men de vart ju något tungt att bära i brallan. Men huvudsaken var ju att colan var i hamn, du fattar poängen va?

Ja polarna ”dom som inte var Cola narkomaner” tyckte att fan de där Colaberoendet skulle en lägga av me. Men med det här så fick en en del smeknamn. Ett var å är colaautomaten, colaburken , ja å en massa andra som jag inte kan eller vill nämna här.

Men som jag nu nämnde eller yppade så varierade det från en burk till tre fyra stycken. Det var olika varje da beroende på hur törstig en va. Å de var fan lattjo, men det hade både fördelar å nackdelar att man drack, för en blev proppmätt efter så många cola. Så man kunde stå över maten, eller om dä var någon skitäcklig mat man inte gillade, så kunde en gå å köpa en macka å en eller mestadels två colaburkar.

Ett annat Colaminne var det att man kom in på en lektion med en halvfull Cola, å lärarn var ju inte så jävla gla om man så säger. Å inte visade han det med mindre än att han skrynkla ihop ansiktet till en förebrående blick först på mej, å sedan på min halvfulla Colaburk. Fattas inte annat än att man fick dricka upp ´an å sedan gå moloken å sätta se på sin plats.

Ja de var tider de vill jag lova ,men mest med tanke på mamma å pappa så säger en att jag har dragit ner på det ”supandet” nu efter några år. Så nu dricker jag endast en kanske tre på sin höjd mot vad jag i skolan gjorde.

Säger vi tack å drick mer god Cola, fan en kan bara inte sluta.  
M Hedman



## Olika sorters skrift

Man kan säga att det finns fem olika typer av skrift-system, alfabetisk, alfa-syllabisk, syllabisk, abjadisk och ideografisk skrift.

Vårt vanliga alfabet är förstas ett exempel på den första typen.

Andra exempel är de grekiska, ryska, georgiska och armeniska alfabetena.

Denna typ anses av de flesta vara den mest ekonomiska formen av skrift.

I Indien, däremot används olika skriftsystem, som alla är alfa-syllabiska. Detta innebär att man anger vokaler (de ljud, som så att säga kan stå för sig själva, till exempel, a, i, u, e och u) på ett oftast ganska krångligt sätt med små extra tecken på eller bredvid konsonanterna (till exempel, t, d, k, p, m, s, l och h).

Arabiska och hebreiska (som används i Israel) är abjader, det vill säga, att man för det mesta inte skriver ut vokaler alls.

De är alltså rena konsonantskrifter. Det fungerar, eftersom de arabiska och hebreiska språken har en speciell struktur, som gör att man oftast kan gissa vilka vokaler man ska ha i ett visst bestämt ord, om man kan språket.

Både arabiska och hebreiska läses

från höger till vänster, alltså "baklänges" i förhållande till svenskan. (Namnet "abjad" kommer av de fyra första bokstäverna i det hebreiska "alfabetet", fast uttalade på arabiska)

Kinesiska skrivs med tecken, som från början var små bilder. Det gör att skriften kallas för ideografisk, eftersom ordet "ideografisk" (som är grekiska) betyder "idé-skrift".

Rena stavelse-skrifter, eller syllabier, är ovanliga. I ett sådant system får varje möjlig stavelse sin egen symbol eller bokstav.

(Stavelser är till exempel pa, bi, klo, bröd och so, medan ordet apa består av två stavelser, a-pa. På svenska blir det nästan alltid en stavelse för varje vokal.)

I Japan används två olika syllabiska 'alfabeten' tillsammans med kinesiska tecken, för att skriva det japanska språket.

Två andra syllabiska skrifter är de som används av Cherokee-indianerna, och av Woleai-folket på ön Caroline i Indiska Oceanen.

Av  
Mattias Persson

## Grekiska

Α α Β β Γ γ Δ δ Ε ε  
alpha beta gamma delta epsilon  
a b g d e

## Ryska

А а Б б В в Г г Д д  
a b v g d

## Georgiska

ა ბ გ დ ე  
an ban gan don en  
a b g d e

## Armeniska

Ա ա Բ բ Գ գ Դ դ  
ayb ben gim da  
a b g d

## Devanagari

(en av många olika indiska skrifter)

प पि पु  
pa pi pu

## Arabiska

ا ب ت ث ج ح خ د ذ  
dh d kh h dj th t b 'a

## Kinesiska

電腦 飛機 大學 收音機  
dator flygplan universitet radio

## Japanska

### Katakana

カ キ ク ケ コ  
ka ki ku ke ko  
サ シ ス セ ソ  
sa shi su se so

### Hiragana

か き く け こ  
ka ki ku ke ko  
さ し す せ そ  
sa shi su se so

## Cherokee (indianspråk)

Ꭰ Ꭱ Ꭲ Ꭳ Ꭴ Ꭵ Ꭶ Ꭷ Ꭸ Ꭹ  
li lo lu mi mo ni no si so su

## Woleai (Caroline-ön)

ᑲ ᑴ ᑶ ᑷ ᑹ ᑺ  
na ko ta bae cho no

# Cosmonova

Är världens största filmformat

För dom som har lätt att bli åksjuka är det ingenting att rekommendera då

För att se en film kostar det 75 kronor per film

Längd på filmerna är 50 min

Jag har sett Nilen deltagarna åker till Nilens slut



filmen var jätte bra  
Cosmonova ligger i Stockholm på naturhistoriska riksmuseet

När man har köpt biljett finns det flera utställningar

Fritt inträde



Det finns en servering där man kan köpa mat och fika

Dagens rätt kostar 75 kronor

av

Johan Öhman



Johan har pryat hos oss under några veckor i år. Han arbetade förut på JJ Bud.

**TEATER BLANCA SKA SPELA  
TEATERN ROMEO OCH JULIA.**

VI BEHÖVER EN KILLE SOM  
KAN SPELA EN MINDRE ROLL.  
DU BEHÖVER INTE SÄGA  
NÅGOT PÅ SCENEN MEN DU  
BEHÖVER KUNNA SPRINGA  
OCH RÖRA DIG MYCKET.

DET ÄR BRA OM DU KAN  
BÖRJA SENAST I MITTEN AV  
MARS 2006.

**VILL DU PROVA? RING  
TEATER BLANCA OCH PRATA  
MED ANNA-CLARA  
ELLER MAGNUS . TEL 7272204**



FÅGEL TEXTERNA  
BO FINKEN



BO FINCHEN



BO FINCHEN



BO FINCHEN



BO FINCHEN

OUTBREDNING : BOFINKEN HÄCKAR I TYD OVER HELA IS SÄLLSYNT ELLER SAKNAS HELT OUTEFTER FJÄLLKEDJAN AND I NORDLIGASTE NORWARLANDS INBLAND .

LÄTEN : BOFINKENS FLYKTLÄTE IS ONE SÄRPRÄGLAT BUT LÅGMALT JUPP . BLAND ANDRA VANLIGA LÄTEN MÄRKS ONE PIGGT FINK AND ONE TALGOXELIKT BUT LJUDLIGATE HUITT .

SONGEN BESTÅR OF ONE PIGG SNÄRTIG AND FALLANDE RAMSA SOM OF ELDOUT WITH ONE KRUS DULL ELLER KNORR UNGEFÄR ELLER EIDIO . DEN CAN DOCK VERIERA ONE DEL MELLAN OLIKA REGIONER AND HELA KNORRAR CAN COME .

HÄCKNING : BOET LIGGER OFTAST I GRENKLYKOR ELLER PÅ GRENAR . DEN BESTÅR OF ONE FINT OUTFORMAD STÅR BRUKAR VARA VÄLKOMOFLERAD MED LEVER AND MOSSA .

DEN CIRKA FIVE EGGEN IS GRÅGRÖNA AND OFTAST GANSKA CLEST FLÄCKADE I PURPUBRUNT SVART .

HONAN RIVAR THITEEN DYGN I PRINCIP ENSAM BÅDA FÖRÄLDRARNA MATAR UNGARNA .

IBLAND FURRAR OCCUR TWO YEARLIGA KULLAR .

FLYTTNING : SKER FRÅN OUT OF SEPTEMBER AND OKTOBEER TILLFRÄMST VÄSTEUROPA . VISSA IS CAN GANSKA I DE SYDLIGASTE LANDSKAPEN LÄNGRE NORWAROUT SPARSAMMARE .

BOFINKEN AGAIN COME TIDLIGT I SNÖSMÄLTNINGEN FRÅN OUT OF AND APRIL .

FÖDAN : BESTÅ FRÄMST AND UNDER SOMMAREN . ÄVEN BÄR AND KNOPPAR .



BOFINCHEN



BOFINCHEN



BOFINCHEN



BOFINCHEN



BOFINCHEN

# Skallet är en daglig verksamhet grupp.

## Skallet är ett hunddagis.

Vi har 10 hundar inskrivna.  
Vi som jobbar heltid är 8 st  
men som mest är vi 12st som  
jobbar på skallet hunddagis.



**Ja hur ser en  
dag ut på  
skallet då?**

Vi har morgon samling kl 9.00  
där går vi igenom dagen och  
delar ut hundarna mellan oss  
arbetstagare.



Vid kl 10.00 går vi ut med  
hundarna.

Vi går två och två för att vi ska  
kunna hjälpa varandra på

promenaden.

Vi är ute på förmiddagen ca:  
45-60 min

Och på eftermiddagen är vi ute  
30 min, vi går då ut ca: 14-  
14.15.



Vi städar tisdagar och tors-  
dagar, då städar vi hela huset.  
Vi delar in oss i olika rum och  
har en städledare som man kan  
fråga om man undrar något.  
På promenaden jobbar vi med  
hunden t ex: kontakt övningar,  
Stanna kvar och sittövningar  
men inte med alla hundar.

Vissa av arbetstagarna har en  
köksdag i veckan.

Då gör vi:

Vi sätter på kaffe och te, dukar  
fram till alla arbetsstskamrater,

vi kallar det för frukost fika.  
Till lunch dukar vi fram  
tallrikar, bestick, glas och  
vatten kannor.

På fredagar lagar två i gruppen  
mat de får bestämma vad de  
ska laga för mat, handla och  
beräkna priset på matvarorna.  
Vi som jobbar här trivs bra.  
Vi kan visa hänsyn till alla här.



En sak som är roligt är när vi  
får praktikanter hit, de kommer  
ju med nya idéer och det är  
alltid roligt.



## MÅ BRA

Vi har en friskvårdsanläggning  
som heter Må Bra.

Där har vi 4 rum.

Vi har ett gym rum, jympasal,  
solarium och ett massagerum.

I jympasalen leder Micaela och  
Jessica jympa passet.

Jan-Erik och Andreas leder  
styrketräningen i gym rummet.

Jan-Erik har också stav gång.

Vi har avslappning också där  
Helena visar hur man gör.

Solariummet kostar 20 kr/30  
min.

I massage rummet är de bra att  
ha en kompis med sig så att  
man kan massera varandra.  
Man kan duscha här efter ett  
pass eller styrketräning och  
solarium.

Vi kan även erbjuda att hålla  
föredrag om kost och motion  
för grupper upp till tio per-  
soner... ring och boka på  
telefon 727 73 07.

Ni är varmt välkomna hit!

**MÅ BRA OCH SKALLET**

## Intervju med Enhetschefen Mari Hålen.

Hon åker runt i grupperna och pratar med arbetstagarna och personalen.



Sen jobbar hon med papper och sitter i möten.

Hon har ansvar för att alla mår bra, och att det är hög kvalitet på jobbet, att vi följer lagarna på jobbet och att pengarna räcker.

Hon har fått samma uppgifter nu som förr av högsta chefen.

Hon börjar Kl halv 8—halv 5.

Arbets hand ledaren ska se till att gruppen fungerar bra, dom ska ha arbets plats möte.

Vi pratar om arbets planer och att alla trivs bland annat och att arbetstagarna sköter sitt jobb.

Av

Henrik Eriksson

som arbetar på Café Lyktan

Själv har jag varit i Indien under jul- och nyårshelgerna. En annorlunda och mycket bra jul. Här kommer några bilder därifrån.

Christer

