

Snabel- Posten



Nummer 1 2007

Pris 10 kronor



**Månadernas namn
Dags för en semla
Hur skall en bra vän vara?
Nöjessvep
med mera**

Hej!

Nu är årets första nummer här.

Som vanligt med ett blandat innehåll.

I skrivande stund har precis vintern äntligen kommit.

(Se framsidan)

Så nu får vi väl hoppas att snön ligger kvar ett tag.

Innehåll

- **Hemsidor..... sidan 3**
- **Månadernas namn sidan 4**
- **Hur ska en bra vän vara sidan 7**
- **Dags för semlor..... sidan 10**
- **Studenternas IP sidan 11**
- **Mowgli..... sidan12**
- **Rockbjörnen 2006 sidan 13**
- **Engelsk fisk..... sidan 15**
- **OrdBild sidan 16**

Vår hemsida har adressen

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

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

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

Omslagsfoto: Vintern är här.
Jonas & Christopher



Som ni kanske har sett tidigare så har Snabel-a en hemsida. Adressen är:

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

Där kan man bl a läsa alla nummer av Snabel-posten.

Dessutom har Jonas och Christopher gjort egna hemsidor som ligger där.

Läs om detta här nedan.



Jonas hemsida

I förra numret av snabel-posten så kunde ni läsa om när jag spelade in min CD-Skiva inne i studion i Ekeby. Sen efter jag gjorde det har det hänt mycket. På sistone har jag gjort en egen Hemsida. På min Hemsida kan man hitta mycket kul och roligt skoj. Man kan lyssna på min CD-skiva, alla fyra låtarna som jag spelade in i studion, man kan skriva i Gästboken, skriva i Diskussionsforum och så kan man läsa om mig själv. Man kan kolla i min Kalender om vad jag gör varje vecka. Och så kan man läsa mina 8 dagböcker, man kan kolla resultat från Storvretas Innebandy matcher år för år och även läsa resultat från Almtunas Ishockey matcher år för år och även läsa fakta om Kent, Amy Diamond, Mando Diao, Håkan Hellström och Darin. Och om man är riktigt kärleks sugen så kan man även läsa mina kärleksdikter med mera.

Startsida Snabelposten Gruppen Produkter Länkar



Välkommen till Snabel-@

Vi är en data- och informationsgrupp inom Amnynningens dagliga verksamhet Uppsala.



Christopher
Jonas, Christer, Åsa, Tati, Mattias, Magnus

Vi gör broschyrer, hemsidor, utskrifter med mera, samt vår egen tidning Snabel-posten.

Här arbetar även Erika, Lena och Margareta.
Arbetsundledare är Christer och Nottala.

Christophers hemsida

Precis som Jonas har jag gjort en hemsida där man kan läsa om musik av olika slag, såväl känd musik i olika musikstilar som min egen musik. Dessutom kan man lyssna på mina kompositioner.

Man kan även läsa mina egna historier. Både historier som ingår i samlingen "Vänskap och kärlek" och roliga historier om Bellman och andra knäppa saker.

Jag har dessutom skrivit åsikter och mycket annat på sidan plus att jag har lagt ut länkar till andra hemsidor.



Månadernas namn

av
Mattias Persson

Många har säkert någon gång funderat över månadernas namn, vad de betyder och varifrån de kommer...

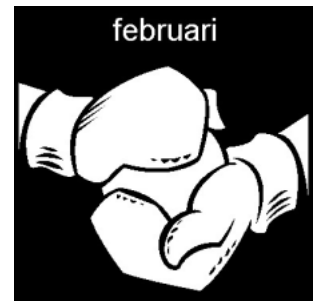
Våra vanliga månadsnamn kommer från det gamla romarriket. Eftersom de gör det, är de nästan likadana i hela världen (såvida man inte har en annan religion, och räknar åren på något annat vis, men det är ganska sällsynt).

Januari kommer av Janus, en mindre känd gud i det gamla Romerska riket. Han har två ansikten, ett som tittar framåt och ett som tittar bakåt. Han står för nuet och för ny ordning.

Från början räknade inte romarna med vintermånaderna (januari och februari), men så småningom behövde Roms ledare (Numa Pompilius, som var Roms andre kung, efter grundaren Romulus) mer tid för att planera sommarens krig, så man skapade två nya månader, Januari och Februari, för detta ändamål, och troligen av ekonomiska skäl, placerades de i början av året, så att krigsplaneringen kom i samma år som själva kriget.

Februari har med en gammal romersk fest, som kallas februa att göra.

Denna fest är ursprunget till våra dagar karnevaler, till exempel i Rio de Janeiro (trots stadens namn, som betyder Januari-floden, så brukar karnevalen hållas i februari).



mars



Mars har fått sitt namn av guden Mars, krigets gud i det gamla Rom.

Romarnas år började med Mars (vilket förklarar namnen på årets sista fyra månader, mer om detta längre fram), och eftersom romarna var ganska krigiska, så gav de krigsgudens namn till årets första månad.

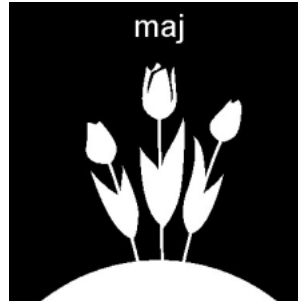
Det var Numa, som flyttade årets början till januari, men de gamla namnen på månaderna har behållits.

april



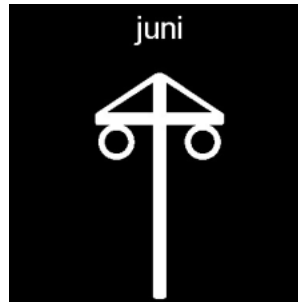
April är lite mystisk. Ingen vet säkert var namnet kommer ifrån. Det finns ett latinskt ord "aperiri", som betyder "att öppna", men det finns ingen gud, vars namn skulle kunna ha något med april att göra.

maj



Maj kommer av namnet på en mindre känd romersk växtgudinna, Maia, som har med våren att göra.

juni



Juni kommer av Juno, romarnas namn på himmelens drottning, guden Jupiters hustru.

De följande sex månaderna fick helt enkelt namn efter sitt nummer, vilket fortfarande kan ses när det gäller de fyra sista av årets månader:

Quintilis, den månad, som vi numera kallar Juli, betyder "den femte". Att vi idag kallar den för juli, beror på att den romerska senaten år 45 före Kristi födelse döpte om månaden för att hedra Julius Caesar, som var född i denna månad.



Sextilis, som vi idag kallar för augusti, betyder "den sjätte". Den döptes om år 8 före Kristi födelse, för att hedra kejsaren Augustus



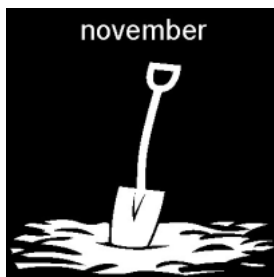
Nästa månad, September, är den sjunde månaden i ett romerskt år, och namnet betyder förstås "den sjunde".

Det var nära att denna månad också döptes om till "Tiberi", efter Augustus' adoptivson och efterträdare Tiberius, men denne sade ifrån med ett uttalande som har blivit ett ordspråk: "Var ska senaten få månader ifrån, om Rom får fler än tolv kejsare?".



Alltså har de efter Augusti kommande månaderna, September (den sjunde), Oktober (den åttonde), November (den nionde) och December (den tionde) fått behålla sina idag ologiska namn, eftersom kung Numa placerade de två nyuppfunna månaderna, januari och februari, först i uppräkningsordningen av årets månader.

Alla vet ju att December är årets tolfte månad, och inte den tionde.



Hur skall en bra vän vara.

av Magnus Hedman

Jag tycker en bra vän skall vara snäll, omtänksam, redo att hjälpa till om det behövs.

Han skall också ställa upp på sin kompis om han ber om det.

Och kan kamraten inte göra det utav någon anledning, så skall hon eller han säga: tyvärr, men jag kan inte idag kanske en annan gång.

En bra kompis tycker jag alltid skall vara vänlig och inte ovänlig. För om man märker att din vän är en annan person än den han ger sig ut för att vara, skall man ju omedelbarts inte prata mer till den personen. Om det dessutom visar sig att han är en riktig elaking, desto större anledning att inte prata med denne.

För citat: du skall inte döma efter utseendet, du skall se till personens inre jag. Döm inte heller personen förrän du har sett var han är för en filur.

Jag skall ta ett exempel: om man bestämmer att man skall gå och äta middag och man väntar och väntar och inte ser sin kamrat så bör man fundera över om han eller hon är opålitlig av sig.

Exempel två: om jag hade en kamrat som jag tycker mycket bra om skulle jag sätta honom på prov om han klarar, vad jag kallar för ”kamrattestet”, så är han godkänd så att säga. Och om han inte klarar testet blir hon/han underkänd istället.

Du kan ju alltid sätta dig ner med din vän och förhöra honom smått om han snattar, om han är pålitlig och om han passar tider. Märker du emellertid att han bryter ett eller flera av vad han sagt, så kan du dra slutsatsen att du och han inte passar som vänner. Världen är full av rötägg och opålitliga och svekfulla människor, men ge emellertid inte upp. Världen är också full av godhjärtade vänner som du i de flesta fall kan lita på.

Omvända frågan skulle man ju också kunna kalla den här.

Hur vill dina vänner att du skall vara?

Din vän och framförallt dina vänner vill nog att du skall vara vänlig, hålla vad du lovar, stå för dina handlingar och inte säga: det där stämmer inte det har du fått om bakfoten.

Om du och vännerna bestämmer er för att gå och äta lunch eller kanske middag, är det ju naturligtvis ännu viktigare att du håller vad du har lovat. Du kan tillexempel inte komma fem minuter eller en kvart för sent, då börjar nog vännerna undra om de kan lita på dig.

Vännerna vill nog inte att du är en slarver som sprider ut dina grunkor och grejor över hela golvet. De vill naturligtvis inte ha med dig att göra om de märker att du inte alls går att

lita på och bryter det du lovar. Bjuder du hem dina vänner måste du ju självfallet städa ditt rum, ”även om det är tråkigt & trist jag vet”. Det gäller inte enbart ditt rum, utan även ditt badrum och har du flera rum skall du givetvis städa dom med.

Råd: ”behandla dina vänner och bekanta såsom du själv vill bli behandlad för då blir även du behandlad på samma sätt”. Du skall aldrig och då menar jag **aldrig** se till utsidan på människan och istället se till insidan. Om du är ärlig mot personen är hon/han ärlig tillbaka.

Alla skall behandlas lika

Självklart skall man behandla alla människor lika. Det är väl givet? Men så är det emellertid inte i världen idag. Man behandlar alla människor olika och värderar därav människorna på ett felaktigt sätt. Människor är ovänliga mot varandra och då blir ju självklart andra personerna ovänliga tillbaks: Behandla din nästa såsom du själv vill bli behandlad.

Det finns så mycket orättvisa i världen så man blir spyfärdig och inte nog med det, jag blir riktigt ledsen i själen när jag hör att människor avrättas eller far illa på annat sätt. Fick jag råda skulle alla vara vänliga mot varandra, hjälpa varandra och bli bättre människor.

Men vad bryr ni er om vad jag tycker? Människan verkar gilla att förstöra, härja, misshandla och döda varandra. Nej man borde istället

försöka förändra världens kaos en smula. För tar inte du första steget till att förändra världen vem skall då gör det?

Man skall vara rädd om sina vänner

Ja absolut, man klarar sig inte utan sina vänner det är bara så. Man ska alltid vara rädd om sina vänner. Förutom pålitlighet behöver man också vara en så god vän som möjligt. Såklart ber man vännen eller vännerna om hjälp av något slag, tror nog jag att dom ställer upp förutsatt att du återgäldar tjänsten ”hjälp åter” på något sätt. Det kan vara något tal som du har problem med eller något annat som du behöver ha hjälp med. En annan gång är det kompisens tur att be om din hjälp. En bra vän är någon som ställer upp på den andra 102 procent.

Här följer några punkter som du skall veta

- Är din vän ärlig
 - Kommer han på avsatt tid och till rätt plats
 - Om du berättar en hemlighet kan hon/han hålla inne med den i så fall
 - är din vän en bra vän och sjyst kompis
 - eller är han däremot en riktig opålitlig typ
 - misstänker du att han eller hon inte går att lita på och inte passar tiderna så sluta träffa denne s.k. vän
-

Jag ställer upp till 100 procent

Så tror jag du vill att din kompis ska säga, å det kanske han gör förutsatt att du i gengäld ställer upp till 100 procent på kompisn.

Ärlighet varar längst säger man. Det är ett mycket bra ordspråk ”jasså orden har ett eget språk”. Som gäller inte minst för att en vänskap skall fungera, ja vi kan nästan säga det är **ordentligt viktigt** för att vänskapen skall bli av.

Var rädd om dina vänner, har du hört det någon gång? Det tror jag att du har, men du kanske inte riktigt har tänkt något vidare på det.

Vad skulle vi vara utan våra vänner? Ingenting, vi skulle bara vara tomma sorgliga varelser och vi skulle kanske till och med mista våra känslor. Känslorna för den eller de vi älskar, känslorna för den vi tycker om, känslorna för kompisarna. Man skulle också tappa känslorna för sig själv.

Men varför är vännerna så viktiga då? Varför klarar vi oss inte utan våra vänner? Jag tror att vännerna betyder allt för oss. Jag tror vi skulle tycka att tillvaron skulle kännas oerhört tom och trist och man skulle nog inte tycka om sig själv. Vi behöver våra vänner.

Det finns säkert en del människor som säger: jag behöver inga vänner jag klarar mig utmärkt själv. Antingen är dom väldigt dumma eller kanske okunniga om hur mycket dom behöver sina vänner.

Jag har svårt att tänka mig ett samhälle utan vare sig bra vänner eller omtänksamma människor. Skulle inte ni det?

Magnus frågar

- Finna det någonting bättre än dina vänner?
- Kan vi leva utan våra nära och kära....?
- Hur skulle det kännas i oss då?
- Behöver våra vänner vårt stöd?
- Vad gör att vi tycker att våra nära och kära är så viktiga tro?

Där tog jag upp en del som jag funderar på.

Att ha bra vänner eller icke ha bra vänner det är frågan.

En text som i alla fall inte jag tycker känns oviktig. Tvärtom tycker jag att den texten känns högst betydande. Och vad menar jag med det då?

Jo jag menar: vi skulle troligen inte skulle vilja leva utan våra vänner. Dock är inte vänskapsbandet ett lika starkt band som kärleksbandet, men i alla fall. Bandet till Dina vänner är av björntråd. Alltså mycket, mycket starkt.

Om ni inte kan gissa' t så kan jag väl meddela att det där är ett välkänt citat av Shakespeare, men jag har ändrat på orden en smula. Det riktiga är : att vara eller att inte vara det är frågan.

Fiffigt va.

Dags för semlor på fettisdagen

av Christopher Lundgren



Som de flesta vet är det snart fettisdagen som i år infaller den 20 februari. När det är fettisdagen äter många människor semlor. I äldre traditioner har man semlan i en djup tallrik med varm mjölk. Nu för tiden äter många semlan som den är utan den varma mjölken.

Själv älskar jag semlor även fast man inte ska äta allt för många för det är ju faktiskt inte bra för kroppen med för mycket sött och godbitar.

Å andra sidan infaller fettisdagen bara en gång om året.

Varför äter man semlor egentligen och varför äter man dem just på fettisdagen?

Jo, det är nämligen så att fettisdagen kommer efter fastlagssöndagen och är den sista dagen före den kristna fastan. Före fettisdagen kommer blåmåndagen och dagen efter fettisdagen kallas askonsdagen.

Att det är sista dagen innan påskfastan som man äter semlor har givit upphov till traditionen att denna dag, och ursprungligen bara denna dag, äta semlor, även kallade fastlagsbullar eller fettisdagsbullar.

Studenternas IP

Text och foto
Erica Westerlund

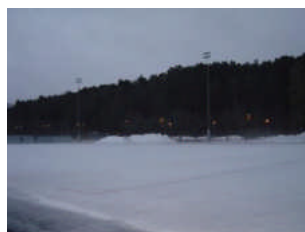
I dag har jag varit till Studenternas IP och intervjuvat en av Vaktmästarna som heter Jan Mattsson.



1. Hur ser en normal arbetsdag ut?

Först på morgon när man kommer så är det fika om man vill ha. Sen på vinter halvåret så håller vi på med bandyplanen och snöröjning, plockar skräp, underhållning av maskiner.

På sommar halvåret så åker vi runt till olika fotbollsplaner i Uppsala på västra sidan, och röjer gräs runt planerna och klipper gräset och plockar skräp.



2. Hur länge har du jobbat här?

Från 1 juli 2006

3. Trivs du med jobbet?

Ja för det mesta .

4. Hur ser dina arbetstider ut?

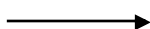
På vintern så jobbar vi skift. Dvs ena veckan jobbar man kväll måndag till fredag och den andra veckan jobbar vi dagtid måndag till fredag och sen jobbar vi även helger på våran dagvecka. Sen så är man ledig en hel vecka efter dom två veckorna som vi har jobbat.

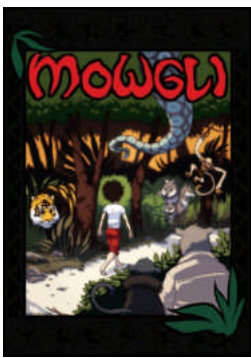


Så här ser en ismaskin ut



Inuti en ismaskin ser det ut
så här





Mowgli +++ Gottsunda Teater

av
Jonas Bennemark

Teatern börjar med att man ser Mowgli ensam och rädd.

Sen dyker vargfamiljen upp. De hittar Mowgli och tar hand om honom.

Sen smyger Shere-Khan i bakgrunden. Rama och Raksha skyddar hela sin familj mot Shere-Khan det är tydligt att han är djungelns största skräck.

Tiden går och vargbarnen växer upp. Det blir dags för alla vargar och Mowgli att göra ett prov för Akela, vargkungen för att se om de tas upp i vargflocken eller ej.

Mowgli misslyckas och vargflocken beslutar att Mowgli ska föras tillbaka till människoby. De beger sig ut i Djungeln men kommer inte särskilt långt innan de möter Kaa som söver dem med hypnos.

Efter en lång sömn väcker

solen, med sina solstrålar Mowgli och Bagheera. De träffar Baloo och blir goda vänner.

Plötsligt dyker en grupp turister upp i djungeln, de är på sightseeing och gör upp eld och dansar. Mowgli blir fascinerad av elden.

Hela tiden har aporna bevakat människorna och Mowgli. Efter ett tag går aporna till attack och tar Mowgli till fånga. Mowgli är fånge hos Jacala, apkungen och aporna.

Bagheera och Baloo letar efter Mowgli och möter då Kaa. Trots att de är lite rädda för henne så övertalar de henne att hjälpa till att befria Mowgli. Kaa dansar för aporna, de somnar och Mowgli befrias.

Bagheera och Baloo försöker övertala Mowgli att gå tillbaka

till människorna där han hör hemma. Mowgli vägrar.

Plötsligt hörs ett skott långt bortifrån. Turisterna kommer tillbaka, de har lyckats skjuta en massa djur som de lägger ut på marken.

Mowgli blir förfärad över människornas råhet. Endast en av människorna verkar vara lika snäll som Mowgli själv, en ung flicka som heter Messua. Hon dansar ett solo och Mowgli blir kär.

Plötsligt dyker Shere-Khan upp och attackerar Messua. Det blir en strid mellan Mowgli och Shere-Khan, Baloo och Bagheera hjälper till. Shere-Khan besegras men Messua har blivit rädd för djungeln och går sin väg.

Mowgli somnar och drömmer om Messua. Efter ett tag väcker solstrålarna Mowgli, Bagheera och Baloo. Mowgli har under natten bestämt sig för att leva med människorna, han säger adjö till sinna vänner.

Precis när han ska gå kommer Messua och möter honom och det slutar med att Messua och Mowgli blir ihop lyckliga i alla sina dagar.



Rockbjörnen 2006

av

Jonas Bennemark

Det var feststämning på Hovet i Stockholm Torsdag 11 Januari 2007.

Innan man kom in så var kön skingrande lång men man behövde inte vänta så länge på att komma in. När man tillslut kom in så var det reklam för Hair & Shoulder. När man sen kom in i arenan så var det mycket folk på ståplats och på sittplats.

Väntan blev ganska lång men tillslut när galan drog i gång så var det ju bara och njuta av hela galan.

Galan började med att Filip och Fredrik gjorde entre i en skidlift och sjöng pratade och sen kom det 90 kilo vit konfetti och sen sjöng dom en låt som handlade om snön.

Först på scen ut på Galan var Darin som sjöng Desire och

det var högt med tjejer som **Martin Stenmarck** fick priset skrek så fort han kom in på scen. **Justin Timberlake** vann priset för Årets utländska artist, **Red Hot Chilipeppers** vann priset för Årets Utländska grupp, **Gnarls Barkley** vann priset för årets utländska låt med låten Crazy, och **Pink** vann priset för Årets Utländska album med sitt album *I'm not dead*.



Sen delades alla rockbjörnar ut och dom som vann var **Lisa Miskovsky** som Katetegorin Årets Kvinnliga Artist och för Årets Svenska Album, sen var det **Sebastian** som vann priset för Årets Svenska Nykomling, **Lars Winnerbäck** som vann priset årets Svenska Manliga Artist, **BWO** som vann priset för Årets svenska grupp,

Fler artister som uppträdde på Galan var Mando Diao med låten TV & Me, Markus Fagervall med For Once,

In Flames med Come Clarity, Linda Sundblad Oh Father,

Martin Stenmarck 7milakliv, Marit Berman, Melody Club som sjöng Destiny Calling och Lisa Miskovsky med Acceptable Losses.

Bästa framträdandet gjorde ändå In Flames med sin låt Come Clarity som var full med eld och raketer.

Efter Galan så kom det 90 kilo konfetti igen och sen var det snö oväder när man kom ut från Hovet. Galan den var mycket bra.



Engelsk fisk

Av

Åsa Skoghagen

Lax = Salmon



Gädda = Pike



Torsk = Cod



Gös = Pikeperch



Mört = Roach



Röding = Char



Abborre = Perch



Ål = Eel



Braxen = Bream



Makrill = Mackerel





ORDBILD

ORDBILD är daglig verksamhet.
Där jobbar man med begåvningsstöd.
Text pictogrambilder och pcs-bilder med mera.

Vi gör beställningar åt folk t ex Filofax,
plåttavlor, visitkort och scheman. Vi sprider
information om bildstöd till alla som vi träffar.

Vi åker och har visningar åt folk på
gruppboheter.

Folk kommer till oss på studiebesök. Ni är
varmt välkomna att ringa till oss.

På telefon 727 7143

Eller besöka vår hemsida

www.ordbild.net

Vi finns på Samaritergränd 3B

