

Stinas artiklar 9

INNEHÅLL

3-5 Selma Lagerlöf

6 Harsyra & oxalis

7 Cashew

8-11 Pyramider

10 Pyramider

11 Cashew

12-13 Språkfamiljer

14-15 Änder, gäss, svanar

16-17 Bröd

18-20 Carl von Linné

21 Visste du att...?

22-23 Kvitten och marmelad

24-25 Kaminer

26-28 Sömn vid fullmåne & Tidsom-
ställningen

29-31 Hästsläktet

32-33 Koppe är toppen för kroppen

34-35 Kaktus

Selma Lagerlöf



Selma Ottilia Lovisa Lagerlöf, född 20 november 1858 på herrgården Mårbacka i Sunne kommun i Värmland, död 16 mars 1940 på Mårbacka. Svensk författare. Hon tilldelades som första kvinna Nobelpriset i litteratur 1909.

Lagerlöf var den första kvinnan i Svenska Akademien. Hon var även ursprungsledamot i Samfundet De Nio.

Även om Lagerlöf förknippas med Mårbacka bodde och verkade hon i Falun under många år och det var där hon skrev några av sina främsta verk.

Även sedan hon flyttat tillbaka till Mårbacka återvände hon flera gånger om året till Falun.

Biografi Uppväxtåren

Selma Lagerlöf föddes 1858 på herrgården Mårbacka. När Lagerlöf var 3 1/2 år gammal, sommaren 1862, blev hon sjuk och helt förlamad i båda benen. Detta försvann lika plötsligt som det hade kommit, men hon hade under sin barndom inte lika lätt att leka som andra barn.

Som många andra barn på den här tiden fick syskonen Lagerlöf hemundervisning eftersom det nya folkskolesystemet inte var fullt utbyggt. Deras lärare kom till Mårbacka och undervisade i både engelska och franska.

Selma Lagerlöf var allvarligare och stillsammare än sina syskon och kamrater. Men hon var ett begåvat barn och tyckte mycket om att läsa. Den första roman hon läste var en indianbok – Osceola av Thomas Mayne Reid – och redan då, vid sju års ålder, bestämde hon sig för att bli författare. Lagerlöf skrev följande i Troll och människor: ”Det är den här boken som gör att jag redan vid mina unga år vet, att vad jag helst av allt vill syssla med under mina kommande dagar, det är att skriva romaner.

Hennes uppväxt präglades också av farmoderns muntligt återgivna berättelser.

När hon var 12 år författade hon en längre dikt om Mårbacka och fortsatte under uppväxtåren att skriva på vers. Först då en av hennes välgörare Sophie Adlersparre, uppmanade

henne att skriva på prosa, gjorde hon det – och blev författare.

Vid 14 års ålder tillbringade Lagerlöf en tid i Stockholm för att få sjukgymnastik för sin höftskada. Om resan till huvudstaden och händelser där berättar hon i *Dagbok för Selma Ottilia Lovisa Lagerlöf*. Enligt den boken vistades hon några månader i Stockholm för sjukgymnastik redan som nioåring.

Studier och yrkesliv

Efter avslutad utbildning tillbringade Lagerlöf några år som hemmadotter innan hon, 1882–1885 studerade vid Högre lärarinneseminariet i Stockholm.

När Lagerlöf läste litteraturhistoria insåg hon plötsligt att de figurer och öden hon hört berättas om under barndomen i Värmland var nog så fantasieggande som Bellmans och Runebergs persongalleri.

Men det dröjde flera år och många misslyckade skrivförsök innan hon debuterade som författare.

Författarskap

1891 debuterade Lagerlöf med romanen *Gösta Berlings saga* efter att ha vunnit en pristävling i tidningen *Idun*. Lagerlöf färdigställde boken med hjälp av ett stipendium som ordnats av Sophie Adlersparre, grundare av Fredrika-Bremer-Förbundet. *Gösta Berlings saga* är en av svensk litteraturs största klassiker – en rik och fantastisk skröna om kaval-

jererna och livet i Värmland på 1800-talet. Den bröt mot dåvarande stilideal som förespråkade realistisk saklighet. Boken fick ett blandat mottagande av kritikerkåren.

1895 lämnade Lagerlöf sin lärarinnetjänst. Från den tiden försörjde hon sig helt på sitt författarskap och 1897 flyttade hon till Falun.

Lagerlöf gjorde flera längre resor i Europa och år 1899–1900 en längre resa till Mellanöstern. Väl hemkommen skrev hon romanen *Jerusalem* som blev hennes stora internationella genombrott 1901–1902.

Lagerlöfs internationellt mest kända bok är *Nils Holgerssons underbara resa genom Sverige* (1906–1907), som ursprungligen var beställd och utgiven som läsebok för folkskolan. I den får vi uppleva Sveriges geografi genom en fjortonårig pojke (*Nils Holgersson*) som flyger på en gåsrygg över landet. *Kejsarn av Portugalien* kom 1914.

Svenska Akademien

1914 blev Lagerlöf som första kvinna invald i Svenska Akademien. Hjalmar Gullberg sa när han 1940 efterträdde henne att hon var ”drottningen i vår litteratur, den mest berömda av svenska kvinnor i världen sedan *Heliga Birgitta*”.

Selma Lagerlöfs död

Torsdagskvällen den 7 mars 1940 satt hon tillsammans med sin syster, när hon började känna sig klen och trött. På natten blev hon svårt sjuk och låg medvetslös till sängs en vecka.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Wikipedia

Lördag morgon klockan 07:25 den 16 mars avled Selma Lagerlöf, 81 år gammal, i sviterna av en hjärnblödning och lunginflammation. Hon begravdes i Östra Ämtervik på påskaftonen.

På Dalarnas museum i Falun finns Selma Lagerlöfs bibliotek och arbetsrum bevarat med inventarier, i det s k Selma Lagerlöfrummet. Rummet låg ursprungligen i det nu rivna huset på Villavägen i Falun. Selma Lagerlöf skapade sin egen minnesgård på Mårbacka i Värmland.

Sedel

Selma Lagerlöf var från 1991-2016 utbildad på den svenska 20-kronors-sedeln.

Miniserie

Selma (2008) är en två timmar lång tv-producerad miniserie om den unga författaren som just slagit igenom på allvar med ”Gösta Berlings Saga” och om den något äldre som precis ska motta Nobelpriset i litteratur.

Helena Bergström spelade Selma Lagerlöf i filmen, som regisserades av Erik Leijonborg. Åsa Lantz stod för manuset.

Harsyra och oxalis

Harsyra

Harsyra och oxalis, i Bohuslän också kallad surklöver, är en flerårig växt inom släktet oxalisar och familjen harsyreväxter.

Bladen är ätbara och syrliga, p.g.a. den höga halten oxalsyra. För mycket oxalsyra kan vara skadligt, så den ska inte ätas i stora mängder.

Harsyra blir 5-10 cm hög och växer med smala, krypande, fjälliga och greniga jordstammar. Bladen och blommorna utgår direkt från jordstammen.

Bladen är glest håriga och har ofta en rödaktig undersida.

I maj-juni förökar sig plantan med hjälp av oftast bara en ensam blomma, som bär ett par stödblåd mitt på det långa skaftet. Blommans kronblad blir 8-12 millimeter långa och är vanligtvis vita med lila ådror, men rosa eller rödlila kronblad förekommer. Frökapseln blir cirka 3 millimeter och är grönvit.

Sommartid bär densjälvbefruktande blommor, som alltså aldrig slår ut.

Harsyra är vanlig i Norden, på frisk till fuktig, skuggig, näringsrik mark, såsom granskog, lövskog, hagmarker, skogsbryn, alkärr och raviner. Utbredningen i Norden sträcker sig till södra och mellersta Finland, södra och mellersta Sverige, hela Norge, Danmark, Färöarna samt ett litet område på östra Island.

Oxalis (*Oxalis Triangularis*) är en av de mindre ovanliga växterna med mycket mörka, nästan svart bladverk, men i grunden är Oxalisens blad mycket djupt lila. Bladen ä

triangulära och växer typiskt i grupper om tre. Framåt natten (eller under särskilt mulna dagar) fälls bladen ihop ungefär som ett paraply, men de öppnas igen då morgonljuset kommer.

Växten bär små blommor som är vita till blekrosa eller lavendelfärgade. Blommorna kan ätas i mindre mängd av människor.

Namnet härstammar ur grekiskans "oxy", som betyder "sur" eller "skarp", med syftet på Oxalisens smak.



Cashew

Cashew (kashu) är ett träd i familjen sumakväxter. Växten kommer från nordöstra Brasilien, där trädet – på portugisiska – heter cajueiro (kachu-eiro) och frukten caju (kachu).

Numera är det vanligt att cashew odlas för frukten och nötterna i tropiska områden, där det är varmt och fuktigt.

Vad som ser ut som en frukt är en oval eller päronformad falsk frukt, cashewäpple.

Mogen är den gul och/eller röd och 5-11 centimeter lång.

Trädets äkta frukt är en njurformad stenfrukt som växer under den falska frukten. Inuti den äkta frukten finns ett enda frö, cashewnöten.

Botaniskt sett är det ett frö, men som livsmedel kallas den nöt. Fröet har ett dubbelt skal.

Fröna innehåller en etsande olja som bränns bort genom rostning innan de kan ätas.

Cashewnöten används både som tilltugg och i matlagning. Den finns ofta i kinesisk och thailändsk mat och i Indien utgör den bas i såser.

Nötens fettsyror är oljesyra, linolensyra, palmitinsyra och stearinsyra med låga halter av andra fettsyror.

Cashewfruktjuice är populär i Brasilien.



Pyramider

Pyramid (från grekiskans pyramis) kallar man vissa byggnadsverk som byggts av flera folk genom historien. Den har även namngett den geometriska figuren.

Pyramiderna var kultplatser som i några kulturer var gravmonument vilka skulle säkra en avliden härskares minne och eviga liv, medan de i andra kulturer tjänade som tempel där prästerna kunde komma närmare gudarna. Världens mest kända pyramider kommer på följande sidor. Vissa mäktigare faraoner (kungar) hade fler pyramider. Cirka 2680-2150 f.Kr. började man bygga pyramider.

Föregångaren till de egyptiska pyramiderna var mastaban. Den första arkeologiskt belagda pyramiden är arkitekten Imhoteps, som när han byggde ett gravmonument åt farao Djoser var den första att bygga mindre på större, som en trappa. Byggnaden kallas för Djosers trappstegspyramid i Sakkara – vilken, enligt en teori, skulle användas som en gigantisk avsats som den döde faraos själ skulle använda för att nå himlen.

Efter denna första period byggdes många fler pyramider, av vilka några övergavs innan de var färdiga.

En berömd pyramid är ”Den böjda pyramiden”. Halvvägs upp verkar det som om pyramidbyggarna började frukta att pyramidsidorna sluttade i en alltför kraftig vinkel, så de gjorde

pyramidens topp trubbigare än nederdelen, vilket skapade en pyramid med egendomligt utseende.

Vid återförenandet av Egypten återtog man pyramidbyggandet, men så småningom koncentrerade man sig på andra byggprojekt och placerade sinagravar bland bergen i Konungarnas dal.

Det finns ett hundratal egyptiska kungapyramider, nästan bara i Kairotrakten.

Många kulturer i Syd- och Centralamerika byggde också pyramider, men dessa är kult- och offerplatser. Det finns även pyramider i Polynesien (från Hawaii till Nya Zeeland), t. ex. Pulemelei.

Världens största pyramid finns i Mexiko.

Cheopspyramiden eller Khufupyramiden är den största och äldsta pyramiden på Gizaplatån i Kairo i Egypten.

Pyramiden byggdes sannolikt under Egyptens fjärde dynastis farao Khufu (Cheops) regenttid i början på 2500-talet f.Kr. och är med sin nutida höjd på 138 meter Egyptens största pyramid.

Den var från början täckt av ettslätt yttre lager av vitpolerad kalksten som dock har rasat eller demonterats genom åren.

Det finns tre kända större kamrar inuti pyramiden, den Ofullbordade kammaren i berggrunden under pyramiden samt Konungens kammare och Drottningens kammare.

Cheopspyramiden är noggrant byggd i planhet, riktning och dimensioner.

Sedan 1979 är pyramiden ett av Unescos kulturella världsarv.

Historia

Cheopspyramiden tros vara byggd som gravmonument av och för den egyptiske faraon (kungen) omkring år 2600 f.Kr. Det starkaste beviset för det är hieroglyfer där farao Cheops nämns. Pyramiden är den äldsta och det enda av Världens sju underverk som finns kvar.

I början på 800-talet öppnades Kungens kammare och man hittade en tom sarkofag (typ kista som man lägger avlidna i) utan någon mumie eller andra rester efter en begravning. Innan kammaren öppnades fanns inga tecken på tidigare öppning.

Byggnaden

När pyramiden byggdes var den världens högsta byggnad med 146,5 meter och var det i över 3 800 år. Pyramiden har förlorat 9 meter – 15 av 215 stenlager – på höjden p.g.a. ras vid jordbävningar.

Längden på sidorna vid basen är 230,4 m med en avvikelse på 2 cm mellan bredd och längd. Pyramidens sidor pekar mot de fyra väderstrecken och de lutar med 51° 50 fot 40 alnar ±1 fot 5 alnar. Den nuvarande höjden är 138 m, förut, med toppsten inräknat, 147 m. Pyramiden är byggd på ett nästan plant underlag, med som mest 15 mm höjdskillnad (mellan nordvästra och sydöstra hörnet).

Pyramiden bedöms bestå av ca 2 300 000 2,5 tons stenblock. De största granitblocken i taket till Konungens kammare tros väga 50 ton.

Hela pyramiden tros totalt väga 5 800 000 ton.

Chefrens pyramid eller Khafrespyramiden på Gizaplatån vid Giza i utkanten av Kairo, byggdes under Egyptens fjärde dynasti cirka 2548–2535 f.Kr. och är med sina 136,4 meter den näst största av de över hundra pyramiderna i Egypten. Den är näst störst av de tre stora pyramiderna – störst och minst av dem är Cheopspyramiden och Menkauras pyramid.

De är några av världens mest berömda byggnadsverk.

Chefren, Cheops och Menkaura var kungar (faraoner) i Egypten, Chefren var Cheops son.

Historia

Byggdes ca år 2548–2535 f Kr under Egyptens fjärde dynasti av Khufu (Cheops) son Khafre (Chefren). Första gången pyramiden öppnades och undersöktes i modern tid var den 2 mars 1818 efter att man hittat den ursprungliga ingången till pyramiden på nordsidan.

Därifrån hittades vägen till begravningskammaren och man hoppades att den skulle vara intakt men kammaren var tom förutom den tomma kistans sönderbrutna lock på golvet.

Den första omfattande undersökningen av pyramidområdet gjordes 1837. Pyramiden var troligtvis öppnad och plundrad redan under den Första mellantiden. Under den 18:e dynastin togs delar av pyramidens täckstenar på order av Ramses II för att användas till att bygga tempel i Heliopolis.³ Pyramiden öppnades redan 1372 f. Kr.

Byggnaden

Från början var pyramiden cirka 143,5 m hög, nu ca 136,4 m och en basyta på ca 215 x 215m. Den ligger några hundra meter söder om stora Cheopspyramiden på en liten kulle som gör att den ser högre ut än den är. Den är byggd av kalkstenblock, som väger mer än 2 ton styck, och var ursprungligen täckt med ett yttre lager av täcksten; den nedersta delen av rosa granit och den övre delen av vitpolerad kalksten från Tura. Den övre tredjedelen av pyramiden är fortfarande täckt av slät täcksten medan det nedre lagret av täcksten har rasat.

Pyramiden har två ingångar på nord-sidan, en i marknivå och en ca 11 m ovan marknivå, som går ihop inne i pyramiden till en gemensam gång.

Gravkammaren, som ligger i berggrunden under pyramiden, mäter ca 14x5x6 m och innehåller en ”gravkista”.

Khabas pyramid, lokalt känd som il-haram il-midawwar, eller Layer Pyramid, är en 17 meter hög ofullbordad pyramid av kalksten i Zawyet

el-Aryan, Egypten cirka 1 mil söder om centrala Kairo. Det var farao Khaba som lät bygga pyramiden cirka 2645 f.Kr. Det finns spår av två ofullbordade pyramider i Zawyet el-Aryan, förutom Khabas pyramid den norra pyramiden, där idag endast grunden återstår.

Datorspelet Cheops pyramid och Chefrens pyramid

Båda datorspelet är undervisningsmaterial i matematik. Cheops, som riktar sig till högstadiet och gymnasiet, var populärt när jag gick i skolan på 90-talet. Det kom 1992.

Chefrens – för mellanstadiet – kom 1997, när jag gick på högstadiet, så det har jag aldrig spelat. Nu finns modernare versioner.

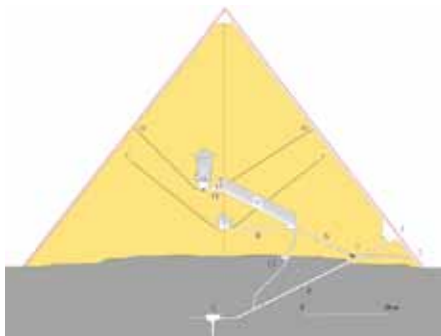
Spelplatsen är inne i respektive pyramid. Man börjar längst nere i pyramiden och ska genom att klara olika – mer eller mindre matematiska – utmaningar klättra sig uppåt och så småningom ut ur pyramiderna. I Cheops har man 4 timmar på sig. För varje klarat rum får man en eller två bitar av en repstege som man ska använda för att klättra upp ur pyramiden.

TEXT: Stina Palm

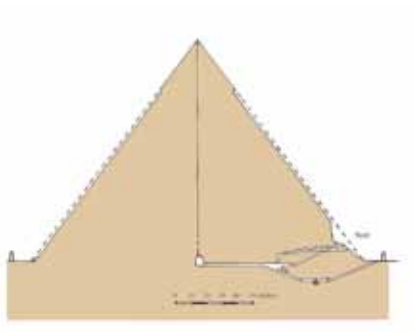
KÄLLA: Wikipedia, Youtube, alegasoftware.se, blogs2.abo.fi



Cheops pyramid



Chefrens pyramid



Språkfamiljer

Det finns många språk som, mer eller mindre bra, kan förstås av människor som talar andra språk. De tillhör ofta samma språkfamilj.

Några exempel på europeiska språk som tillhör samma språkfamilj

Språkfamiljen Indoeuropeiska språk

Underfamiljen Italiska språk
Latin.

Konstigt nog inte italienska.

Underunderfamiljen Romanska språk
Italienska (it), spanska (sp), portugisiska (pt), franska (fr) De här språken har utvecklats ur latinet. Därför har elever som läst latin – framför allt de på Samhällsprogrammet Språk på gymnasiet, betydligt lättare när de läser spanska, franska och italienska än andra elever.

Exempel på likheter: (sv) stjärna (lat) (it) (sp) (pt) (fr) stella/stella/estrella/Estrela/étoile

Latin

Räknas numera som ett utdött språk då ingen talar latin till vardags.

Men grunden till många europeiska språk och det språk präster, som var de första lärarna, i områdena predikade på. Det är även språket påven predikar på.

Går man samhällsprogrammet med språkinriktning på gymnasiet läser man latin, för det är grunden till spanska, franska, italienska osv. som man också läser.

Underunderfamiljen Nordgermanska språk eller bara Nordiska språk

Svenska talas av drygt 10 000 000 i Sverige och Finland. Skriftspråket förstår även 11 000 000 i Danmark och Norge.

Norge skriftligt tvåspråkigt Det är ganska ovanligt med två olika officiella skriftspråk i ett land. De flesta väljer att skriva bokmål oavsett vilken dialekt de talar. 1600–1814 var Norge en del av Danmark och danska var då det officiella skriftspråket.

När Norge blev självständigt ville man skapa ett eget skriftspråk. Danskan justerades mot norskt tal-språk, vilket födde bokmålet. Ett helt nytt skriftspråk skapades utifrån norska dialekter, nynorskan. I skrift är det inte mycket skillnad mellan danska och norskt bokmål. Det nynorska talspråket är till stor del lätt att förstå för svenskar. Värre är det då med bokmål, som är lättare att förstå för skåningar och danskar. Skåningar är förstas också oftare i Danmark.

I tal tycker danskarna att norrmännen låter som svenskar. Men danskarna förstår norska bättre än svenska, eftersom norska ord liknar danska mer än de svenska gör.

Inte lika mycket likheter

Till denna språkgrupp hör även isländskan, men eftersom landet har varit isolerat så länge så har språket inte fått lika många influenser som andra språk och liknar därmed inte dem lika mycket. Fornnordiska, som t. ex. Gustav Vasa talade på 1500-talet, kan liknas vid isländska.

Förutom i Danmark och tillhörande öar talas danska, som andraspråk, på Island. 1262-1904 var landet först norskt, sedan dansk-norskt.

Exempel på likheter:

NO, DK, IS, SV

melkeprodukter, mælkeprodukter, mjölkcurvörur, mjölkvaror

Underunderfamiljen västgermanska språk

Nederländska, afrikaans, engelska, tyska m. fl.

NL, AF, EN, TY

huis (uttal: häus), huis, house,

Haus (samma uttal på engelska och tyska).

Engelska

Det mest spridda språket, det som används över störst yta. Förstaspråk för 328 miljoner. 350 miljoner – 1 miljard av 7,7 miljarder – inklusive svenskar – har det som andraspråk/ kan det.

Underfamiljen Slaviska språk

Underunderfamiljen Västslaviska språk

Tjeckiska, slovakiska och polska

Exempel på likheter:

CZE, SVK, POL, SVE

bratr, brat, brat, bror

Ryska är ett östslaviskt språk.

God dag heter Dzień dobry (djin do-bri) på polska och добрый день (dobri denj) på ryska.

Uraliska språkfamiljen

Underfamiljen Finsk-urgiska språk

Bl. a. tornedalsfinska (meänkieli), finska, estniska

Finska och estniska skiljer sig mer än vad svenskan och danskan eller svenskan och norskan gör.

Många estniska ord liknar motsvarande finska ord, men orden är ofta någon stavelse kortare.

En tvåspråkig finländare kan översätta estniska åt en svensk.

FIN EST

Naistenpäivä Naistepäev

SVE

Kvinnodagen

På de egna språken heter tornedalsfinskan meänkieli och estniskan eesti keel (kieli, keel = språk).

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: nordeniskolen.org, ezglot.com, Youtube, Wikipedia, resume.se, flygtid.se, bab.la, pons.com, spraktidningen.se



Änder, gäss, svanar

Gräsand

Välkänd och vida spridd på norra halvklotet. Hannen har grönblåskimrande huvud och brunvit kropp, orange näbb och ben. Honan är brun. Blir 5-10 år. Vikt 0,72-1,6 kilo.



Kanadagås

Kommer från Kanada, men finns vida spridda både i Sverige och i Nya Zeeland.

Svartvita, stora (hane 3,2-6,5 kilo. Hona 2,5-5,5 kilo) gäss som samlas i stora flockar på åkermark och andra öppna fält. Fågelskit från kanadagäss är ett stort problem både praktiskt sett och bildligt. Kanadagäsen blir 10-24 år.

Dvärgkanadagås är en egen art.



Knölsvan

Finns i Europas och Asiens tempererade områden så långt österut som Kina. Har introducerats till ett flertal områden runt om i världen, bl. a. Noramerika och Australien.

Vingbredd 2-2,4 meter. Längd 1,2-1,7 meter. Vikt hane 11-12 kilo. Hona 8,5-9 kilo.



Sångsvan

Finns i norra Europa och Asien. Från att ha varit nästan utdöd i Sverige i början av 1900-talet har den ökat explosionsartat och finns nu i stora delar av landet.

Finlands nationalfågel.

Vingbredd 2-2,8 meter. Vikt hane 9,8-11 kilo. Hona 8,2-9,2 kilo.

För många år sedan skrev Öbacka-brus om fågelarter vid Hornborgasjön – som är många fler än bara trannor. Även änder, gäss och svanar.

Sjön ligger 1,5 mil sydost om Skara och 1,5 mil nordväst om Falköping - båda i Västergötland.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Vår värld – uppslagsverk för unga vetgiriga (1993), Wikipedia, ICA bokförlags världsatlas (2008)



Bröd

Visste du att vi i Sverigenästan är världsunika med hårt bröd?

Tyvär är vi också unika med att ha socker i allt vårt mjuka bröd. En polska frågade min mamma efter ett recept på mjukt bröd utan något sött i och hon misslyckades med att hitta ett – de hade socker, sylt, russin, honung etc. Å andra sidan har många andra länder sött ovanpå istället, flera länder med marmelad, Belgien med sin chokladkräm och Danmark med sina chokladskivor t. ex.

Varför blir hårt bröd mjukt och mjukt bröd hårt om det får ligga framme?

Naturen försöker utjämna skillnaden mellan bröden och deras omgivning. Så medan det torra knäckebrödet suger fukt från luften, avger det fuktiga franskbrödet fukt.

Knäckebröd håller betydligt längre än franskbröd, ofta upp till flera månader.

Knäckebröd

Det finns ingen specifikupffinnare av det rågbröd som kallas knäckebröd. Men det är ursvenskt. Det härstammar helt och hållet från Sverige och redan på 500-talet började vi baka det.

Knäckebröd kan förvaras länge och det var perfekt i hemmen inför de kalla och långa vintrarna. De hängdes då upp på torkstänger för att

t. ex. inga råttor skulle komma åt dem.

På den tiden kallades det för förrådsbröd eller spisbröd.

Svennebrödet var så hårt så att man var tvungen att doppa det i vatten för att kunna tugga, det mjukare herrebrödet liknade mer dagens knäckebröd.

I mitten på 1800-talet kom de första knäckebrödsbagerierna. Det allra första låg på Södermalm i Stockholm.

Nästa kom i Leksand. Det grundades av Jacobs Karin på tidiga 1800-talet. Idag är det 6:e generationen av Karins ättlingar som bakar.

Vi svenskar äter mest knäckebröd i hela världen, 4 kilo per person och år.

Undersökningar har gjorts gällande vad svenskar som bor utomlands saknar mest. Knäckebröd. Kanske sitter det i våra gener eftersom vi har bakat det i mer än 1000 år.

Knäckebröd är fiberrikare och kaloriinnehålligare än mjukt bröd och klassas som ett bra val med sina långsamma kolhydrater.

Idag finns även många alternativ i mer praktiska små rektangulära skivor.

TEXT. Stina Palm

KÄLLA: svenskt uppfinnaremuseum.se



Carl von Linné



Född 13 maj 1707 i Råshult, Stenbrohults socken, Småland, död 10 januari 1778 i Uppsala.

Böcker, arbete, akademi

Under följande vinter bestämde sig Linné för att skapa ett eget klassifikationssystem.

Han påbörjade ett flertal böcker, bl. a. *Genera Plantarum* och *Critica Botanica*. Han skrev också en bok om växterna i Uppsalas botaniska trädgård.

Systema Naturae (1735) blev en viktig inspiration för den nutida systematiken för allt liv. Det visar ett mer "naturligt" system, vilket idag används i alla länder.

Linné gav ut *Philosophia Botanica* 1751. Det var en överblick över det system han använt sig av i tidigare arbeten. Den innehöll också uppgifter om hur man sköter en botanisk trädgård.

Linné publicerade *Species Plantarum*, som idag erkänts internationellt, 1753. Boken hade 1 200 sidor och gavs ut i två volymer, den första kom 24 maj, den andra den 16 augusti. Den beskrev över 7 300 arter.

I juni 1739 grundade han tillsammans med fem andra vetenskapsmän Kungliga Vetenskapsakademien.

1741–1778 var han professor i bl. a. botanik vid Uppsala universitet.

Botanikresor

På 1740-talet skickades Linné ut på flera resor genom landet för att samlas och klassificera växter och djur.

Nordstjärneorden

1753 tilldelades han som första civila svensk Nordstjärneorden.

Linnés botaniska trädgård Linnés föreläsningar vid universitetet var populära och hölls ofta i Botaniska trädgården.

Men mer populära än föreläsningarna blev de botaniska utflykter som han ledde varje lördag under sommaren, där han tillsammans med sina studenter utforskade den flora och fauna som fanns runtomkring Uppsala.

Förutom rektor för universitetet vårterminen 1750 samt höstterminerna 1759 och 1772 var han inspektör vid Smålands nation (studentförening).

Linnés Hammarby

Linné tillbringade somrarna med familjen på Hammarby. Från början hade gården bara haft ett hus med en

våning, men 1762 tillkom en ny, större huvudbyggnad.

På Hammarby skapade Linné en trädgård där han kunde odla växter som inte var möjliga att odla i Uppsalas botaniska trädgård. Han uppförde ett museum på en kulle bakom Hammarby 1766, dit han flyttade sitt bibliotek och sin växtsamling. Detta efter en eldsvåda som hade förstört cirka 1/3 av Uppsala och som hade kunnat förstöra hans hem där.

Systema Naturae utkom 1735 men hade utökats och återtryckt sett flertal gånger; den tionde upplagan kom ut 1758. Den blev startpunkten på den zoologiska namngivningen och var motsvarigheten till Species Plantarum.

Adlande

Kung Adolf Fredrik tilldelade Linné adelskap 1757, men han introducerades inte förrän 1761.

Då tog han namnet Carl von Linné, den tyska adliga prepositionen von, vilket betecknande hans nyligen upphöjda status som adelsman, med Linné som en förkortad och förfranskad översättning av "Linnæus". Linnéa var en av Linnés favoritväxter och för att hedra honom fick växten senare det vetenskapliga namnet *Linnaea borealis* (*borealis* kommer av latinets *boreus* och syftar på växtens nordliga utbredning).

Efter adlandet fortsatte Linné undervisa och skriva. Hela hans samling

innehöll 14 000 växter, 3 198 insekter, 1 564 skal, cirka 3 000 brev och 1 600 böcker.

Gården drivs idag som museum av Uppsala universitet. Det finns idag över tvåhundra ättlingar till Linné genom hans två döttrar.

Den moderna ekologin

Linnés vetenskapliga arbeten anses ha bidragit till den moderna ekologins grundläggande. Vid tidpunkten för sin död hade han blivit en av Europas mest hyllade vetenskapsmän.

Inom botaniken används auktorförkortningen "L." för att markera Linné som artnamnens auktor. I äldre publikationer kan ibland förkortningen "Linn." hittas. Linnés kvarlevor är typexempel för arten *Homo Sapiens*, enligt International Code of Zoological Nomenclature, eftersom Linnés beskrivning av arten baserades på honom själv.

Spår av Linné

Vid sidan av oräkneliga artnamn har några av Linnés regler bevarats:

Alla arter har ett vetenskapligt namn med släkt- plus artnamn.

Alla nya arter ska beskrivas i en tryckt publikation med angivelser om egenskaper, fyndplats, en allmän beskrivning m.m.

Alla beskrivningar av nya arter ska ange ett konserverat exemplar som bevaras på en angiven plats, vanligtvis en naturhistorisk samling vid ett

museum, så att det kan undersökas av andra. Alla arter ska klassificeras i högre kategorier.

På sedlar

Carl von Linné prydde framsidan på den 100-kronorssedel som började tryckas 1985 och som var giltig fram till 30 juni 2017. Både sedelns fram- och baksida har uteslutande bilder förknippade med Linnés arbete.

Han fanns även på baksidan på den tidigare svenska 50-kronorssedeln och har även funnits på äldre svenska sedlar.

Svenska Medaljgillet gav 1978 ut en medalj i silver och brons – gestaltad av skulptören Olle Adrin – till 200-årsminnet av Linnés död. Framsidan återger Linnés ansiktsprofil i relief på en yta av årsringar från ett träd märkt med födelseåret 1707, dödsåret 1778 och minnesåret 1978.

Linnéuniversitetet

Linnéuniversitetet bildades 1 januari 2010 som en sammanslagning av Växjö universitet och Högskolan i Kalmar.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Wikipedia, bergvikskog.se

Visste du att...?

Azteker (mēxihcah) var en befolkning i centrala Mexikos högland som från 1300-talet och framåt byggde ett rike som bestod tills det erövrades av spanjorer och fientliga indianfolk 1519.

Glatta muskler (från hur de ser ut i mikroskop) finns t. ex. i blodkärlens väggar, luftrören, urinblåsan och mag-tarmkanalen. De kan inte styras av viljan. Glatta muskler är uthålliga men arbetar långsamt.

Tvärstrimmiga musklers bandade struktur kan ses i mikroskop. Dessa muskler kan delas in i två undertyper: hjärtmuskler och skelettmuskler.

Alltså. Glatta muskler finns i alla organ utom hjärtat och är icke viljestyrda.

Tvärstrimmiga, förutom hjärtat, finns på skelettet och är viljestyrda.

Kvitten

Kvitten (*Cydonia oblonga*) är ett lövfällande träd inom familjen rosväxter och ensam art i släktet *Cydonia*. Dess frukt är lik ett stort äpple, med fastare fruktkött. Kvitten var välkänd i medelhavsregionen redan under antiken. Ej att förväxla med den i Sverige mer välkända rosenkvitten.

Utseende

Den kan bli upp till 7 meter hög och blommar i maj med 5 cm stora rosa eller vita blommor. Som kart är frukten brun och luden, men luddet spricker upp efter hand som den mognar och blottar en gul, buktande fruktkropp. Den mogna frukten är väldoftande och har ett något träigt fruktkött.

Användning

Frukten kan ätas färsk (då måste man slå frukten innan man äter den; slagen frigör saften. Man skär bitar lagom stora att tugga i; bäst lyckas man om man håller frukten i sin ena hand och slår hårt med en kavel runt hela frukten). I södra Europa, som i Italien och Spanien men även i Mexiko i Nordamerika, gör man kvittenpastej (*cotognata* på italienska och *carne de membrillo* på spanska), ett slags marmeladgodis av lika viktdelar socker och kvittenmos som får koka i långkok och som sedan stelnar till geléaktig konsistens. Kvittenbrödet äts som dessert, ofta tillsammans med färskost, t. ex. ricotta eller manchego.

Sockerland av kvitten sägs ha medicinska egenskaper och används mot bl. a. diarré. Innehåller C-vitamin.

Historik

Släktnamnet *Cydonia* kommer från den antika staden *Kydonia*, numera *Chania*, på Kreta där odling och export tidigt utvecklades. Romarna kallade kvitten för äpple från *Kydon*. Möjligen är det så att staden *Kydonia* uppkallades efter *Kydon*, son till *Apollon*, medan frukten redan hade ett gammalt namn – *kydonion*.

Kvitten har en längre historia som kulturväxt än äpple och den användes mycket under antiken, av greker och deras grannfolk. Sägs ha kommit till Grekland från Levanten (allmänt för alla länder runt östra Medelhavet bortom Italien, och innefattade såväl Balkanländerna, som Turkiet och Egypten. I mer preciserad mening avsågs dock enbart de asiatiska kustländerna i östra Medelhavet, alltså det område som idag motsvaras av Turkiet öster om Bosporen (dvs Anatolien), Syrien, Libanon, Jordanien, Israel och Palestina.

Marmelad

Vid Örtagården på Skansen står kvittenträdet med massor av frukt i mitten av oktober.

Ordet marmelad kommer av *marmelo* som betyder just kvitten på portugisiska.

Den ursprungliga marmeladen gjordes redan på medeltiden av kvittenfrukter i Portugal. Frukterna innehåller mycket pektin och passar utmärkt även till gelé och sylt.

Marmelad kan man även göra av svartvinbär, tidigt på säsongen då de fortfarande innehåller mycket pektin (ska man göra saft ska man vänta tills de nästan trillar av).

Annars finns det numera syltsocker med pektin i.

KÄLLA: Facebook, Wikipedia

Den ursprungliga marmeladen gjordes redan på medeltiden av kvittenfrukter i Portugal. Frukterna innehåller mycket pektin och passar utmärkt även till gelé och sylt.

Marmelad kan man även göra av svartvinbär, tidigt på säsongen då de fortfarande innehåller mycket pektin (ska man göra saft ska man vänta tills de nästan trillar av).

Annars finns det numera syltsocker med pektin i.

KÄLLA: Facebook, Wikipedia



Kamin

En kamin värmer upp genom eldning med t. ex. ved, pellets eller kol. Placeras i det rum den ska värma. Kaminer är av metall och värmer rummet snabbt efter att eld gjorts upp, medan den inte håller värmen särskilt länge efter att elden slocknat.

Vid eldning bildas rökgaser som vanligtvis leds ut via en skorsten. I en kamin eller i skorstenen sitter vanligtvis ett spjäll, som kan stängas när kaminen inte används, så att varm luft förhindras att läcka ut. Stängning av spjället innan elden slocknat kan innebära risk för bildning av giftig gas p. g.a. brist på syrgas.

Vissa kaminer har en luftspalt inbyggd i eller runt kaminen, som påskyndar uppvärmningen.

En kamin som väger mindre än 200 kg räknas som lätt eldstad och kan ofta placeras fritt på golvet. En kamin som väger mer än 200 kg räknas som tung eldstad och behöver ett fundament. För att förhindra eldsvådor bör golvet framför kaminen och angränsande tak och väggar förses med brandskydd av eldfasta material som tegel, sten, betong eller plåt.

Eldning i kamin ger bra ventilation med stor luftomsättning i det utrymme där kaminen står, eftersom den luft som behövs för förbränningen normalt tas från utrymmet invid kaminen.

Frisk luft sugas istället in i utrymmet eller rummet.

Förbränningsluften kan som alternativ tas in direkt i kaminen utifrån eller genom en mantel i skorstenen, vilket kan minska värmeförlusten genom mindre utsugning av varm rumsluft. Även när eldning inte sker kan den uppvärmda inomhusluften ge självdrag genom en kamin, vilket kan ge god ventilation.

Vissa kaminer kan man laga mat på eller t. ex. koka kaffe.

Kaminen har monterats som ett komplement till kakelugnar eller centralvärme. De tillverkas i svetsad plåt eller som tidigare i gjutjärn.

Beroende av kaminens konstruktion kan de ha en invändig mantel av eldfast tegel som lagrar värmen.

En del kaminer har det värmelagrande materialet på utsidan, täljsten eller keramik.

Kaminens roll i boendet har förändrats. Idag är den inte bara en värmekälla utan också en inredningsdetalj som tillför hög mysfaktor.

Därför har det också blivit allt viktigare att elden syns, så glasluckor och glasväggar på flera sidor är vanligt idag.

Olika typer av kaminer

Braskamin

Fristående kamin som ansluts till en rökkanal. Verkningsgrad: 65-85%

Gjutjärns kamin

En fristående kamin av gjutjärn. Verkningsgrad: 65-70%

Kassettinsats

En modul av gjutjärn eller en svetsad stålkonstruktion för montering i en öppen spis. Verkningsgrad: 50-70%



Sömn vid fullmåne



Forskningen har svårt att ge ett tydligt svar kring sömn vid fullmåne.

Därför kommer det nog fortsätta vara oklart lång tid framöver.

Många människor upplever att fullmånen påverkar sömnen och att de en gång i månad alltid sover lite sämre.

Men hur är det egentligen och vad säger forskningen?

Det är inte helt lätt att svara på. Det har gjorts en rad studier genom åren där en del visar att det finns ett samband mellan sömnsvårigheter och fullmåne, medan andra studier inte visar på något sådant samband.

Det finns inget som tyder på att fullmånen kan kopplas till att vi sover sämre.

Det är som sagt inte ett helt outforskat område, även om de studier som gjorts är få och håller låg kvalitet. I en schweizisk studie från 2013 konstaterades att försökspersonerna tog fem minuter längre på sig att somna och sov 20 minuter mindre jämfört med en natt då det inte var fullmåne. En annan studie från 2019 visade ett samband mellan fullmåne och för-

sämrad sömnkvalitet, t. ex. djupsömn, insomningstid och total sömntid. Månljuset i sig kunde uteslutas som orsak eftersom studien genomfördes under kontrollerade förhållanden.

Problemet med flera av de studierna är att deltagarna märker att det är fullmåne

och tänker på det när de går och lägger sig och så sover de sämre. Sen tror de att de beror på fullmånen.

I stället tror han att det handlar om en slags förväntan på att inte kunna sova som sedan inträffar. En föreställning som går långt tillbaka i tiden.

Den här uppfattningen härstammar från urminnes tider. Det är en del antropologer som kopplar det till när folk arbetade nästan dygnet runt vid skördetid och då förstas märkte när det var fullmåne. Föreställningen om att man sover sämre vid fullmåne finns det en gammal tradition kring.

Känsliga personer påverkas av fullmånen

För att ta reda på hur det ligger till behövs fler studier, som görs i mer kontrollerade former där försökspersoner tas in vid olika tidpunkter omedvetna om att det är fullmåne. Men sådana studier är kostsamma och området är inte särskilt prioriterat av sömnforskningen. Därför kommer det nog fortsätta vara oklart lång tid framöver.

Slutsatsen är helt enkelt att bevisläget är mycket oklart, men att mer tyder på att det inte finns ett samband mellan fullmånen och dålig sömn än tvärtom. Samtidigt kan man aldrig vara helt säker.

Det finns ju alltid människor som upplever att de är känsliga, men tittar man på hela befolkningen finns det inget skäl att tro på det här.

Tidsomställningen

Är man en av de personerna som upplever att de har extra svårt att somna eller sover sämre när det är fullmåne så: Försök se till att inte vara medveten om att det är fullmåne. Titta inte i almanackan och titta inte ut genom fönstret. För är det så att man har en förväntan att man kommer att sova dåligt när det är fullmåne så kommer det att slå in. Så fungerar människan.

Tidsomställningens påverkan

Omställningen till sommartid sista söndagen i mars varje år ökar risken för hjärtinfarkt veckan efter. I gengäld medför återgången till vintertid en riskminskning, som dock är mindre.

Den 30 oktober är det dags att ställa tillbaka klockan till vintertid. Men tidsomställningen är ifrågasatt och EU-kommissionen föreslår att den ska avskaffas. Enligt Arne Lowden, forskare vid

Stockholms universitet, är morgonljuset prio – särskilt på vintern.

Vintertid är bra, vi behöver morgonljuset under årets mörkaste månader. Låt oss säga att vi skulle ha permanent sommartid, 70 dagar om året då solen skulle gå upp efter klockan 9.

När vi har vintertid går solen aldrig upp efter klockan 9.

Morgonljuset ser till att vår dygnsrytm blir tidigarelagd.

Bl. a. kommer kroppstemperaturen att öka tidigare på morgonen och produktionen av sömnhormonet melatonin att starta tidigare på kvällen och göra oss sömna. Då ökar sannolikheten att vi kommer i säng ”i tid”, vilket ökar sömnlängden och förbättrar sömnkvalitet.

Morgonljuset har också fördelen att vi kommer i gång lättare under dagen. Ljuset gör oss omedelbart pigga och dämpar påslaget av melatonin. Är vi aktiva på morgonen drar vi också nytta av stresshormonet kortisol som börjar höjas redan vid 3-tiden på morgonen och hjälper oss att vakna.

Vi måste komma ihåg att det ljus som dagsljuset ger är mycket starkare än det elektriska ljuset. Om jag går ut en molnig dag på vintern får jag 5 000 lux. Normen för ljus inomhus är 50 lux och det ger ingen som helst biologisk påverkan.

Men det är många som förespråkar sommartid som normalt看.

Till att börja med vore det ett gigantiskt experiment med folkhälsan.

Det är faktiskt något vi aldrig har levt med.

De allra flesta människor drar åt kvällspiggighet. Därför är morgonljuset det vi verkligen behöver i samhället eftersom det gynnar återhämtning. Vi har redan problem med sömnbrist och anledningen är att många inte kan somna på kvällen. Med evig sommartid skulle det bli ännu svårare att somna.

Vi skulle missa en timmes dagsljus på förmiddagen och det skulle leda till att vi försenar vår biologiska dygnsrytm som faktiskt är 24,2 timmar. Med ljusare eftermiddagar blir vi mer aktiva på eftermiddagen, vi får svårare att somna och ännu fler skulle lida av konstant sömnbrist eftersom vi behöver gå till arbete och skola samma tid som vanligt.

Risken för depression skulle öka eftersom sömnbrist kan vara en inkörsport till depressiva tillstånd.

Evig vintertid vore bättre än evig sommartid. Men nu har vi det bästa av två världar. Med sommartid får vi extra ljus på kvällarna utan att morgnarna blir mörka och med vintertid har vi ljusa morgnar.

Forskarna vill ur hälsosynpunkt värna om morgonljuset och har också lämnat till in flera remissvar till EU om de negativa följderna av att ta bort tidsomställningen.

Sommartid innebär att lokal tid justeras fram en timme under en del av året för att bättre utnyttja den ljusa delen av dygnet under sommaren för människor som stiger upp vid fasta klockslag. I länder närmare polerna,

som i de nordiska länderna, gör sommartid mest skillnad under vår och höst men inte lika stor skillnad under sommaren då det ändå är så ljust.

Sverige införde sommartid på försök 1916, 15 maj–30 september, men bönderna protesterade så mycket att försöket inte upprepades.

Först 1980 införde vi sommartid igen. Sedan 1996 har hela EU gemensam sommartid; från sista söndagen i mars till sista söndagen i oktober.

KÄLLA: Wikipedia, wellness.se, ki.se



HÄSTSLÄKTET

Familjen hästdjur omfattar ett släkte med sju arter.

Åsnor

Arterna varierar kraftigt i storlek. Mankhöjd cirka 80–160 cm och vikt från 80–480 kg. Arbetsåsnor i fattiga länder har en förväntad livslängd på 12–15 år, men i mer välmående miljöer kan den leva i 30–50 år.

Zebror omfattar fyra arter som alla har kroppar med tydligt markerade ljusa strimmor mot en mörkare bakgrund.

Hästar

Hästen tämjdes för cirka 6 000 år sedan. Tamhäst är alltså en tam underart av vildhästen. Hästen har sedan dess använts som dragdjur eller rid-djur, men även som föda och för att producera mjölk eller hudar.

Under lång tid har man avlat fram flera skiftande typer i färg och kropp, vilket utvecklats till dagens hästraser. Idag används hästar i Sverige i stort sett i polisrytteri, ceremoniellt kaval-leri (på franska heter häst cheval) och hästsport – där det finns många olika grenar.

Vanligaste raserna 2021

Svenskt varmblood (SWB) har utvecklats ur den svenska lanthästen främst för militärt bruk. I dagligt tal används ofta även begreppet svenskt halvblod. Rasen har både före och efter den militära "avhästningen" på 1950-talet

alltid varit konkurrenskraftig i internationella tävlingssammanhang och är bland världens främsta tävlingshästar i hoppning, dressyr, fälttävlan och körning.

Islandshäst

Härstammar från Island. Kännetecknande för rasen är att det är en ganska robust och tålig häst som tål väder och vind, speciellt då hästarna på vissa gårdar hålls i ett halvilt tillstånd i stora flockar som själva får leta föda och skydda sig mot dåligt väder. Detta är särskilt vanligt på Island. Islandshästarna är kända för sina extra gångarter tölt och passgång. På Island behandlas islandshästen med kärlek och respekt då de funnits på ön i över 1 200 år. En islandshäst som lämnat Island får aldrig återvända, rädslan är stor att de blandats med andra raser och att det finns en risk att de kan bära på sjukdomar. Hästarna på Island är sällan vaccinerade eftersom de är isolerade från övriga länder. Därför är islandshästen en av de mest renrasiga hästarna i världen och de har varit fria från inblandning av andra hästraser i över 800 år. Islandshästen är idag den tredje populäraste hästrasen i Sverige. Det hästen används mest till i Sverige är fritidsridning, turridning och tävlingar.

Shetlandsponny

Shetlandsponnyen är en av världens minsta hästraser, från Shetlandsöarna utanför Skottland. Troligtvis härstammar de från skandinaviska ponnyer

och ponnyer som fördes från Asien av kelterna under 200-100-talet f.Kr. Under 1800-talet användes ponnyerna för att transportera torv och senare i kolgruvor i Storbritannien.

Men har nu blivit populära som ridponnyer för barn, till körning och även i ponnygalopp, ponnytrav och inom cirkusen. Man kan även se shetlandspionnyer i djurparker och numera även inom handikappidning.

Shetlandspionny användes även som en ponny med kapacitet för tunga vikter och var en häst som var lättare att handskas med, men kan fortfarande lyfta tungt, då var den bra för arbete runt 1800-talet. Shetlandspionny är en lättuppfödd, smart och mycket sund ponny med ett lätthanterligt men något egensinnigt temperament. De kan passa bra som barnponny men kan även köras av vuxna.

Den är liten, blir oftast inte över 107 cm i mankhöjd men i förhållande till sin storlek är shetlandspionny ett av världens starkaste hästdjur.

En mindre variant som aldrig blir över 86 cm i mankhöjd kallas för Minishetland.

Nordsvensk

Nordsvensk brukshäst har utvecklats i Sverige ur gamla skandinaviska arbetshästar som utvecklades ur den primitiva skogshästen.

Nordsvensken är idag populär som ridhäst, körhäst och även fortfarande inom jordbruk eller skogsbruk.

Korsningar

Alla hästdjur är relativt nära släkt, men märkligt nog med helt olika arvs massa, DNA. Trots det kan alla arter korsa sig med varandra.

Mulåsna är en korsning mellan ett åsne sto och en häst hingst, mula är en korsning mellan ett häst sto och en åsnehingst.

Zebroid är en korsning av zebra och åsna eller häst. De lever i Botswana där de fötts upp sedan 1800-talet.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Wikipedia



FOTO ZEBROR: Henrik Palm



Koppen är toppen för kroppen!

Det finns en kaffeartikel i Öbacka-brus nr 1, men med annan inriktning.

Ordet kaffe kommer inte, som man kan tro, från Kaffaregionen i Etiopien där det sägs att de första kaffedrickarna bodde. Det kommer från arabiskans qahwah ("kawe") och turkiskans kaveh som senare blev kaffe på nederländska.

På finska är det mer likt turkiskan – kahvi.

Kaffe är bra för hälsan på flera sätt. Ökad koncentration, produktivitet och förbränning och minskad risk för depression samt vissa typer av cancer.

Kaffevanor är till viss del genetiska. Tvillingar har ofta samma kaffevanor, även om de inte har vuxit upp tillsammans. Genetiska skillnader står för cirka 40% av variationen i kaffedrickande i befolkningen.

I genomsnitt dricker vi i Sverige 3 koppar kaffe om dagen.

Tycker du att det låter mycket?

Det är faktiskt inte alls lika mycket som våra grannar i Norge, Danmark och Finland.

Vi kommer först på 6:e plats i listan över länder som dricker mest kaffe i världen.

Den bästa förklaringen till att vi nordbor dricker mycket kaffe är att vi har väldigt mörka, trista, deprimerande vintrar.

Kanske behöver vi något för att klara oss igenom det.

Det finns inget helt koffeinfritt kaffe. Det innehåller bara mindre koffein. 10 koppar "koffeinfritt" innehåller lika mycket som 2 vanliga koppar. Alltså en femtedel, 20%.

Koffein stimulerar njurarna att producera urin, men det är bara urindrivande så till vida att man behöver kissa snabbare, inte att man förlorar mer vätska. Kaffe är därför inte uttorkande, vilket ibland har påståtts.

Kaffets goda egenskaper, framförallt från antioxidanter, försämras inte av mjölk. Men de kan ta lite längre tid på sig att nå ut i kroppen.

Socketöverskottet utsöndras i urinen och drar med sig vätska från kroppen. Så kaffe med socker är mer drivande än utan.

Även astronauter har rätt till nybryggt kaffe! Det tyckte uppfinnare och byggde en speciell kaffebryggare gjord för viktlös malning på internationella rymdstationen ISS.

Tidigare drack astronauterna frystorkat snabbkaffe.

Koffein, den psykoaktiva substansen i kaffe finns även i te (tein) och choklad (teobromin, inte lika beroendeframkallande).

En kopp te har bara halva mängden koffein, 40 milligram, jämfört med en kopp filterkaffe, 80-115 milligram. Det är dock ingen skillnad i "kicken" mellan kaffe och te.

KÄLLA: hotellrevyn.se, fof.se,
kafferosterietkoppar.se, ki.se



Kaktus

Kaktusar är en växtfamilj med vanligtvis taggiga fröväxter.

Det finns 1 500–2 000 olika arter, beroende på vem man frågar.

Vissa fältstudier är mycket svåra, kaktusarna är svårtillgängliga.

Kaktusen har sina taggar samlade på små kuddar, s k areoler. Även blommor och nya skott utvecklas ur dem.

Taggarna ger skydd mot betande djur och skugga mot solen, men samlar också upp den fukt som morgondag och annan väta kan ge i torra ökenlandskap. Fukten droppar sedan från taggarnas spetsar och rätt ner till rötterna.

Kaktusarna kan se ut på många olika sätt. T. ex. ha många centimeterlånga taggar i rött eller svart eller små borst med hullingar. Eller så kan taggarna ha blivit till långt silvervitt hår.

Hur de ser ut beror på klimat, extrema förhållanden ger extrema växter.

En kaktus är ofta veckad i långsgående långa kullar, vilket gör att växten kan svälla lättare vid regnperiod och krympa ihop vid svår torka.

Kaktusen lagrar alltid vatten i stammen, som kan ha olika former. Vanligast är pelarformer och de runda som hos svärmorskudde.

Flera kaktusar har platta stammar som faktiskt ser ut som blad.

Rent generellt kommer de högresta stamkaktusarna från ökenlandskap, kaktusar med platta, bladliknande stammar från skogar med fuktigt

klimat. Ökenväxande kaktusar kan stänga till sina porer för att minska avdunstningen vid långvarig torka. Deras rotsystem slutar då leta efter vatten och tillväxten avstannar. En del kaktusar utvecklar lufttrötter.

De djungelväxande kaktusarnas stammar är brett tillplattade för att kunna absorbera så mycket ljus som möjligt.

De flesta kaktusar saknar i regel blad, men undantag finns med väldoftande, färggranna (vita, gröngula, gula, orange, röda, vinröda, lila, rosa eller blå) blommor. Blommorna pollineras med hjälp av djur och insekter, t. ex. fladdermöss och bin, som är på jakt efter blommans nektar.

När blomman pollinerats bildas frukter med frön i som sedan äts upp av olika djur som på så sätt sprider fröerna.

Kaktusen kommer ursprungligen från Amerikas varmare delar. Kaktusfamiljen utvecklades för 30–40 miljoner år sedan.

Den mest unika egenskap som kaktusarna utvecklade var areoler, ett sätt att klara av klimatskillnader.

Relativt sent, historiskt sett, har kaktusar spridit sig över Atlanten.

Korallkaktus finns förutom i tropiska Amerika, även i Afrika, på Madagaskar, Seychellerna, Mauritius och Sri Lanka.

Till Europa kom de första kaktusarna med de stora expeditioner som skulle hitta nya handelsvägar till och från

Indien under slutet av 1400-talet.
Vissa kaktusars frukter, t. ex. fikonskaktusars t. o. m. är ätbara. Men kaktusen har även länge haft en stor betydelse som medicinalväxt.

Av kaktus kan man göra en regnpinne.
Den ihåliga kaktusen torkas i solen.
Taggarna tas bort och drivs sedan in i kaktusen som spikar. Småsten eller andra små objekt hålls i och ändarna försluts. När man lutar pinnen faller föremålen inuti sakta och bildar ljudet av regn.

KÄLLA: Wikipedia



PAPPER OCH STYGN

