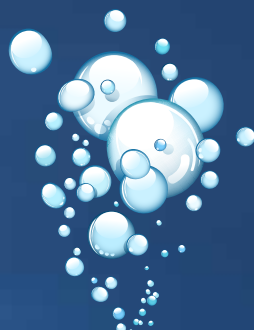


Öbacka BRUS



December 2018

Läs om väderrekord ~ Hasse berättar
om afasikurs ~ Hanna har varit på bio

Julmarknad på Liseberg

Curling

Allt du behöver veta om glögg

Julsånger

INNEHÅLL

- 3 Finn fem fel
- 4-5 Glögg
- 6 Finn fem fel facit & Återvinning värmeljuskoppar
- 7 Curling
- 8-9 Sydney-OS
- 10 Stora väderkontraster i oktober
- 11 Gång- och cykelbanor
- 12-13 Svårare för försäljare som ringer
- 14-15 Julmarknad på Liseberg
- 16 Hasse på afasikurs
- 17 Varför vill vi kolla mobilen hela tiden?
- 18-19 Belgien Del 1
- 20-21 DVD-favoriter
- 22-25 Julsånger
- 26-27 Filmrecension: Alpha
- 28 Råd i sjukdomstider & Bidra gärna till Öbackabrus



Från och med den här tidningen kommer några av de längre texterna finnas på www.franzengruppen.se under **Blogg** och kanske inte läggas ut i samband med att tidningen släpps. Så kika gärna in där.

Stina

Dessa personer har bidragit med material i detta nummer:

Charlotte Björk

Stina Palm

Jonas Nordberg

Malin Stenberg

Hans Kjellstrand

Johnnie Stierna

Hanna Löfgren



FINN FEM FEL

Facit på sidan 6

GJORT AV: Charlotte Björk



Glögg = glödगत vin

Glögg (av det äldre ordet glödग, bildat av glödग=värma upp) är en nordisk varm dryck baserad på kryddat vin, vanligtvis rött – ibland alkohol-fritt – eller saft.

Glöggdrickandet är ett stående inslag i den svenska jultraditionen från första advent till tjugondedag Knut. Glögg säljs i Sverige mest i november och december.

Glödगत vin

Att dricka varmt kryddat vin har sina anor långt bakåt i tiden. Redan under antiken tillsatte greker och romare kryddor i vin, av hälsoskäl eller som för att förbättra smaken. Gustav Vasa drack rhenskt vin blandat med socker och honung, kryddat med bland annat kanel, ingefära, kardemumma och nejlikor - samma kryddor som i pepparkakor.

År 1609 dök uttrycket ”glödगत vin” upp för första gången. En sockertopp dränktes in i konjak och antändes, varpå smältande socker rann ner i brygden och gav sötma åt glöggen.

Historia

I Sverige växte glöggens popularitet vid 1800-talets slut och den privata vinhandeln började tillverka färdigblandad glögg. Man började förknippa glöggen med julfirandet och dekorerade etiketterna med tomtenissar som kokade eller smakade.

Gör själv



FOTO: Mr.choppers

Alkoholfri saftglögg

- 2 deciliter koncentrerad blåbärsdryck eller någon annan smak, t. ex. svartvinbärssaft

- 1 deciliter rårörsocker (eller efter smak)

- 2 kanelstänger

- 1 tesked kardemummakärnor

- 3 st stjärnanis

- 1 liter vatten

- Blanda alla ingredienser i en kastrull. Koka upp, låt svalna och ställ kallt, gärna ett dygn.

- Sila ner i en kastrull så kryddorna försvinner och värm vid servering.

Öbackabrus

Alkoholfri fruktig glögg

- 75 centiliter äppelmust
- 2 st kanelstänger
- 2 teskedar kardemummakärnor
- 1 bit(ar) torkad ingefära
- 2 teskedar råsocker
- 1 bit(ar) torkat pomeransskal
- 1 st apelsin, saften

Blanda alla ingredienser i en kastrull och låt koka upp.

Låt dra i minst en timme. Sila sedan bort kryddorna, värm och servera.



Alkoholfri vinglögg

75 centiliter alkoholfritt rött vin eller starkt blandad saft som svartvinbärssaft

- 1 kanelstång
- 3 bitar torkade pomeransskal
- 5 kryddnejlikor
- 2 msk socker om du använder alkoholfritt vin
- 1 dl skällade mandlar till servering
- 1 dl russin till servering



Sockermängden varierar beroende på vilket alkoholfritt vin du använder. Tillsätt lite socker i taget och smaka av så glöggen blir så söt som du vill ha den.

Godast blir det om du lägger kryddorna i 3 deciliter vin eller blandad saft ett dygn innan.

Koka upp 3 deciliter vin eller blandad saft med kryddorna i en kastrull. Stäng av värmen och låt dra i cirka 10 minuter.

Ta upp kryddorna eller sila över vinet eller saften i en större kastrull och tillsätt resterande vätska. Smaka av med 2-3 matskedar socker om du använder alkoholfritt vin som inte är lika sött som saften.

Värm till lagom värme och servera glöggen i glöggmuggar, med skällade mandlar och russin. Pepparkakor passar också bra till.

Öbackabrus

FACIT FINN FEM FEL

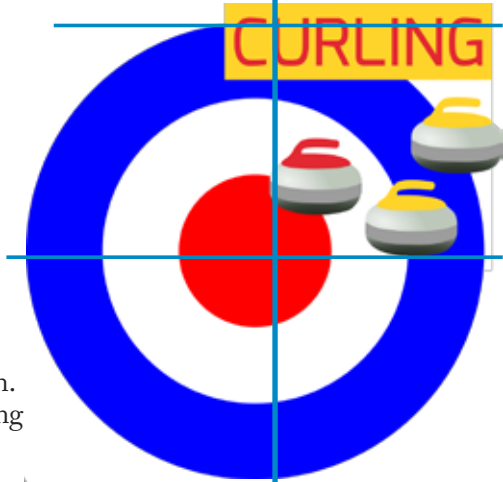


Vi har tidigare uppmanat till att lämna in värmeljuskoppar på Daglig verksamhet. Men vi har inte talat om VARFÖR man ska göra det.

- Ljuskoppar får inte slängas i vanliga soporna eller i källsorteringen.
- De ska lämnas in till metallåtervinning på HEMAB.

Aluminium ska smältas ner på en lägre temperatur än övrig metall, annars går det bara upp i rök och kan inte återvinnas.

Öbackabrus



Varför sopar man?

På curlingisen har man pebblat, sprutat ut små små vattendroppar som fryser till is och gör ytan ojäm. Under stenen är det bara som en ring som når isen.

Om man ser att stenen håller på att gå för kort sopar man så den går längre. Sopningen gör att ytan smälter, och då glider stenarna mycket längre.

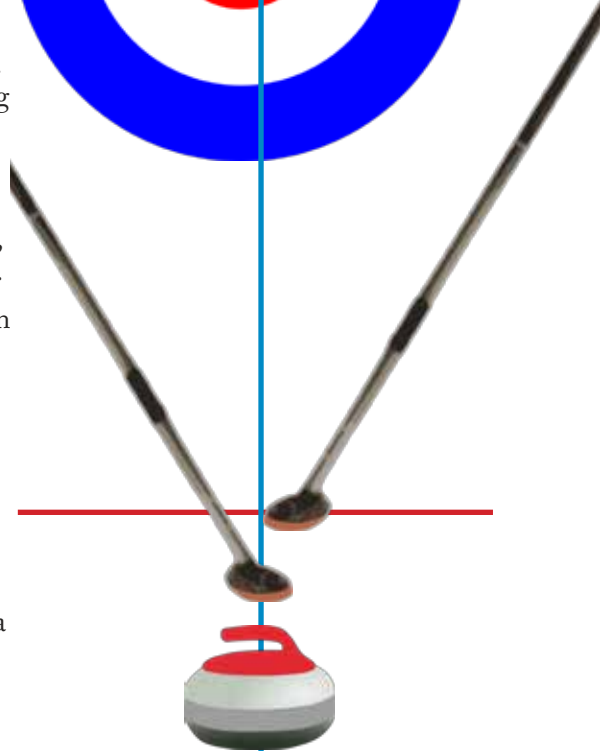
När man skjuter iväg stenen kan man skjuta så hårt så den ändå går fram, men om man inte sopar kommer den roterande stenen att kunna träffa snett. Ju halare man gör isen desto mindre kommer stenen att snurra. Det vill säga – om man sopar kommer stenen att gå rakare och man kan också styra den i sidled.

Glidsulan av teflon – på en av skorna – gör att även spelaren glider bra på isen.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Nyhetsmorgon, Wikipedia

Fotnot: I första Öbackabrus skrev vi om rullstolscurling, där man inte sopar och inte kan påverka stenen efter att man släppt den. Sopen används endast som riktningsmarkerare, riktningen är förstås ännu viktigare än i vanlig curling.



Sommar-OS

Sydney 2000

Om Australien

Australien är ett land med ca 20 miljoner invånare. Landet har en valuta som är ungefär lika stark som Kanadas.

Australiska tv-kanalen ABC var en av aktörerna under sommar-OS 2000.

Australien är känt för korallrevet "Stora Barriärrevet" längs norra kusten, samt kängurur.

Kyrkan i Australien är huvudsakligen anglikansk.

Okänt är vad OS-turneringen och spelen kan betyda för turismen och företagsamheten i Australien gentemot Sverige.

Smoothies och juice säljs det mycket av, i butiker, kiosker och på caféer.

Turismen i Sydney vilar främst på det neon-arkitektoniska operahuset, samt känd strandpromenad.

I december är medeltemperaturen i Sydney ca 23 grader.

Svenskarna

Det svenska olympiska teamet är känt för att lyckas och satsa hårt när OS sänds från främmande och exotiska platser; Sydney-OS var ett av dessa.



Lars Frölander tog ett av Sveriges fyra OS-guld i Sydney 2000.

Simning

Olympierna hade framgång i simning. Lars Frölander lyckades vinna guld i finalen på 100 m fjärril.

Terese Alshammar knep tre simmedaljer, men inget guld under Sydney-OS. Hon tog bl a brons i 4x100 m lagkapp, samt silver på 100 m fritt.

Dessa simframgångar lär ha bäddat för simlandslaget i senare sim-VM och OS, dvs i dagsläget, då man fick ett rejält massmedialt stöd.

Brottning

Känt från OS i Sydney är också Mikael Ljungbergs guld i tungviktsbrottningen, vilket var Sveriges första guld i OS-brottningen sedan 1952. Trots denna framgång, så blev det sedan inget genombrott för brottningslandslaget i senare OS, men brottningen exponeras fortfarande som paradgren.

Bordtennis

J-O Waldner blev berömd för OS-silver i bordtennis, där han förlorade mot kinesen Linghui Kong med 3-2 i set. Även i bordtennis så har framgångarna i OS sedan varit måttliga.

Öbackabrus



Skapare: Pierre de Coubertin (1863-1937)

Bildskapare: Denelson83, Public Domain

Skytte

Mer märkliga är kanske skyttarnas guldvittringar i Sydney-OS.

Helt otippat vann Pia Hansen guld i damernas lerduveskytte på nytt olympiskt rekord.

I frigevär liggande 50 m vann även Jonas Edman guld på personligt rekord; 599 poäng.

Försök i OS att ta medaljer i skytte har gjorts sedan dess av svenskarna, men framgångarna har uteblivit.

Handboll

Under Sydney-OS gjorde det förra framgångsrika handbollslandlaget under coachen "Bengan" Johansson, allt för att vinna finalen mot Ryssland, men det blev förlust och silver, liksom det blev i OS 1996 och 1992. Trots detta är resultaten anmärkningsvärda och handbollen blev känd i Sverige, men resultaten har uteblivit sedan Sydney-OS.

Det svenska OS-manskapet i Sydney gjorde klart framgång inom flera idrottsgrenar.

Om spelen

Stadium i Sydney heter Stadium Australia, kommersiellt känd som ANZ Stadium och hade drygt 100 000 säten. Rekord i biljettförsäljning under olympiaden fick 400 metersfinalen där hemmalöparen Cathy Freeman vann, med 110 000 åskådare på läktarna.

OS i Sydney hade "grekisk-romersk brottning" på prov!

Arenan efter spelen

Sedan OS har antalet säten i Stadium Australia/ANZ-stadium minskat, och arenan har använts för finaler i hemmaidrotten rugby, en del motorsport, men även exponerats av rock-konserter.

OS-finalen i fotboll mellan herrar spelades i arenan, Nigeria mötte Spanien.

TEXT: Jonas Nordberg

KÄLLA: Sveriges Television, Wikipedia, Res.nu

Stora väderkontraster i oktober – från värmerekord till iskyla

Början av oktober var kallare än normalt. Men sedan kom värmen tillbaka.

I Målilla i Småland var det hela 24 grader varmt den 13 oktober.

Varmast i Norrland var det i Älvsbyn i Norrbotten den 14:e, 21,8 grader – nytt oktoberrekord för norra Norrland. Den 29 oktober var det -20,6 grader. Det är en temperaturskillnad på 42,4 grader.

Månadens lägsta temperatur uppmättes i Rensjön i norra Lappland och i Mierkenis i mitten av Lapplands fjällområden den 30 oktober, -21,2 grader.

Men rekordet är 31,5 minusgrader, från 1968. Den 14 oktober var det -21,8 grader i Älvsbyn.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: svt.se



Ny lag: Fotgängare ska gå på vänster sida på gång- och cykelvägar

Från och med måndag 15 oktober gäller en ny lag för gång- och cykelvägar som är utan markeringar. Enligt den nu gällande lagen ska gående på en gemensam gång- och cykelbana om möjligt använda vänster sida i färdriktningen.

Tidigare har det inte funnits någon regel kring detta men nu har regeringen bestämt att det är vänster sida som gäller för fotgängare. Cyklisterna fortsätter som vanligt att cykla på högra sidan.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: www.ovanaker.se/



Permobil klassas som gående om den går 15 km/tim eller långsammare och då får den köra på trottoarer och andra gångbanor samt att bilar har väjningsplikt.

Om permobilen går fortare än gångfart betraktas den som cykel och ska då köra på cykelbana, det vill säga till höger på gemensam gång- och cykelbana.

TEXT: Stina Palm

KÄLLA: Transportstyrelsen

Öbackabrus

Svårare för försäljare som ringer

Många företag ringer
för att sälja saker.

Det kan vara försäkringar,
tv-kanaler och tidningar.

Många tycker att det är jobbigt.

Det är svårt att säga nej
till en försäljare som ringer.

Många har blivit övertalade
att köpa saker de sedan ångrat.

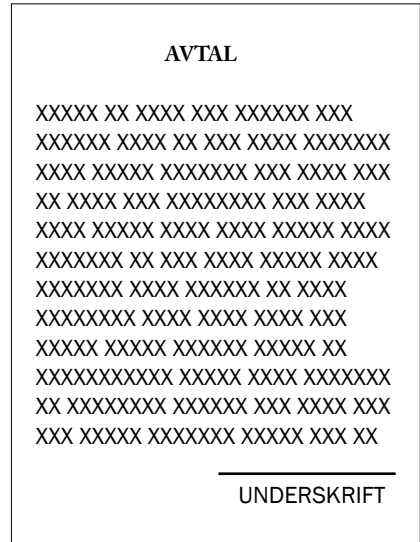
En del har känt sig lurade.



Öbackabrus

Från den första september
blev det svårare
att ringa och sälja saker.
Det räcker inte med att någon
säger ja.

De vill att du ska
skriva på ett avtal.
Förstår du inte avtalet eller
inte hinner läsa igenom det
ska du säga nej.



Från www.vecteezy.com



TEXT: Stina Palm

KÄLLA: 8sidor.se, aftonbladet.se



TEXT OCH FOTO: Malin Stenberg



Malin på Lisebergs julmarknad





Fyrverkerier, marknadsbodar, spelhjul, musiken, isdansföreläsning, doften av glögg och brända mandlar och alla installationer med miljontals juleljus!

Detta är bara några saker man kan uppleva om man besöker denna vackra och stämningsfulla julmarknad i Göteborg.



” Det var roligt att träffa gamla kompisar. Vi var tretton elever. Jag kände alla utom två sedan tidigare.”

Afasi

är försämrad förmåga att använda språket, som orsakats av skada på hjärnan.



TEXT: Hans Kjellstrand

Kurs på Forsa folkhögskola

Jag har gått på en specialkurs för personer med AFASI.

Kursen var på distans. Det betyder att man mest sitter hemma och pluggar.

En dag i månaden åkte jag ner till Forsa (som ligger nära Hudiksvall).

Vi hade gympa, musik, svenska bland annat.

Vi fick läxor som vi jobbade med hemma.

På fritiden/kvällarna spelade vi spel, fikade och hade det trevligt.

Kursen tog slut i våras.

Varför vill vi kolla mobilen hela tiden?

Mobilen fungerar som en digital godisskål, som är under näsan på oss hela tiden, då är det jättesvårt att inte ta en godis.

När man har tagit en vill man ju ta en till och en till och en till.



TEXT: Stina Palm

KÄLLA: svt.se

BELGIEN

Belgien är bara lite större än Småland, Sverige är ungefär 15 gånger större, men Belgien har 11 miljoner invånare (1 miljon mer än oss). I landet finns också 3000 slott. Det har länge varit tal om att Belgien borde delas, att Flandern i norr borde tillhöra Nederländerna och Vallonien i söder borde tillhöra Frankrike.



De kommer från Brabants vapensköld, som är väldigt lik Belgiens (bilden).

Namnet Belgien

Namnet Belgien kommer från Gallia Belgica, en romersk provins i den nordligaste delen av Gallien (dagens Frankrike, Belgien, västra Schweiz samt Tyskland och Nederländerna väster om floden Rhen) som beboddes av belgier (belgae). Historiskt ingick Belgien, Nederländerna och Luxemburg i begreppet Nederländerna, som täckte ett något större område än Benelux, som de tre länderna tillsammans kallas idag.

7 av de 10 största städerna ligger i landets norra tredjedel Flandern. Idag bor 97.4% av Belgiens befolkning i städer, vilket gör det till det 6:e landet i världen när det gäller flytt från landsbygd till stadsområden.

Flaggan

Flaggan har samma mönster som Frankrikes trikoloren, färgerna är ungefär samma som Tysklands (som har mörkare gul) men sitter inte i samma ordning och har inget med Tyskland att göra.



Nationaldagar

Belgiens nationaldag är 21 juli. Första kungen Leopold I blev kung den dagen 1831.

Men landet har även två inofficiella nationaldagar, den flamländska 11 juli och den vallonska 27 september.

Nationalsången

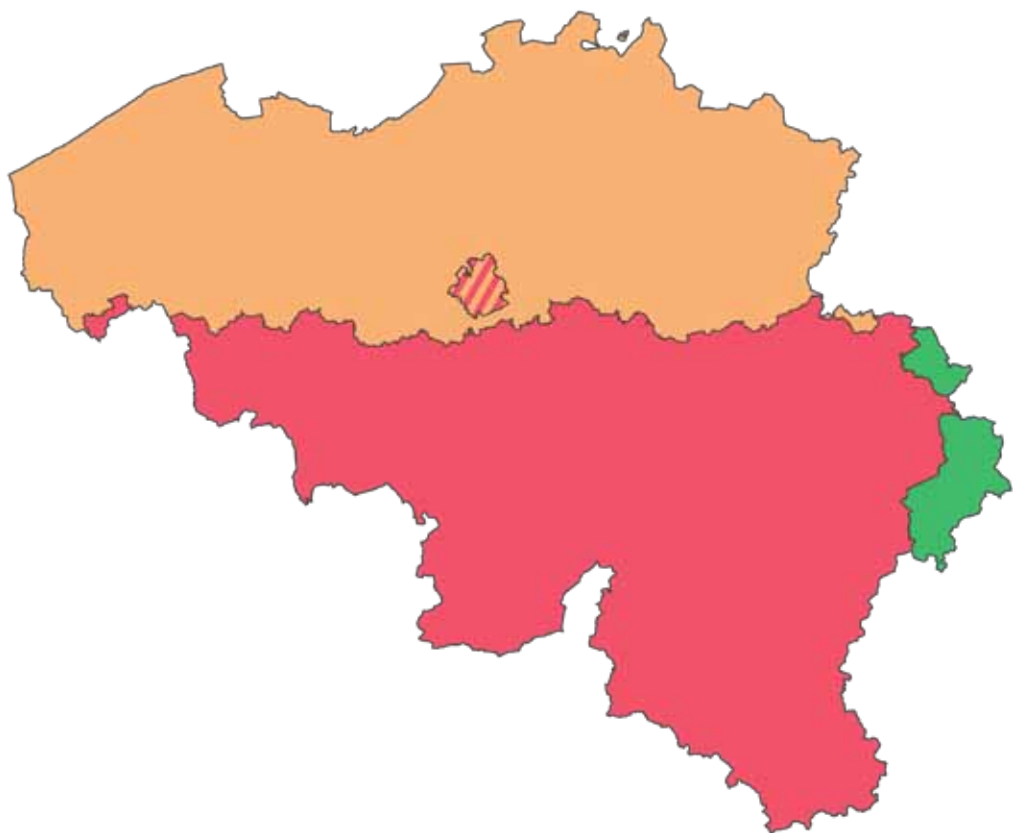
La Brabançonne, som betyder Sången om Brabant. Då Belgien är ett trespråkigt land finns text på alla tre språken (flamländska, franska, tyska).

Del 1: Allmän fakta

Monarki

Belgien är en monarki och den nuvarande konungen, Philippe, har haft ämbetet sedan 21 juli 2013, alltså nationaldagen. Drottningen heter Mathilde.

De har fyra barn: Prinsessan Elisabeth, Prins Gabriel, Prins Emmanuel och Prinsessan Eleonore.



Öbackabrus

Topp 10-lista över favoritfilmer på DVD

TEXT: Johnnie Stiernä

The Wolfman }– År 2009 – Typ-film Thriller –
Tid 1 tim 54 min – 95%

Priest }– År 2011 – Typ-film Action –
Tid 1 tim 24 min – 90%

Skyline }– År 2010 – Typ-film Action –
Tid 1 tim 29 min – 88%

Darkman 1 }– År 1990 – Typ-film Action –
Tid 1 tim 36 min – 82%

Darkman 2 }– År 2012 – Typ-film Action –
Tid 1 tim 33 min – 80%

The Lone Ranger }– År 2013 – Typ-film Äventyr/Action –
Tid 2 tim 29 min – 67%

Daredevil }– År 2003 – Typ-film Action –
Tid 1 tim 39 min – 72%

Brännvin i Kikar´n }– År 2014 – Typ-film Komedi –
Tid 1 tim 55 min – 70%

Bröllop i Kikar´n }– År 2011 – Typ-film Komedi –
Tid 1 tim 44 min – 70%

Barnaskrik och Jäkelskap }– År 2003 – Typ-film Komedi –
Tid 1 tim 46 min – 62%

Öbackabrus



Sankta Lucia

TEXT: Sigrid Elmblad

MUSIK: Teodoro Cottrau

Sankta Lucia, ljusklara hägring,
sprid i vår vinternatt glans av din fågring.

Drömmar med vingesus, under oss sia,
tänd dina vita ljus, Sankta Lucia.

Drömmar med vingesus under oss sia,
tänd dina vita ljus, Sankta Lucia.

Kom i din vita skrud, huld med din maning.
skänk oss, du julens brud, julfröjders aning.

Drömmar med vingesus, under oss sia,
tänd dina vita ljus, Sankta Lucia.

Drömmar med vingesus, under oss sia,
tänd dina vita ljus, Sankta Lucia.

Trollsejd och mörkermakt, ljusst du betvingar,
signade lågors vakt skydd åt oss bringar.

Drömmar med vingesus, under oss sia,
tänd dina vita ljus, Sankta Lucia.

Drömmar med vingesus, under oss sia,
tänd dina vita ljus, Sankta Lucia.

Stjärnor som leda oss, vägen att finna,
bli dina klara bloss, fagra prästinna.

Drömmar med vingesus, under oss sia,
tänd dina vita ljus, Sankta Lucia.

Drömmar med vingesus, under oss sia,
tänd dina vita ljus, Sankta Lucia.



GJORT AV: clipartxtrascom
KÄLLA: julsånger.se

Öbackabrus

Nu tändas tusen juleljus

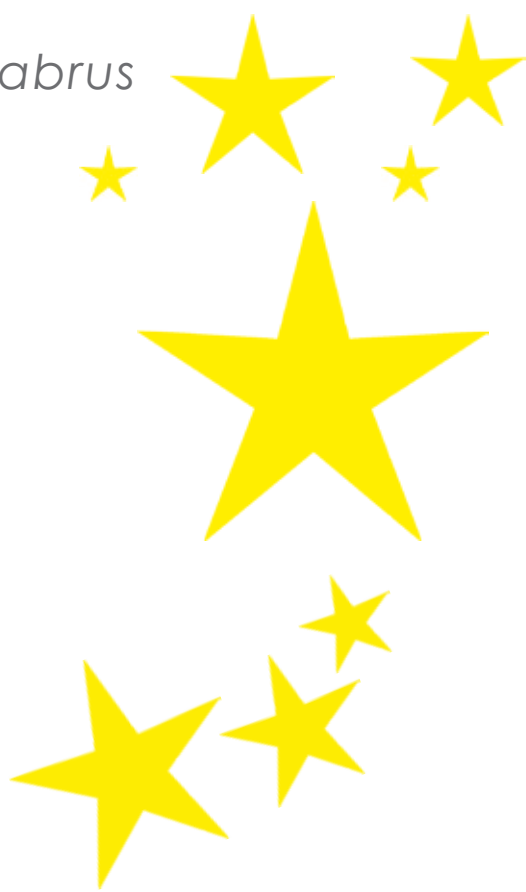
TEXT OCH MUSIK: Emmy Köhler

Nu tändas tusen juleljus
på jordens mörka rund,
och tusen, tusen stråla ock
på himlens djupblå grund.

Och över stad och land i kväll
går julens glada bud,
att född är Herren Jesus Krist,
vår Frälsare och Gud.

Du stjärna över Betlehem,
o, låt ditt milda ljus
få lysa in med hopp och frid
i varje hem och hus!

I varje hjärta armt och mörkt
sänd du en stråle blid,
en stråle av Guds kärleks ljus
i signad juletid!



Tre pepparkaksgubbar

TEXT: Astrid Gullstrand

MUSIK: Alice Tegnér

Vi komma, vi komma från Pepparkakeland
och vägen vi vandrat tillsammans hand i
hand. Så bruna, så bruna vi äro alla tre,
korinter till ögon och hattarna på sne'.

Tre gubbar, tre gubbar från Pepparkakeland,
till julen, till julen vi komma hand i hand.
Men tomten och bocken vi lämnat vid vår
spis, de ville inte resa från vår pepparkakegris.





Bjällerklang

ORIGINALTEXT OCH MUSIK: James Pierpont

SVENSK BEARBETNING: Eric Sandström/Gösta Westerberg

Ute faller snö,
i spiltan Blacken står,
och äter lugnt sitt hö,
när ljudet honom når,
att selen lyftes ner,
och framför släden snart,
med oss han sedan sig beger,
iväg med väldig fart.



Bjällerklang, bjällerklang,
hör dess dingle-dång.
Flingor som nu virvlar om,
i munter vintersång.

Följ oss ut, följ oss ut,
Blacken travar på,
i hans spår vår släde går,
där höga furor stå.

Vi sitter under fällen,
och snön omkring oss yr,
och inte förr 'n till kvällen,
vi färden hemåt styr.

Bjällerklang, bjällerklang,
hör dess dingle-dång.
Flingor som nu virvlar om,
i munter vintersång.



KÄLLA: julsånger.se

RECENSION AV BIOFILM

Alpha

"Alpha" är en annorlunda biofilm som handlar om hur det kan ha gått till när den första vargen tämjdes 20000 år före Kristus och blev förfader till våra dagars hundar.

Många indianjägare ålade samtidigt fram i en bred linje på marken. Plötsligt gav ledaren tecken och alla rusade fram och kastade sina spjut. Spjuten bildade en mur som tvingade den buffelhjord de jagade att vända.

Bufflarna rusade mot kanten av berget och ramlade nerför den helt lodräta kanten, för att sedan krossas mot marken.

En av jägarna sprang fram och kastade sig över en av bufflarna för att hålla fast den. Jägaren blev stängad av buffeln, men ledaren kastade sitt spjut så att buffeln blev dödad.

Ett år senare; samma jägare försökte åter hålla fast en buffel, men den här gången föll jägaren över kanten tillsammans med buffeln och landade på en klippkant högt över marken. De andra jägarna kunde inte rädda honom, så han dödförklarades av dem.

Men han var inte död! Han lyckades klättra ner själv, men när han kom tillbaka till bergstoppen hade de andra jägarna vandrat iväg.

Han försökte sova i ett träd, men då kom en vargflock och anföll honom. Jägaren sparkade mot vargarna och blev fri från dem, men en av vargarna blev skadad. Han tog en läderrem och band den runt vargens käke och började göra rent såret. Han bar sedan vargen till en grotta och gav den vatten.

Långsamt började ett förtroende uppstå mellan dem. Vargen följde sedan jägaren på den långa vägen hem till byn. De var med om många äventyr, bland annat så dödade vargen ett grottlejon som anföll dem.

När jägaren och vargen till slut kom hem till byn fick de hjälp av byns medicinkvinna.

Det visade sig att vargen var en tik. Hon fick valpar. Valparna och tiken blev medlemmar i stammen och på den vägen är det...

Jag tycker att filmen var bra men lite kort. Den hade dock otroligt vackra naturscener.

Jag kan varmt rekommendera den till alla hundälskare!

TEXT: Hanna Löfgren

Öbackabrus



MÅLNING: Ronny Östman

Vargar

KÄLLA: Wikipedia

Vargens latinska namn är "Canis Lupus".

Den är ett rovdjur som mest äter klövdjur som renar och älgar.

De lever i familjegrupper bestående av en hane och en hona med sina gemensamma valpar.

Vargens enda naturliga fiender är tigrar och människor.

En vild varg kan bli cirka 10 år gammal.

