



GÖTEBORG | ☀️ min +16° | Onsdag 23 maj 2012
max +22° | www.metro.se

Sök en yrkesutbildning!



www.grvux.se

Sista ansökningsdag:
4 juni

Kärt barn har fått sitt namn

• NAMNET • VICTORIAS ORD • GÄSTERNAS KLÄDER • OCH VICTOR DÖPTES OCKSÅ ... SID 10-13

FOTO: JANERIK HENRIKSSON/POOL/REUTERS/SCANPIX

affärshögskolan
EN DEL AV PLUŠHÖGSKOLAN

Ettårig säljutbildning!

✓ 250 Yhp (1år)

Du får kunskap om försäljning och marknadsföring på såväl den nationella som internationella marknader.



T: 0774-100 500
www.affarshogskolan.se



Yh
Minskad arbetslöshet
Genom yrkesutbildning

Utbildning inom yrkeshögskolan

Presenter som alla vill ha!

Sony Xperia™ P
249 kr
per månad

Inkl Spotify och Navigator



89% föredrar presenter som man verkligen har nytta av.

Kom till oss på Telia när du vill hitta gåvor som underhåller, fascinerar och håller kontakten med vänner. Ta till exempel sommarens senaste Sony Xperia™ P med Telia Mobil Flex i 24 mån, min.tot.kost 6 226 kr. Den har en extremt ljusstark skärm och är en socialt kompetent mobil i unik röd design. Kom ihåg att det är bara hos Telia som Spotify och Navigator ingår. Besök våra butiker, utvalda återförsäljare, telia.se eller ring 90 200 så hjälper vi dig med uppskattade presenter.



Samsung Galaxy Tab 8.9 LTE med Telia Mobilt Bredband Liten i 24 mån. Tack vare 4G surfar du i rekordfart och streamar filmer utan avbrott. Tillsammans med den högupplösta hd-skärmen blir filmupplevelsen maximal.



Surfa i ett helt år med Samsung Galaxy Y och Telia Refill. Årskort Mobilsurf samt Säker Mobil ingår (värde 898 kr).

Besök Telias butiker, telia.se eller ring 90 200.
Välkommen till en smartare vardag.



Erbjudandena gäller privatpersoner t.o.m. den 22/6 2012. Sony Xperia™ P med Telia Mobil Flex Liten i 24 månader. Engångsavgift 250 kr. Månadsavgift under bindningstiden 249 kr, därefter 199 kr/mån. Minsta totalkostnad 6 226 kr. Spotify 0 kr/mån i 12 månader, därefter 99 kr/mån. Telia Navigator ingår, 0 kr/mån i 12 mån. Samsung Galaxy Tab 8.9 LTE med Telia Mobilt bredband Liten i 24 mån. Engångsavgift 250 kr. Månadsavgift under bindningstiden 299 kr/mån, därefter 99 kr/mån. Hastigheten upp till 10 Mbit/s i Telias 3G- och 4G-nät och upp till 22 Mbit/s via wlan i Telias Homerun Wireless Zones. Kostnad för sms, mms samt uppkoppling utomlands tillkommer. Samsung Galaxy Y med Telia Refill Årskort Mobilsurf och ett TeliaRefill Startpaket. Årskort Mobilsurf gäller för Telia Refill kunder. 0,5 GB/mån. Årskortet omfattar inte stöd för mobil ip-telefoni. Hastighet 1 Mbit/s. Överföringshastigheten begränsas till 120 kbit/s om användandet överstiger 0,5 GB/mån. Årskort Säker Mobil gäller för Telia Refill kunder. Ingår i alla Telia Refill årskort med mobilsurf. Tjänsterna är giltiga inom Sverige i 365 dagar från aktiveringstillfället. Om den månadsvis inkluderade datamängden för Telia Mobil Flex alt. Telia Mobilt bredband Liten förbrukats informeras du om detta via sms och kan då enkelt köpa till extra data utifrån ditt behov. Oavsett vad som väljs återställs den inkluderade datamängden med full hastighet nästkommande månad. Omfattar inte stöd för mobil ip-telefoni. För fullständiga priser och villkor, se telia.se eller fråga i butik.

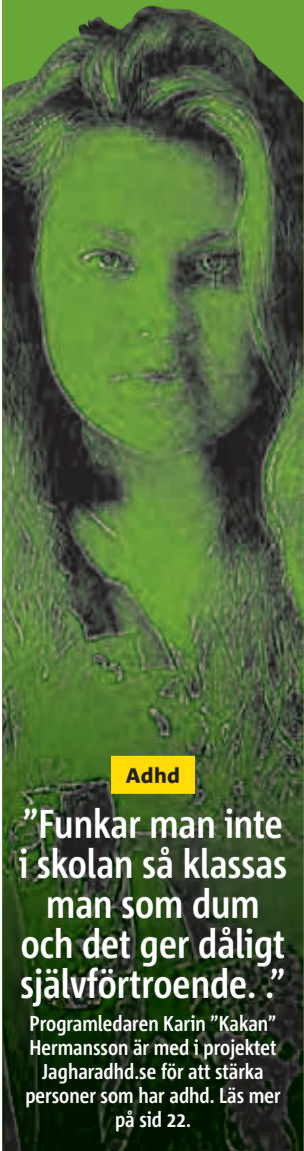
1 NYHETER



Välkommen!

DET VAR ROLIGAST PÅ DOPET

Vad är väl en bal på slottet? Jag vet inte för jag har aldrig varit på en. Men jag var en av de lyckliga som var inbjudna till prinsessan Estelles dop i Slottskyrkan i går och det var, vill jag tro, nästan lika bra. Mest spännande? Att få se var Chris O'Neill och Sofia Hellqvist skulle få sitta. Roligast? Då prinsessan Estelle sov på vägen ut ur kyrkan. Läs mer om arvrinnsessans dop på sid 10-13. ANNELI SANDBERG, HOVREPORTER



Adhd

"Funkar man inte i skolan så klassas man som dum och det ger dåligt självförtroende."

Programledaren Karin "Kakan" Hermansson är med i projektet Jagharadhd.se för att stärka personer som har adhd. Läs mer på sid 22.



Antonia Ansgariusson och Alexander Haddad läser på Handelshögskolan i Stockholm. Det är den utbildning som leder till de mest välbetalda chefsjobben – och en av de minst jämställda branscherna. – Det är en mansdominerad bransch, men det känns som det är på väg att förändras, säger Alexander Haddad. FOTO: KLARA LEO

Här är yrkena med de högsta lönerna

Statistik. En chef i privat sektor tjänar fyra gånger mer än en kommunalanställd städare. Inte orimligt, tycker chefernas egen fackförening.

Lönestatistiken för 2011 är här. Och det är cheferna i den privata sektorn som leder löneligan – med bred marginal. Skillnaden i snittlön mellan en privat chef och en kommunal är 19 600 kronor varje månad. Bara det är mer än en kommunal byggnadsarbetares månadsinkomst, enligt färsk statis-

tik från Statistiska centralbyrån. Och cheferna förtjänar bra betalt, enligt Ledarna, svenska chefers fackförening.

– Det är hemskt vanskligt men generellt tycker jag att om du står i ledningen för ett företag ska du ha bra betalt för det, säger Annika Elias, ordförande för Ledarna.

Bäst löneutveckling har IT-chefer, de som finns i ledningen för stora företag, ekonomidirektörer och finansdirektörer, enligt Annika Elias.

81 400 kronor varje månad är en hög lön. Men jämfört med snittlöner i resten av världen ter sig siffran låg.

– Jämför vi internationellt har vi inte särskilt höga löner för chefer i Sverige. Speciellt inte topplönerna – även om det gapet har ökat så är det litet jämfört med i USA och andra europeiska länder.

Löntagarkollektivet har dock en annan syn på saken. Tre av fyra anställda tycker att löneskillnaderna mellan olika yrken är för stora, visade en undersökning från förra året med 4 500 intervjuade LO-, TCO- och Sacomedlemmar.



VIKTOR BENDZ
viktor.bendz@metro.se

Skillnaderna mellan könen krymper – väldigt långsamt

Det är inte bara mellan yrkesgrupperna lönerna varierar kraftigt. Från 2010 till 2011 krympte det generella lönegapet mellan kvinnor och män med 0,2 procent. En kvinnas lön är 79 procent av en mans. Det är en nästan oförändrad

minskning från 2010.

Men det går att räkna på olika sätt. Om statistiken tar hänsyn till att män och kvinnor har olika yrken, utbildning, åldersfördelning på arbetsplatserna och heller deltidstjänster är kvin-

nors löner 91,1 procent av sina manliga kollegers, enligt Medlingsinstitutet. Alltså blir vad som brukar kallas den oförklarliga löneskillnaden betydligt mindre.

METRO FOTNOT: SIFFRORNA GÄLLER TJÄNSEKTORN.

Privat sektor – tre i topp 2011

Yrke	Snittlön/mån
Verkställande direktörer, verkschefer m. fl.	81 400 kr
Chefer för särskilda funktioner	56 200 kr
Hälsa- och sjukvårdsspecialister	53 800 kr

Kommunal sektor – tre i topp 2011

Yrke	Snittlön/mån
Högre ämbetsmän och politiker	57 200 kr
Övriga drift- och verksamhetschefer	43 000 kr
Verksamhetschefer inom utbildning	39 000 kr

Privat sektor – tre längst ner 2011

Yrke	Snittlön/mån
Städare m. fl.	22 100 kr
Kassapersonal m. fl.	22 900 kr
Vård- och omsorgspersonal m. fl.	23 000 kr

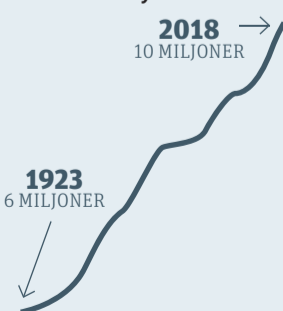
Kommunal sektor – tre längst ner 2011

Yrke	Snittlön/mån
Övriga byggnads- och anläggningsarbetare	19 300 kr
Hotell- och kontorsstädare m. fl.	20 200 kr
Köks- och restaurangbiträden	20 300 kr

KÄLLA: DI.SE

Svenskarna ökar

Svenskarna blir fler och det snabbare än någonsin. Redan 2018 kan vi passera tio miljoner enligt en ny prognos från Statistiska centralbyrån. TT



Kraschade med flygplan i trädgård – avled

Piloten omkom när ett så kallat ultralätt flygplan störtade i en villaträdgård söder om Mora i går, uppger polisen. Personen satt fastklämd i planet. TT FOTO: ULF PALM/SCANPIX

Chef åtalas

Stal miljoner från högskola

I minst tio år misstänks en chef på Högskolan i Jönköping ha tagit ut pengar från ett av skolans konton, totalt över 12,5 miljoner kronor.

På ett förslaget sätt undkom han upptäckt, visar högskolans egen utredning. Varje vecka gick han till banken och tog ut mellan 10 000 och 45 000 kronor.

Åtal väntas nu komma mot mannen.

TT



MARC JACOBS
Kumquat EdT 100 ml
479:-

BVLGARI
Mon Jasmin Noir EdT 50 ml
679:-



Å
Kuertväska
199:-

The Guide

Mors ögonstenar!

På söndag är det mors dag och vi har dukat upp med perfekta presenter till en kär mor.

Slå in ljuvliga dofter i fina flaskor och andra vackra ting. Låt mamma få veta att hon också är en ögonsten!



ÅHLÉNS
Stormlykta
189:-



ÅHLÉNS
Ranunkel
19:-/st



ÅHLÉNS
Karamellskål
89:-



ÅHLÉNS
Hängstol
379:-



SAVON DE MARSEILLE
Extra Pur tvål Rose 500 ml
185:-



20%
på hela
Anna-serie.

KOSTA BODA
Tårtfat Anna
519:- (649:-)

ÅHLÉNS CITY

Rödgröna satsar 350 miljoner på skolan och förskolan 2013

Budget 2013. Den rödgröna majoriteten satsar ytterligare 350 miljoner kronor på skolan och förskolan i sin budget för 2013. Och Mats Pilhem (V) lovar att dagisköerna nu ska bort. Men oppositionen är kritisk: "De når aldrig sina mål."

I går presenterade den rödgröna majoriteten sin budget för 2013. Den innehåller framför allt en fortsatt satsning på skola och förskola, och Mats Pilhem (V), kommunalråd, menar att kön för att få en dagisplats ska försvinna.

– Det som fattas nu är inte pengar eller vilja, det är att bygga och få fram lokaler och personal. Hittar vi en lokal så garanterar vi att det finns pengar för att använda den lokalen.

Så det du säger är att det finns pengar, men om ni inte får fram lokaler så kommer kön att vara kvar?

– Om inget oförutsett inträffar så kommer vi att under 2013 ha uppnått behoven.

Majoriteten inrättar också en Utvecklingsfond, där tanken är att överskott under goda ekonomiska år ska sättas in för att täcka underskott när ekonomin är sämre. Fonden kommer att innehålla 400 miljoner från start, varav 70 är örönmärkta för skolan.

– Pengarna ska gå till de mest utsatta skolorna som har haft mest problem med måluppfyllelse och godkända betyg, säger Mats Pilhem.

Jonas Ransgård (M), vice ordförande kommunstyrelsen, ser en del positiva saker med budgeten, som satsningen på Rambergsvallen och jämställdhets- och hbtq-frågor.



ANNONS

Men han är även kritisk.

– De har en modell med mål, och när vi sedan följer upp dem så kan vi konstatera att man inte når målen. Man vill ha bättre betyg i skolan, men betygen blir sämre. Man vill bygga mer, men man når inte sina mål. Man vill ha full behovstäckning i förskolan, men det har man missat i 17 år. Det är inget fel på ambitionerna, men genomförandet är lite skaltigt, säger Jonas Ransgård (M).



PETER LÖWENDAHL
peter.lowendahl@metro.se

15 punkter ur budgeten

Skola och förskola

- 350 miljoner satsas på investeringar inom skola och förskola, att till exempel bygga nya förskolor.

- 40 miljoner satsas på skolverksamheten.

- 37 miljoner satsas på gymnasieskolan för att kompensera minskade statsbidrag på 100 miljoner.

- 3 miljoner satsas på att göra skolgårdarna grönare.

- 1,3 miljoner satsas på att 4 000 elever tillsammans med 200 lärare får fri tillgång till Universeum för att stärka eleverns kunskaper inom teknik och naturkunskap.

Övrigt

- 400 miljoner placeras i en utvecklingsfond att användas när ekonomin är sämre. 70 av dem örönmärks för skolor med problem.

- 25 miljoner satsas på jämställda löner, främst inom förskola, fritidspedagoger, habilitering och sjuksköterskor.

- 15 miljoner satsas i en evenemangsfond för att ytterli-



Mats Pilhem (V). FOTO: SCANPIX

gare öka Göteborgs chanser att kunna arrangera stora kultur- och sportevenemang.

Detta ska byggas

- 410 miljoner satsas på att rena vattnet bättre på Lackarebäck och Alelyckan.

- 130 miljoner satsas på att bygga om Rambergsvallen.

- 125 miljoner satsas på ett kulturhus i Bergsjön.

- 55 miljoner satsas på kajerna längs Södra Älvstranden.

- 45 miljoner satsas på Askimbadet som ska få en ny brygga, omklädningsrum och lekplats.

- 20 miljoner satsas på att rusta upp Slottsskogsvallen.

- 10 miljoner satsas på fastighetsnämnden, trafiknämnden och byggnadsnämnden för att arbetet med att ta fram planer för att bygga ska gå snabbare.



Mopedföraren togs med för provtagning då han misstänktes vara narkotikapåverkad. FOTO: ROBERT NILSSON

Mopedförare körde på flicka – attackerades

En ung flicka fördes till sjukhus i ambulans sedan hon i går kväll blivit påkörd av en moped vid Bergsgårdsgärdet. När polis anlände till platsen var mycket folk på plats och stämningen var upprörd.

– Släkt och anhöriga till flickan blev upprörda och attackerade mopedföraren, säger Stefan Gustafsson på polisens länskommunikationscentral.

När larmet kom klockan 19.25 fick polisen informationen att föraren hade smitit från platsen, men det visade sig inte stämna. Förstärkningar skickades när det stod klart att situationen kunde urarta.

– Vi hade både ordningspolis och lokalt förankrad polis i form av ungdomsgrupper på plats för att lugna ner stämningen, säger Gustafsson.

Mopedföraren, en man i 20-årsåldern, togs med för provtagning då han misstänktes vara narkotikapåverkad. Det fanns också tecken på att mopeden var trimmad.

– I övrigt är det ingen som har blivit omhändertagen vad jag vet, säger Gustafsson.

Sent i går kväll fanns inga uppgifter om den påkörda flickans ålder eller om hur allvarligt hon skadades. **PATRICK EKSTRAND**



Nu tar skrik-killarna nästa steg och startar stand-up på spårvagnen. Nils Johansson, 23, drar ett skämt. FOTO: CHRISTINA BLOM

Nu skämtar skrikande killarna på spårvagnen

Har ni hört att Vita huset brunnit ner? Kvar finns bara en barack.

Minns du killarna som skulle övervinna sina rädslor genom att skrika på Kungssportsplatsen? Nu antar de nästa utmaning – stå upp på spårvagnen.

– Vi går på en vagn, drar några skämt och sedan byter vi vagn. Målet är att underhålla så många resenärer som möjligt, säger Nils Johansson, den ena halvan av

Social Frihet

Vilka? Består av Carl Atashkadeh och Nils Johansson, båda 23 år.

Vad? Projektet syftar till att killarna ska bli socialt fria – det vill säga lära sig att våga

prata med alla de vill och göra det de känner för. Deras kamp går att följa via en uppsjö av filmer på hemsidan. Även spårvagnsståuppen filmas.

Var? Se mer på Socialfrihet.se

duon Social Frihet, som genom att utmana sig själva att offentligt göra saker de är rädda för ska vinna ett större socialt mod.

– Ja, jag är nervös, erkänner Nils, innan Metro följer med på första färden.

Men då är alltså allt i sin ordning.

Med start i måndags kör killarna stå upp på stans spårvagnar från 14-tiden varje dag. Övat har de gjort genom en rad ståupper på olika scener.

– Men det blir svårare att hålla en publik på spårvagnen. Man måste fånga deras uppmärksamhet med en gång och det kan hända en massa oväntade saker som att folk går av eller pratar högt i telefon.

MOA KÄRNSTRAND

Eleverna talar ut om våldet på Lundsberg

Granskning. Lundsberg utreds för ett flertal fall av pennalism. I kvällens "Uppdrag granskning" berättar nu tidigare elever om våldet på internatskolan. "Jag har aldrig gråtit så mycket som på Lundsberg", säger en av dem.

Våld, bestraffningar, skällsord och förnedring.

I kvällens "Uppdrag granskning" träder nu ett flertal tidigare elever på Lundsberg fram och berättar om internatskolans "kamratuppfostran".

– Jag har aldrig gråtit så mycket som på Lundsberg, säger Jan-Åke, som gick på skolan mellan 1966 och 1972, i programmet.

Det är första gången han berättar om övergreppen han utsattes för av de äldre eleverna. Och han lider än i dag både fysiskt och psykiskt.

Bland annat har han tinnitus efter att en elev avlossade ett gevärsskott vid hans öron. Men den allvarligaste

skadan, och den som fortfarande gör sig mest påmind, fick han vid en invigningsritual när de äldre eleverna sparkade fram de yngre genom en sal.

– Då var det en kille som hade spetsiga skor som laddade något så fruktansvärt. Och den foten hamnade i rumpan på mig så den sprack, berättar Jan-Åke, som blev inkontinent efter händelsen, i programmet.

Och han är inte ensam. Lundsberg utreds just nu för ett flertal liknande ärenden. En av de drabbade är Patrik som slutade 2010 efter bara ett år på skolan. Han dokumenterade sina skador och vilka elever som varit med, och gjorde en anmälan till Skolinspektionen – men skolan trodde honom inte.

Vid ett av tillfällena miss-handlades han av tre äldre elever för att han glömt att bocka för en husmor.

– En stod och kollade medan de andra tre höll fast mig, säger han i inslaget.

Programmet sänds i SVT 1 klockan 20 i kväll.



CLARENCE FRENKER
clarence.frenker@metro.se



I kvällens "Uppdrag granskning" talar några tidigare elever på den anrika internatskolan Lundsberg ut om våld och trakasserier på skolan. FOTO: SVT



Patrik slutade på skolan 2010. Trots att han fotograferat skadorna som några elever orsakat trodde inte skolans ledning på honom. FOTO: SVT

Böter



Lars Vilks får böter för trädfällning. FOTO: SCANPIX

Vilks fälld för fällning

Lars Vilks trädfällning inom naturreservatet Kullaberg kostar honom 2 100 kronor i böter. Däremot slipper han den företagsbot på 25 000 kronor som miljöåklagare Lars Magnusson yrkat på. Det var en av livvakterna som anmälde Vilks sedan vaktens sett honom fälla trädet. **TT**

Nyhet om Gorbatjov

Falsk Reinfeldt twittrade

Från ett Twitterkonto signerat Fredrik Reinfeldt bekräftade svenska regeringen i kväll att förre Sovjetledaren Michail Gorbatjov är död. Det är ett fejkat konto, säger hans pressekreterare Roberta Alenius. Nyheten, som troligtvis är lika falsk som kontot, om Gorbatjovs död har spritts via 80 personer av de 1 800 som följer den falske Reinfeldt på Twitter. **TT**

Utbildningsutskott

Thomas Tobé blir ny ordförande

Till ny ordförande i riksdagens utbildningsutskott har Moderaterna utsett Tomas Tobé, som för närvarande är ordförande i arbetsmarknadsutskottet. **TT**

Utredning

Förslag på skärpt vapenexport

En parlamentarisk utredning ska lägga fram förslag på hur vapenexportkontrollen kan skärpas mot icke-demokratiska stater. Ett utkast till direktiv, som TT tagit del av, nämner inget om ett förbud för export. **TT**

Sjöminor

Minor sprängs i Fårösund

Nio tyska sjöminor från första världskriget oroar i Fårösund. Nu ska de oskadliggöras.

– De innehåller antagligen sprängmedel och kan vara farliga, säger informationschef Magnus Jirind på 4:e sjöstridsflottiljen. **TT**

Dagens fel

I gårdagens Metro har inga fel rapporterats.



Way of Life!

**BLANDAD KÖRNING
FRÅN 0,42 L/MIL**



SUZUKI SWIFT – ONÖDIGT KUL

Det går att rada upp massor med fördelar hos Suzuki Swift. Driftsekonomin och pålitligheten är några egenskaper som uppskattas av många. Nu får dom ytterligare ett rationellt argument: fri service i tre år. Välkommen in och provkör.

FRÅN 119.900:- (1.199:-/MÅN MED KAMPANJRÄNTA 3,95%)*

BORÅS AUTO 7H I BORÅS 033-20 73 50 GÖTEBORG GÖTE CARLSSON BIL 031-57 03 20 • HEDIN BIL/BILVARUHUSET 031-790 04 00 HENÅN AUTO 7H 0304-360 95 KINNA MEZEK BIL 0320-135 45 KUNGSBACKA VÄSTRA BIL I KUNGSBACKA 0300-127 10 MUNKEDAL MALMGRENS BILCENTRUM 0524-262 00 STRÖMSTAD AUTO 7H I STRÖMSTAD 0522- 64 65 50 UDDEVALLA AUTO 7H I UDDEVALLA 0522-64 65 50 VEDDIGE VEDDIGE BIL OCH TRAKTOR 0340-63 99 50

*Erbjudandet gäller 3 års fri service eller 4500 mil (enligt Suzukis rekommenderade serviceprogram hos auktoriserad verkstad) vid köp av ny Swift, Alto eller Splash före den 30 juni 2012. **Priset gäller Suzuki Swift 1,2 Comfort, 3-d. Bränsleförbrukning blandad körning Swift 4,2-6,4 l/100 km. CO₂ 109-147 g/km. 3 års nybilsgaranti, 3 års vagnskadegaranti, 3 års assistans & 12 års rostskyddsgaranti. Finansiering genom Suzuki Finans: Ränta 3,95%. Kontant 23%. Restvärde 50% av nybilspriset efter 36 månader. Effektiv ränta 5,20% (inkl. uppläggnings- och avlivningskostnader). Kampanjränta gäller t.o.m 31 maj 2012. Bilen på bilden är extrautrustad.

Trädgård 2.0



En trädgård gjord av QR-kod. I går öppnade den prestigefyllda trädgårdsmässan Chelsea Flower Show för allmänheten. FOTO: OLI SCARFF/GETTY IMAGES

Enorm QR-kod

Teknologi gästade trädgårdsmässan

Smartphoneteknologin intog den prestigefyllda trädgårdsmässan Chelsea Flower Show i form av en enorm QR-kod. Den 3 x 3 meter stora koden, som vid en skanning av besökarens smartphone, hänvisade till en hemsida om projektet. **METRO**

Redo att möta kritik

"Det är en positiv sak att blanda högteknologi och trädgårdsodling i syfte att skapa en plats för öppen dialog."

Jade Goto, den 37-åriga landskapsarkitekten från Brighton, berättade för Metro att hon är redo att möta kritik från de "väldigt traditionella besökarna" på Chelsea Flower Show.

Smartphone

Den moderna streckkoden

En QR-kod kan ses som en uppdaterad streckkod. Med en smartphoneapplikation läser och avkodas enkelt QR-koder som då öppnar en webbsida med erbjudanden eller mer information. QR-koder kan även innehålla kontaktuppgifter. **METRO**

Trädgårdsvecka



En trädgårdsmästare arrangerar blommor inför öppningen av Chelsea Flower Show. FOTO: AP PHOTO

Hålls i London

Lockar besökare från hela världen

Den årliga trädgårdsmässan Chelsea Flower Show, som lockar trädgårdsspecialister och amatörer från hela världen, hålls i London varje vår.

Årets mässa startade i går och håller på till och med lördag. **METRO**

Flower Show

99

Så många år har Chelsea Flower Show ägt rum.

Kolumn

HILLEVI WAHL

JOURNALIST & FÖRFATTARE



SITTA STILL KAN GE DEPRESSIONER

Kan man bota en depression genom träning? Ja. Kan man förebygga en depression med träning? Jajamen. Kan stillasittandet i sig orsaka depression? Ja, det visar nya spännande forskningsrön, enligt psykiatern Jill Taube, aktuell med boken "Själ och kropp". Hon har intresserat sig speciellt för kopplingen mellan rörelse och psykiskt välbefinnande – om hur kroppen kan läka själen – och tvärtom.

"Vi vet i dag att man många gånger får ont i både kropp och själ, när man mår dåligt. Ändå behandlar vi bara en del i taget", säger Jill Taube.

I stället borde vi utnyttja de självläkande krafterna vi har inom oss. Ämnen som bildas i musklerna kan hjälpa hjärnan att tänka snabbare och ta rätt beslut. Om man tränar klarar man stress och ångestattacker bättre.

De flesta läkare vet att motion är bra mot högt blodtryck och diabetes, exempelvis, men få har kunskap om att det faktiskt kan bota psykisk ohälsa. I stället plockar de raskt fram receptblocket och skriver ut sömntabletter eller antidepressiva – som faktiskt kan orsaka viktuppgång och trötthet. Utan att diskutera träning som ett alternativ eller åtminstone komplement.

Därför åker Jill Taube land och rike runt för att tala om psykisk ohälsa och lära ut konsten att skriva ut fysisk aktivitet på recept.

Ty läkare som har kunskap om träningens läkande kraft vågar också låta sina patienter motionera, trots svåra behandlingar. I senaste numret av Runner's World berättar Maria Andersson om hur hon slapp i princip alla be-



Bok med bra tips

Bäst just nu: Boken "Bli en bättre löpare med Malin Ewerlöf" (Fitnessförlaget). Fullt med bra tips och inspiration, även för nybörjare. Man blir oerhört peppad och springsugen.

Gubbmobbning

Sämst just nu: Janne Josefssons mossiga gubbmobbning av Ebba von Sydow vid Publicistklubben PK Debatt. Det var som att stå bredvid en trafikolycka och titta.



svär med cellgiftsbehandlingarna genom löpträning. Hon fick en klok läkare som insåg att löpningen var bra och minst lika viktig som medicinerna.

2010 fick Maria Andersson beskedet att hon hade sex månader kvar att leva. Det är två år sedan.

"Jag springer för livet", säger hon.

För det är ju inte bara sjukdomen i sig man måste försöka bota, man måste hantera allting som följer med en svår sjukdom. Oro, sömnlöshet, ångest, depressioner och kanske sorg.

Men även vi "friska" människor, som sitter framför en dator hela dagarna kan må dåligt av själva stillasittandet. Våra kroppar är gjorda för att röra på sig. Vår hjärna också.

Jag tänker ofta på alla ungdomar som mår dåligt, och på hur självmorden och självskaðebeteendet ökar. Ändå har våra makthavare bestämt att det räcker med två timmars skolgymnastik per vecka på högstadiet och gymnasiet.

Hur tänkte de där?

Är det någon gång man befinner sig i konstant kris så är det väl när man är 13–20 år!

Nej, gör om och gör rätt! Inför Praktisk Motionsorientering, PraMo, på högstadiet! På samma sätt som man har praktisk yrkesorientering. Låt ungdomarna lära sig behärska en utvald motionsform under minst några veckor varje termin. Inte för att prestera, inte för att få betyg, utan bara för att det är skönt och roligt och ett sätt att få balans i livet.

sloggi®

shop online at lindex.com

3 för 2

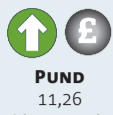
*gäller hela Sloggisortimentet
vi bjuder på den billigaste*

LINDEX

Erbjudandet gäller på ord. pris t.o.m. 5/6 -12. Lokala avvikelser kan förekomma.

börsen i går

+2,5%

OMXS. Det blev en solig dag på börsen med stigande kurser. Verkstadsbolagen hörde till de stora vinnarna. **TT**NASDAQ/DOW JONES
+0,12 % / +0,25 %LONDON
+1,87 %FRANKFURT
+1,65 %HELSINGFORS
+2,35 %PARIS
+1,88 %MOSKVA
+0,27 %EURO
9,06DOLLAR
7,13PUND
11,26

Siffror från kl 21 i går

Skyways konkurs kan ge högre biljettpriser

Konkurs. Flygbolaget Skyways konkurs fick omedelbara effekter: Tusentals resenärer har små möjligheter att få tillbaka sina pengar och hundratals anställda måste söka nya jobb.

Och på längre sikt kan kursen innebära högre biljettpriser – så blev det i Danmark när Cimber Sterling nyligen gick i konkurs.

– Jag fick ringa chefen när jag såg att flyget var inställt, säger Mattias Andersson, 21, som i går blev strandsatt på Landvetter i samband med en jobbresa till Sundsvall.

Den som bokar en regul-

järbiljett med Skyways eller dotterbolaget City Airlines kan ha svårt att få pengarna tillbaka. Resegarantilagen gäller inte för reguljärbiljetter, utan man får vända sig direkt till konkursförvaltare med sitt krav.

Trots konkursen är andra flygbolag beredda att ta över Skyways rutter. SVT Värmlandsnytt uppger till exempel att Next Jet börjar flyga mellan Karlstad och Stockholm redan på måndag. Flyganalytikern Jacob Pedersen på Sydbank i Danmark tror att flygbolag som tar över kan få det tufft – men säger att det går att lösa.

– Jag tror att priserna på inrikesflyg behöver höjas, säger han, och konstaterar att bränslepriserna är historiskt höga samtidigt som biljettpriserna är historiskt låga. **TT-METRO**



Många resenärer på Landvetter i Göteborg drabbades av Skyways konkurs i går. FOTO: ADAM IHSE/SCANPIX

Andra flygbolagskonkursen för samme ägare

Skyways har samme ägare som det danska flygbolaget Cimber Sterling, som ansökte om konkurs den 3 maj – Mansvell Enterprises, ägt av

ukrainske oligarken Igor Kolumoysky. Liksom med Cimber Sterling blev det Skyways fall när Mansvell valde att inte skjuta till mer peng-

ar. Efter konkursbeskedet steg SAS-aktien med närmare 1,6 procent under gårdagens handel på Stockholmsbörsen. **TT**

Tandhälsa

Tandläkarreform blev ingen succé

Tandvårdsreformen har inte fungerat så väl och ett skäl är att för få känner till bidraget och högkostnadsskyddet, enligt Riksrevisionen. **TT**

Utbildning

Färre myndigheter för högskolan

Regeringen är överens med S och MP om att antalet myndigheter ska bantas från tre till två inom högskolan. Den ena ska ha en inspekterande roll, den andra stå för stöd. **TT**

Mejeri

Arla kan gå ihop med mejeri

Arla planerar att gå samman med ett tyskt och ett brittiskt mejeriföretag. Går fusionerna igenom bildas världens åttonde största mejeri. **TT**

Boka. Boarda. Bada.

Europa
tur och retur
från
999 kr*
Boka nu

Nonstop
you

lufthansa.com



Lufthansa

*Priset gäller för resor tur & retur vid bokning på lufthansa.com och inkluderar alla skatter och avgifter, bagage, mat & dryck samt miles. Priset är inte tidsbegränsat men antalet platser är begränsat.



Thomas Sabo
STERLING SILVER

THOMAS SABO DAY

24 MAJ HOS JARL SANDIN

VÄLKOMMEN KL. 11.00-18.00 OCH TA DEL AV EN FANTASTISK DAG!
FÖR MER INFO OM HÄLLTIDER BESÖK WWW.JARLSANDIN.SE

Kungsgatan, 67, Göteborg
Telefon: 031-10 59 00
Webb: www.jarlsandin.se

Jarl Sandin
WATCHES | JEWELLERY

Kolla, kolla!
Allt du behöver:



iPhone 4S
Halebop Rubbet

4000 sms/mms

200 samtal

+ 4GB surf

= 399 kr/mån

iPhone 4 S

halebop 

Erbjudandet gäller dig som tecknar abonnemanget Halebop Rubbet 24 månader senast den 22/9 2012. Lägsta totalkostnad under bindningstiden 9825 kr (399kr x 24 månader) + 249kr i inträdesavgift. I abonnemanget Halebop Rubbet ingår 4000 SMS/MMS, 200 samtal samt 4GB mobilsurf. För fullständiga villkor se halebop.se/villkor.

Lilla Estelle var

Det var idel glada miner i Slottskyrkan när prinsessan Estelle Silvia Ewa Mary fick sitt namn i går. Huvudpersonen var lite rastlös och somnade till sist i sin mammas famn, ovetande om ståhejet omkring henne.

Solen strålade från blå himmel och Slottskyrkan var smyckad med vita och ljusgröna blommor som luktar, liljekonvalj, akleja och äppelblommor i går då arvr-prinsessan Estelle döptes. 400 inbjudna gäster satt förväntansfulla i bänkraderna. Där fanns utvalda delar av regering och riksdag, representanter från myndigheter, landshövdingar och diplomater. Kronprinsessparets privata vänner fanns på plats och så kungligheter förstas. Norge representerades av kronprins Haakon, Märtha Louise och Ari Behn. Från Danmark kom drottning Margrethe II och prins Henrik, kronprins Frederik och kronprinsessan Mary. Men hovexperten Sten Hedman saknade några.

– Var fanns Englands kungahus? Var fanns drottning Beatrix? Prins Albert? Mette-Marit? Det kanske är för att det varit många dop nu men prinsessan Estelle är arvtagare, så man tycker att de borde ha varit där, säger han till Metro.

Men några som var där var de som först inte skulle få komma, prins Carl Philips flickvän Sofia Hellqvist och prinsessan Madeleines pojkvän Chris O'Neill.

När alla gäster hittat sina platser i Slottskyrkan anlände prins Daniels föräldrar, Eva och Olle Westling och kort därpå kungen och drottningen.

Sedan, fem minuter i tolv, gjorde huvudpersonen Estelle entré i famnen på sin pappa prins Daniel. Medan hon

bars fram längs altargången betraktade hon nyfiket alla ansikten i bänkraderna. Men väl framme vid altaret så struntade lillprinsessan i ståhejet och gäspade ordentligt vilket fick Victoria och Daniel att le och utbyta menande blickar med varandra. Prinsessan Estelle höll god min ända fram till dopvattnet, som kronprinsessparet hämtat från en källa på Öland, hälldes på hennes huvud. Då blev hon lite otålig. Kungaexperten Sten Hedman, som minns prinsessan Madeleines dop, menar dock att Estelle skötte sig bra.

– Madeleine skrek och gillade inte alls det här med dopvatten. Estelle var coolare.

Och nog var arvr-prinsessan Estelle cool, alltid. När dopceremonin var över och hon bars ut i mamma Victorias famn sov hon gott.

Och det säger mycket om hur tillställningen var. Avslappnad och glad.

– Det var familjärare och personligare än det brukar vara och kanske är det vad Victoria och Daniel eftersträvar. De vill göra det anspråkslöst och enkelt och det var väldigt skönt, vackert och somrigt, säger Sten Hedman.

SLOTTSKYRKAN STOCKHOLM



URBAN BRÅDHE
Foto
urban.brådhe@metro.se

ANNELI SANDBERG
Text
anneli.sandberg@metro.se



Det lyckliga kronprinsessparet tittar på när ärkebiskop Anders Wejryd döper prinsessan Estelle i Slottskyrkan i Stockholm i går. Hela hennes namn lyder Estelle Silvia

I mammas fotspår

Prinsessan Estelles dopceremoni avslutades med att hennes morfar, kung Carl XVI Gustaf, fäste Serafimerordens tecken och dess ljusblå band på hennes dopklänning, Sveriges högsta utmärkelse. Hon kommer dock inte att börja bära denna förrän hon blir myndig. Serafimerorden instiftades 1748 och fram till kungens dop 1946 har svenska prinsar be-

hängts med Serafimerorden vid sina dop. Men 1975 tog man bort utdelandet av orden till svenska medborgare. 20 år senare skrevs lagen om så att medlemmar av kungahuset kan få Serafimerorden. Samma år tog kronprinsessan Victoria denna på sin myndighetsdag. METRO



Serafimerordens tecken.

Det betyder namnet

- **Stjärna.** Estelle är en fransk form av Stella, ett namn som kommer från latin och betyder stjärna. Namnet har hämtats från Folke Bernadottes fru.
- **Skog.** Silvia kommer från italienskan och betyder skog. Namnet har prinsessan fått efter sin mormor.
- **Levande.** Ewa är ett hebreiskt namn som betyder levande. Ewa döps hon till efter sin farmor.
- **Fadder.** Mary är den engelska formen av Maria. Den danska kronprinsessan Mary är fadder och namnet tros hon ha fått efter henne. KÄLLA: EVA BRYLLA, NAMNFORSKARE

De blir prinsessans faddrar



• Prins Carl Philip, hertig av Värmland. Född 1979 och sambo med Sofia Hellqvist. KÄLLA: HOVET OCH NE



• Daniels syster Anna Westling Söderström. Född 1970, bor i Gävle tillsammans med maken Mikael och två döttrar.



• Den danska kronprinsessan Mary. Född 1972, kommer från Australien och gifte sig 2004 med den danske kronprinsen Frederik. Har fyra barn.



• Norges kronprins Haakon. Född 1973 och utbildad sjöofficer. Har själv två barn plus ett bonusbarn tillsammans med Mette-Marit.

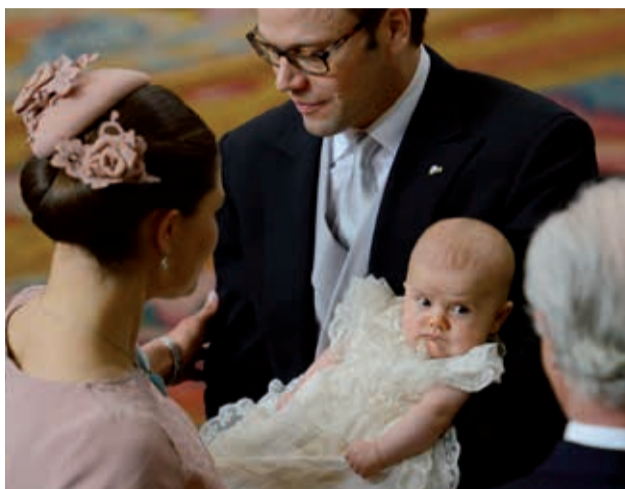


• Hollands kronprins Willem-Alexander. Född 1967 och är utbildad pilot. Har tre döttrar med Maxima som han gifte sig med 2002.

coolast av alla



Ewa Mary. FOTO: AP PHOTO/SCANPIX/PONTUS LUNDAHL/POOL



Estelle tittar skeptiskt på morfar kungen. FOTO: HENRIK MONTGOMERY/SCANPIX



Victoria, Estelle och ärkebiskop Anders Wejryd. FOTO: JONAS EKSTRÖMER/SCANPIX



Gäspar hos pappa Daniel. FOTO: SCANPIX

Nyfiken, lugn – och trött



Trött i mammas famn. FOTO: GETTY IMAGES



Estelle ser glad ut i pappa Daniels famn. FOTO: CLAUDIO BRESCIANI/SCANPIX



Bekväm med en napp hos Victoria. FOTO: CLAUDIO BRESCIANI/SCANPIX

Siffr

21

skott salut sköts från Skeppsholmen i Stockholm efter att dopceremonin avslutats. Skotten avfyrades traditionsenligt med fem sekunders mellanrum. Även vid prinsessan Estelles födsel sköt man salut. Då sköts – som alltid vid extraordinära tillfällen – två salutomgångar om 21 skott vardera. **METRO**



Salut på Skeppsholmen. FOTO: SCANPIX

Här kommer Chris och Sofia – tillsammans

Prins Carl Philips flickvän Sofia Hellqvist och prinsessan Madeleines pojkvän Chris O'Neill skulle till en början inte få vara med på prinsessan Estelles dop. Men kungen ändrade sig och dagen före dopet bekräftade hovet att Sofia och Chris var inbjudna trots allt. Och en halvtimme före dopets start anlände de – tillsammans – och satte sig långt bak i kyrkan.

– Man kan säga att de kupade när de kom tillsam-

mans. Det var roligt, säger hovexperten Sten Hedman till Metro.

Sten Hedman tycker att det var bra gjort av kungen att bjuda in dem eftersom de faktiskt är sambor med kungabarnen. Han tror också att inbjudan är ett steg på vägen mot en förlovnings.

– Jag tror att vi kommer att få två förlovningar snart, kanske redan före midsommar i Carl Philips och Sofias fall, säger han. **ANNELI SANDBERG**



Efter att först inte ha varit bjudna fick Madeleines pojkvän Chris O'Neill och Carl Philips flickvän Sofia Hellqvist till slut komma på dopet. FOTO: URBAN BRÄDHE

Victorias tack i kyrkan

”Gud, vi tackar dig för vårt barn. Tack för gåvan du har gett och förtroendet som du har visat oss. Ge oss ömhet, fasthet och lugn, hjälp oss att ge din kärlek vidare till det barn som vi har fått ansvar för. I Jesu namn, amen”.

Kronprinsessan Victoria.

Enatt i hattar

Vet du vad en coiffe (uttalas koaff) är? Om du såg de kvinnliga dopgästerna kan du knappast ha missat de iögonfallande hårdekorationerna, som i de flesta fall ersatte den traditionella hatten. Vissa lyckades dock bättre än andra med den hårresande trenden. Metros modereredaktör Petra Tungården har satt betyg på dopgästerna.



Grevinnan Stéphanie de Lannoy ●●●●●●
Fantastisk skapelse som lever någonstans i gränslandet mellan coiffen och hatten! Full pott, Stéphanie de Lannoy. FOTO: URBAN BRÄDHE



Kronprinsessan Victoria ●●●●●●
Även om kronprinsessan inte fick höga betyg för sin outfit så får hennes magiska hårkreation det. FOTO: HENRIK MONTGOMERY/SCANPIX



Annie Lööf ●●●●●●
Lite färg hade inte skadat på centerpartisten Annie Lööf, som matchar sin redan färglösa outfit med en lika grå coiffe. FOTO: URBAN BRÄDHE



Andrea Engvall ●●●●●●
Inredaren Andrea Engvall hade varit snyggare utan sin coiffe som var det enda man såg och som liknade något från Cruella de Vils garderob. FOTO: URBAN BRÄDHE



Sofia Hellqvist ●●●●●●
Ibland är det enklaste snyggast. Sofia Hellqvist visade var skåpet skulle stå. FOTO: MAJA SUSLIN/SCANPIX

BÄST



Silvia ●●●●●●
Drottning Silvia kammade hem full pott. Hon såg riktigt elegant och trendig ut i sin snäva kjol och fantastiska spetsjacka.



Victoria ●●●●●●
Kronprinsessan Victoria såg fantastisk ut i en retroinspirerad klänning med perfekt längd. Men aningen sobert.



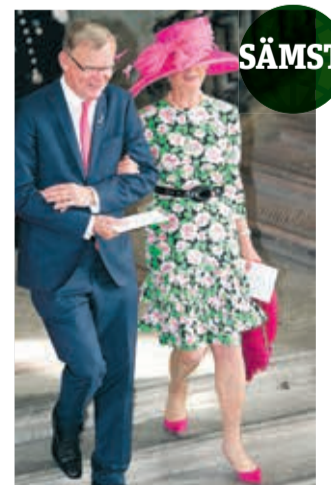
Gustav Fridolin ●●●●●●
Miljöpartiets Gustav Fridolin lyckas liva upp den svarta klassiska kostymen med en snygg slips i havsblått som är sommarens färg.



Mary av Danmark ●●●●●●
Mary kan sin garderob. Den coola hatten blir pricken över i tillsammans med den supermatchande Chanelväskan.



Nyamko Sabuni ●●●●●●
Jämställdhetsministern Nyamko Sabuni bar en av dopets finaste klänningar som framhävde hennes kropp. Tjusigt!



Elisabeth Tarras-Wahlberg ●●●●●●
Elisabeth Tarras Wahlberg lät hela färgpaletten åka på dagen till ära och det sparades inte på kretet. Ibland är less is more bäst.

SÄMST

Snyggaste blåsorna – och Fridolin



I samband med Estelles dop så ordnas drop-indop i Kungsträdgården. Håkan Kaneteg och Nicole Ribiero har precis döpt lille Victor. FOTO: KLARA LEO

Victor döptes på kyrkans drop-in

I samband med kungadopet ordnade Svenska kyrkan drop-in-dop. Under dagen döptes elva barn mellan tre månader och 15 år.

Ett av dem var ettåring Victor Lars Antonio Ribeiro Kaneteg, som fick lika många namn som prinsessan Estelle.

Hans tilltalsnamn kommer från ishockeyspelaren Viktor Fasth och de andra från morfar respektive farfar. Att döpa honom kristet var inte något familjen planerade.

–Jag läste på Aftonbladet och såg att man kunde döpa på drop-in utan att ha en jättefest efteråt, säger mamman Nicole Ribiero.

Efter dopsamtal med prä-

sten, påklädning av klänningen och en snabb 20-minutersceremoni var det färdigt.

–Det var jättetrevligt och enkelt. Victor var så snäll, men det är han alltid, säger mamman.

Drop-in-dop är ingen ny företeelse utan förekommer vid olika tillfällen i flera kyrkor. Men det är inte drop-in på det sätt man kanske föreställer sig – som i Las Vegas – utan förhandsbokning krävs.

–Det kom fler än förväntat, därför blev vi tvungna att lägga till några dop under dagen. Men annars var de bokade i förväg, säger prästen Beatrice Lönnqvist.



VIKTOR BENDZ
viktor.bendz@metro.se



Beatrice Lönnqvist döpte elva barn i S:t Jacobs kyrka. FOTO: ERIK MÅRTENSSON/SCANPIX

Estelle fick böcker, träd – och en cykelstig

Allt från flärdfullt, nyttigt till läsvärt. Dopgåvorna till prinsessan Estelle har strömmat in från privatpersoner, skolbarn, kommuner och län i hela landet.

En bokhylla fylld med 200 barnböcker. Det var regeringens och riksdagens gemensamma dopgåva till prinsessan Estelle. Samlingen innehåller pekböcker, bilderböcker, faktaböcker, sagor och klassiker.

Estelle fick även barnböcker, av Inger och Lasse Sandberg, från Värmlands län. Även Karlstads kommun gav en barnbok och en Spöket Laban-docka. Dalarnas dopgåva blev inte oväntat en stor



Gåva från regeringen och riksdagen. FOTO: ANDERS WIKLUND/SCANPIX

handmålad dalahäst med en hälsning "från Dalafolket".

Estelle får ge namn åt en gång- och cykelstig mellan Borgholm och kungafamiljens sommarbostad Solliden på Öland. Hon får även en upplevelsestig för barn i naturreservatet vid fågelsjön Täckern uppkallad efter sig. **TT**

Dopresenter i urval

• **Bokhylla.** En bokhylla fylld med 200 barnböcker är regeringens och riksdagens gemensamma dopgåva.

• **Dopskål.** Sveriges landshövdingar skänker en dopskål i östgötablätt glas.

• **Upplevelsestig.** Kommuner, näringsliv och länsstyrelsen i Östergötland ger sin hertiginnan Estelle en upplevelsestig för barn vid fågelsjön Täckern.

• **Körbärsträd.** Ockelbo kommun överlämnar boken "Bröllopet, byfesten, besöket i Ockelbo". Kommunen planterar också ett körbärsträd.

• **Cykelväg.** Borgholms kommun och näringsliv namnger en kilometer lång gång- och cykelväg mellan Borgholm och Solliden efter prinsessan.

• **Halsband.** Solna, prinsessan Estelles hemkommun, överlämnar ett guldpläterat halsband.

• **Servis.** Världsnaturfonden och Gustavsbergs porslinsfabrik ger en servis med handteknade utrotningshotade djur.



Sveriges landshövdingar gav en dopskål tillverkad vid Reijmyre glasbruk.

Metrofrågan

1. Vad gör du i Stockholm? 2. Vad vill du ge prinsessan Estelle i doppresent?



1. Vi anlände från Finland i går och fick reda på nu i morse att dopet var i dag, så vi kom hit för att se den svenska kungafamiljen.
2. Jag har inte tänkt på det.
Rachelle Eastwood, 29, från Nya Zeeland.



1. Vi pluggar i Stockholm och vill verkligen se kungafamiljen medan vi är här.
2. En gosedjurs-känguru eller en Union Jack.
Ellie Ryan, 23, från Australien, och Lucy Nicholson, 22, från England.



1. Jag är här och kollar på prinsessans Estelles dop, det är roligt.
2. En liten blomma eller något litet bara, hon är inte så gammal så hon vet vad hon får. Jag får åka hit när hon fyller år sen.
Niklas Larsson, 23, från Osby i Skåne.



1. Vi är på semester och besöker Stockholm för en dag.
2. Lyckönskningar, vi gillar den svenska kungafamiljen eftersom drottningen också är tysk så vi önskar Estelle det bästa.
Ralph Irrgang, 45, från Tyskland.



1. Jag går ut med min hund och går och tittar, det är kul med allt folk.
2. Ett guldhjärta.
Jenny Holmgren, 43, från Gamla stan i Stockholm.



1. Vi kollade på bröllopet och jag fick barn ganska samtidigt. Jag är mammaledig och många i landet skulle vilja vara här men har inte möjlighet men det har jag så vi promenerade hit i dag.
2. Jag får önska henne lycka.
Maria Ericson, 39, från Solna. TT

The Guide

Veckans skönhetssevent

23 - 29 MAJ



Vilken Dior är du?

Dior har många exklusiva dofter att upptäcka, till exempel Miss Dior. I 65 år har den charmat oss med en elegant mix av väldoftande blomextrakt. Upptäck nya Miss Dior Eau Fraîche, en frisk fläkt med bergamott i toppen, gardenia i hjärtat och patchouli i basen.

Just nu finns personal på plats för att hjälpa dig till den perfekta doften från Dior.

DIOR
Miss Dior Eau Fraîche 50 ml

715:-



Längre och starkare fransar

Flörtigt långa blir dina fransar med Lumenes nya Cloudberry Excellength mascara. Förutom förlängande fibrer innehåller den stamcellsextrakt från hjortron som vårdar fransarna och gör att de växer snabbare. Passa på att träffa Lumenes makeupartister som nu finns på plats för att visa upp sortimentet.

Just nu får du dessutom en snygg necessär från Ivana Helsinki när du köper två valfria produkter från Lumene (värde 250:-).

LUMENE
Cloudberry Excellength Mascara

129:- (169:-)



Gåva!

ÅHLÉNS CITY

28-åringen dömd till vård

Dom. 28-åringen högg en tioårig flicka i halsen. I går dömdes han för mordförsök till vård.

– Möjligt att det överklagas för att bringa klarhet. Han har inget att förlora, säger 28-åringens advokat.

I går kom domen mot den 28-årige man som högg en tioårig flicka med en skalkniv, med 9,5 centimeter långt blad i halsen. Tingsrätten dömde honom för mordförsök till slutet psykiatrisk vård med särskild utskrivningsprövning. I flickans familj är man besviken.

– Jag tycker att det är fel, men han kanske är sjuk. Jag tycker ändå att han skulle få något strängare än bara vård. Det tycker vi hela familjen. Han har ju gått på ett oskyldigt litet barn. Hen-

"Vad då vård? I andra länder skulle han sitta i en bur"



Metro 9 maj.

nes liv är mera värt än så. Hon är rädd nu, hon vågar inte gå ut och leka som ett vanligt barn, säger Fatima Turylo, flickans moster.

Tjugoåttåringens advokat, Claes Östlund, ansåg att mannen skulle dömas för grov misshandel, han hade inte uppsåt att döda ansåg Östlund. Även då hade mannen antagligen dömts till vård. Därför kan domen komma att överklagas.

– Teoretiskt har det ingen större betydelse. Samtidigt vet man att om man döms för ett allvarligt brott vårdas man länge. Jag tror att det skulle påverka vårdtiden, säger Claes Östlund.



FREDRIK BECKMAN

fredrik.beckman@metro.se



Dådet den 6 februari.

Vård

Vård med särskild utskrivningsprövning betyder att i stället för fängelse får man rättspsykiatrisk vård.

Frisläppandet. När man bedöms som frisk kan man släppas fri. Men den särskilda utskrivningsprövningen innebär att det inte räcker med att den behandlande läkaren anser att gärningsmannen är frisk.

Beslutet. Frisläppandet måste föregås av ett beslut i förvaltningsrätten. De tar i sin prövning hjälp av opartiska läkare som får göra en andra bedömning.

FÖRETAG KÖPES/SÄLJES!



Vi på Företagsmäklarna i Skärholmen arbetar med att ta över företag i ekonomiskt obestånd för rekonstruktion för att sedan sälja/överlåta.

Då vi har bred kundkrets köper/säljer vi även friska företag. Vi har lång erfarenhet i branschen. Våra konsulter är juridiskt beredda, vi har även auktoriserade revisorer.

Åkeri, fastigheter, entreprenad, handel, restaurang och tjänsteföretag, alla branscher är av intresse.

RING ELLER MAILA OSS FÖR KONSULTATION.

Tel: 031-130 122 eller 08-210 404

Foretagsmaklarna@skarholmen@gmail.com

Varubolaget i Stockholm

Hallå där

Mr Hamburgare som har gjort det till sitt kall att driva en blogg där han betygsätter hamburgare över hela stan.

”EN RIKTIGT KLASSISK HAMBURGARE GER FULL POTT”



Sven-Johan Dahlstrand. FOTO: PRIVAT

Vem är du?

Sven-Johan Dahlstrand heter jag, är 31 år gammal och bor i Johanneberg. Jag driver en blogg där de närmast sörjande kan läsa om hamburgare som jag testat och betygsatt i framförallt Göteborg. Oftast äts det väl en till två burgare i veckan.

Du har testat burgare över hela stan, blir du aldrig mätt?

Ibland kan det bli lite för mycket. Men det brukar dröja en vecka så är man sugen på en hamburgare igen och då tycker jag fortfarande att det är väldigt gott.

Vad är det som gör en riktigt, riktigt bra hamburgare?

Basen och råvarorna. Köttet är grundbulten i det hela, det ska vara perfekt grillat eller stekt. Sedan är det kul med kreativitet, något som sticker ut, kanske ett annorlunda bröd eller en rolig dressing. Men en riktigt klas-

sisk hamburgare ger full pott. Min favorit finns på North i Vasastan, den är enkel men de har verkligen lyckats med råvarorna.

Vad skulle du vilja förbjuda på hamburgare?

Frysta köttbiffar, färdiga hamburgare med ströbröd, det går bort. Vill man använda ett gott kött är det högre av 100 procent nötkött som gäller, det är fetare vilket gör smaken bättre.

Är du inte rädd för högt kolesterol?

Jag tränar rätt mycket så jag har klarat mig än så länge. Hamburgare är nyttigt, det är bröd, grönsaker och kött, blir som en vanlig måltid.



ANNE KYBJÄR
anne.kybjar@metro.se

FOTNOT: PÅ BLOGGEN
HTTP://MRHAMBURGARE.TUMBLR.COM
KAN DU LÄSA MER.

Visste du att var fjortonde vuxen har skulder hos ett inkassobolag?



Vi hjälper dig att bli av med dina skulder hos oss

En bra början är att göra en betalningsplan. Vi hjälper dig gärna, ring oss på 031-730 61 10. Eller besök www.planandpay.se. Där kan du göra din egen betalningsplan, skapa en realistisk budget och betala dina skulder.



ALEKTUM
INKASSO

Gut. Besser. **GÖSSER**

Ha en grön sommar!

Systembolaget nr 11205. Alk 5,2% vol. 11,80 kr



ANNE KYBJÄR
anne.kybjar@metro.se

**Alkohol
kan
skada
din
hälsa.**



Tälten har stått i Vasaparken sedan den 12 maj, och Occupy Göteborg hoppas att de får vara kvar hela sommaren. Men det tror de inte. – Om man kollar globalt så har ju Occupy blivit bekämpat på ganska brutala sätt. Men i Sverige har det varit lugnt hittills, säger Johan. FOTO: CHRISTINA BLOM



Maten som serveras av Occupy Vasaparken kommer till största delen från det olagliga fenomenet dumpstring, att plocka mat i containrar utanför mataffärer. – Man får starta en diskussion och det är det som är början till att lösa problem, säger Kristoffer, vänster. FOTO: CHRISTINA BLOM

”Vi stannar så länge det går, tills polisen kör bort oss”

Mötesplats. Occupy Göteborg vill skapa en alkoholfri mötesplats för göteborgare som vill diskutera hur världens problem ska lösas. De gör det genom att tälta i och ockupera Vasaparken.

Sedan den 12 maj har tälten stått i Vasaparken. Occupy Göteborg har bjudit på kaffe till alla som vill ha, lagat mat de hittat i containrar, så kallad dumpstring, och diskuterat rätten att utnyttja stadens parker med förbipasserande.

– Det finns många olika anledningar till att vi är här, en av dem är att vi vill skapa en social plattform där folk kan mötas. Vanligtvis sitter man hemma och tror att man är ensam om att vilja lösa problem på jorden, och vi tänker att första steget är att samlas, säger Joel.

Han berättar att tanken är att det ska vara en gratis och alkohol- och drogfri mötesplats, där alla är välkomna. En av frågorna de ägnat sig åt hittills är matfrågan.

– Runt om i världen har vi faktiskt mer mat än männis-

kor, men den fördelas väldigt ojämnt. Det är bland annat därför vi dumpstrar mat, säger Dana.

Dumpstring är olagligt i Sverige och den som gör det riskerar att bli polisanmäld, men det görs ändå och ofta som en protest mot konsumtionssamhället.

– Maten som vi finner när vi går utanför butikerna är bra, grönsaker och frukter är ofta inte mogna. Det är som att när det kommer ny mat så behövs det plats för den, och d ä

slängs den gamla. Och då är det här ett sätt att belysa det, säger Johan.

De vill vara kvar i parken hela sommaren. Men det tror de inte kommer att gå.

– Vi stannar så länge det går, tills polisen kör bort oss, helt enkelt, säger Kristoffer.



PETER LÖWENDAHL
peter.lowendahl@metro.se

FOTNOT: NÅGRA AV DELTAGARNA HAR VALT ATT INTE AVSLÖJA SINA EFTERNAMN, DÄRFÖR VÄLJER METRO ATT KALLA SAMTLIGA VID ENDAST FÖRNAMN.

ANNONS



Occupy Vasaparken

• **Ockupationen.** Occupy Göteborg står bakom förberedelserna för ockupationen.

• **Inspiration.** Den arabiska våren, Indignados i Spanien och Occupy Wall Street är rörelsens inspiration.

• **Protester.** Occupy Wall Street startade sina protester mot banker och finansmarknad i New York den 17 september 2011. Protesterna har sedan hållits i minst 25 städer i USA, och även i flera städer i Europa, bland annat Stockholm och Göteborg.

”Man får inte campa i våra parker”

Joakim Sjöström, operativ chef Polisens city, säger att ockupanterna i Vasaparken gör sig skyldiga till brott mot ordningslagen och olovlig camping, och att en anmälan mot dem är upprättad.

– Vi har en god kontakt med dem, och vi har gjort

det väldigt tydligt för dem hur vi ser på detta. Man får inte campa i våra parker, säger Joakim Sjöström.

Han vill inte berätta när polisen planerar att avhysa ockupanterna, men är tydlig med att de inte får stanna hela sommaren.

Är ni oroliga för att det blir bråk i samband med avhysningen?

– Nej, det är vi inte. Vi vill ha en plan som vi kan kommunicera och vidta de åtgärder som är lämpliga och det blir så lite friktioner som möjligt. **PETER LÖWENDAHL**

Här är godbitarna på Kulturkalaset i augusti

Ett uppblåsbart galleri med videokonst på Kanaltorget, actionsporter och flera namnkunniga artister – i går avslöjade Göteborgs kulturkalas några av programpunkterna. Lisa Misikovsky, Caligula, Freddie Wadling och Den Svenska Björnstammen – som slog igenom i samband med Metro On Stage 2010 – är klara.

– Men det kan komma ganska många nya, kända, namn, säger Mia Samuelsson som är konstnärlig ledare för Kulturkalaset.

I år samarbetar Kulturkalaset med actionparken i Burgårdsparken där det bland annat blir skejtskola och loppmarknad med actionsportstema. Lugnare aktiviteter som konstsminning blandat med musik

och annan kultur kommer att erbjudas på Valhallabadet i samband med ett badkalas för seniorer.

Göteborgs kulturkalas äger rum den 14–19 augusti och det kompletta programmet släpps lagom till midsommar.



PATRICK EKSTRAND
patrick.ekstrand@metro.se



Den Svenska Björnstammen kommer till Göteborg. FOTO: SCANPIX

Åtal. 29-åring ska ha huggit sin flickvän i ryggen med kniv

Den 29-årige mannen ska ha misshandlat en 21-årig tjej flera gånger under våren. I mars ska han ha huggit en kniv i ryggen på henne. Vid ett annat tillfälle, den 9 februari, ska han ha skurit henne på vänstra axeln och två dagar senare ska han ha dunkat hennes huvud flera gånger mot en vägg.

I samband med den hänelsen häktades han, men

släpptes efter en vecka. Då ska alltså misshandlen ha fortsatt.

Efter att ha gett sig på henne igen den 25 april grep polisen honom än en gång. Sedan dess har han suttit häktad.

Nu åtalas han vid tingsrätten i Göteborg misstänkt för misshandel och grov misshandel.

FREDRIK BECKMAN



FOR THE BIG BOYS!

ASICO KLÄDER

S-XXXXXXXXXL · Lillhagsvägen 50
Tel: 51 87 40 · Vard. 10-18 · Lör. 10-14 · Sön 11-15

Stick In Vi finns på Torslanda Torg
Tfn 031-564920

Fira Mor 27/5
- Vi hjälper dig med den bästa presenten! Välkommen!



Öppettider
Mån-fred 10.00 - 18.00
Lördagar 10.00 - 15.00

www.stickin.se **KAHLS** SEDAN 1911



Yh Utbildning inom yrkeshögskolan

Ansök nu!

Trädgårdsmästare
med specialisering hälsa, kultur och miljö, 1,5 år - Gunnebo Slott

Bli framtidens trädgårdsmästare! Utbilda dig i en fantastisk miljö på Gunnebo Slott och Trädgårdar. Utbildningen ingår i ett pilotprojekt som syftar till att förbättra tillgängligheten till yrkeshögskoleutbildning för personer med funktionsnedsättning.

Ansök nu på folkuniversitetet.se/yh eller telefon **010-5161811!**

Välkommen på öppet hus den 23 maj klockan 16-19, Norra Allégatan 6!

Folkuniversitetet
www.folkuniversitetet.se/yh | Telefon: 010-5161811
E-post: kundcenter.vast@folkuniversitetet.se



Yh STRÖMSTAD KOMMUN

Affärs- & besöksnärlingsledning
med Nordisk inriktning

Varför Regionen Norra-Bohuslän Södra-Norge?
Uddevall, Strömstad, Halden och Fredrikstad -epicentrum för utveckling inom besöksnäringen i hela norra Bohuslän och södra Norge.


Yrkesroller
Chef besöksnäring handel • Chef besöksnäring turism • Utvecklingsledare besöksnäring

Behörighet
Fullständigt gymnasiebetyg eller motsvarande dokumenterade betyg.

Några utbildningsmål.
Professionellt leda, arrangera och samordna upplevelses baserade möten och arrangemang. Självständigt arbeta med ledningsansvar.
Vara flexibel, engagerad, en lagledare!

Välkommen med din ansökan senast 31 maj.
För mer info: 0526-195 03 Annika Engman
0526-195 10 Stig Svanberg
0526-195 02 Conny Reinbäck.

www.stromstad.se/vux komvux@stromstad.se



KIA

UPPTÄCK VÄRLDEN MED NYA KIA CEE'D

Familjen Hedbeck upptäckte Italien i nya Kia cee'd. Vi åkte med. Se alla avsnitten och låt dig inspireras på kia.se. Välkommen in på en provkörning och tävla om en bilsemester värde ca 15.000 kr*.

Just nu bjuder vi på en DVD-film till alla som provkör nya Kia cee'd innan den 30 maj 2012. Värde ca 80-160 kr.

Pris från 164.900 KRONOR

7 ÅRS NYBILGARANTI

Erbjudandet gäller tom den 30 maj 2012. * Gäller lån av en Kia cee'd under två valfria veckor i Sverige under juni-augusti 2012. Försäkring ingår, men vinnaren står för självrisk vid eventuell skada. Priset innefattar bränslepengar från Statoil för 2.000 kr samt hotellövernattnings på Scandic för 7.000 kr. Bränsle utöver vinsten, bilullar, parkerings-avgifter/böter samt vinstskatt får vinnaren stå för. Bilen hämtas hos din närmaste Kia-återförsäljare. Den 7-åriga nybilsgarantin är Sveriges längsta fabriksgaranti och gäller för bilar i privat bruk samt tjänste- och förmånbilar. Garantin följer bilen och upphör 7 år efter första registreringsdatum eller efter 15.000 körda mil, det som först uppnås. För att nybilsgarantin ska gälla måste all service utföras av auktoriserade Kia-verkstäder under hela garantitiden. I annat fall gäller 3 års nybilsgaranti med obegränsad körsträcka, förutsatt att service utförts fackmannamässigt enligt Kias serviceprogram. Bränsleförbrukning blandad körning 4,1 - 6,1 l/100 km. CO₂-utsläpp 109 - 145 g/km. Testerna är gjorda enligt EU-körcykel och miljöklass Euro 5. Bilen på bilden kan vara extrautrustad. Lokala prisavvikelser kan förekomma. Med reservation för eventuella tryckfel.

MÖBELBUTIKEN I ERIKSBERG!

Skynda fynda!



20-30%
på
utställnings-
soffor!

Mattor
20%

Taylor
20%

Lampor
25%

Accessoarer
25%

Kampanjpris!

Utställnings-
sängar
25-40%



Paris Sänggram
180x200 cm + resårsängar + 2 sängbord
Nu 8.990:-
Ord. pris 13.990:-



Venus kontinentalsäng
Pocketfjädring, svensktillverkad
Finns i 120x200, 140x200, 160x200, 180x200
Från 4.590:-

Danaplatsen 1, Göteborg • Tel 031-22 60 05
Buss 16-31, Danaplatsen, (Eriksberg) • Vard 10-18. Lör-sön 11-16
www.furniture-house.se

Räntefritt
med
Resursbank

Häst och kanin

Kurs. Slottsskogen har många djur i sin park och nu kan man få chansen att lära känna dem lite närmare. Just nu välkomnas nämligen alla djurtokiga barn att gå på kurs och få mer kunskap om både hästar och kaniner.

Hoppugna kaniner och kelliga hästar står på schemat när Slottsskogens djurvårdare öppnar upp hagarna för alla nyfikna barn. I ett samarbete med Plikta vill de öka den pedagogiska verksamheten och fånga upp besökarna i tidig ålder för att lära dem så myck-

et som möjligt om djuren. Och dagens deltagare i hästskötsel har redan hunnit testa på kaninkursen.

– Jag vill gärna ha en egen kanin, som i så fall skulle heta Plutten och ha en fläck runt ögat. I sommar ska jag få låna en kanin i en vecka som heter Dancer, fast jag tror inte att han kan dansa, säger Signe Brinktell, 8, som är nöjd med kursen där hon fått lära sig mer om vad kaniner äter, hur de inte tål värme och att de ska ha en lagom stor bur.

Och djurvårdarna hoppas att dessa inledande kurser ska kunna resultera i fler, med lite andra djur som bor i Slottsskogen.

– Barn vill lära sig, veta allt och göra rätt. Därför är det så kul att få ge dem kunskap re-

dan i en tidig ålder att göra rätt och visa hur de kan bli mer ansvarsfulla besökare som tänker på djuren, säger Sara Gustavsson, djurvårdare i Slottsskogen.

Under skötsellektionen får barnen träffa på Gotlandsrusen Järta och Mathilda som i vanliga fall jobbar med ponnyridningen. Efter klapp och kel får de lära sig vad de äter, vad som krävs för att sköta dem och till sist hur de ska borstas. En uppgift som hästarna mer än gärna ställer upp på.

– Titta den somnar nästan, snällare hästar får man leta efter, säger Anna Nilsson, djurvårdare.

ANNE KYBJÄR
anne.kybjar@metro.se



Alice Fernerud borstar hästen Järta. FOTO: CHRISTINA BLOM

Djurkurser

- **Var.** Samling vid Plikta i Slottsskogen.
- **När.** Kaninkursen är 5 juni och hästkursen 19 juni, båda pågår kl 15.30–17. **Pris.** Gratis.
- **Tänk på.** Ta på dig oömma kläder, max 10 personer åt gången och rekommenderad ålder är mellan 10 och 13 år. Föranmälan görs en vecka före kursstart på Plikta Parklek.

FILBYTE?

PROVA EXTRA KRÄMIG



EXTRA KRÄMIG RABATTKUPONG

5.- RABATT PÅ EXTRA KRÄMIG FIL

Kupongen är giltig med namnteckning. Gäller vid köp av en valfri Arla Ko® extra krämig fil. Gäller endast en gång per hushåll. Kupongen kan ej kombineras med andra erbjudanden. Giltig t o m 31-08-2012.

Till butiken: Inlöses av Kuponginlösen AB.



Är du en av alla som älskar smaken i vår folkära filmjolk, men önskar en krämigare konsistens som påminner om yoghurt? Då är det dags att byta till extra krämig fil. Den är precis som namnet säger extra krämig, naturligt rik på protein och gjord på mjölk från svenska Arlagårdar. Ha en skön sommar!

på schemat



Här får barnen i Slottsskogen lära sig att sköta hästar. Häst- och kaninkurserna är del i nya Plikta. Emilia Simonovich Abrahamsson, hästen Järta och djurvårdaren Anna Nilsson. FOTO: CHRISTINA BLOM



**SABBA DIN FRISYR
FRÅN 839 KR/MÅN***

Ett bra lån kan ge härlig fartkänsla. Hos FOREX Bank lånar du till bra ränta (från 4,33%*) och utan dolda avgifter. Ansök på www.forex.se eller ring 0771-22 22 21 och få svar direkt. Det ska vara enkelt att njuta av sommaren. Välkommen!

FOREX  BANK

ANSÖK OCH FÅ SVAR DIREKT PÅ FOREX.SE/LAN

* Exemplet bygger på en genomsnittlig månadskostnad för en bil som kostar 70 000 kr med exempelränta 6,47% och 6,67% i effektiv ränta, rak amortering under 9 år och betalning via autogiro. Det sammanlagda beloppet som ska betalas blir 90 569 kr. Räntan är rörlig och sätts individuellt från 4,33%–13,37% (per 15 mars 2012) och bestäms efter kreditprövning.

4% ränta från första kronan. Då kan du spara på riktigt.

Öppna konto på marginalen.se/4procent redan idag.

Räntan gäller fram till den 30 april 2013, därefter växer dina pengar med ordinarie ränta på Högräntekonto (just nu 3,35% rörlig ränta). Sparperioden är 12 månader, gör du uttag innan får du en lägre sparränta (från 3%) på hela kapitalet. Insättningen omfattas av insättningsgarantin.

Insättningsgarantin gäller insatt belopp och upplupen ränta upp till 100 000 euro per kund. Riksgälden betalar ut ersättningen inom tjugo arbetsdagar från den dag då insättningsgarantin trätt in.

marginalen 

God morgon alla

Alla svenska män är världsmästare i grillning. Trots det är tagit myter och halvsanningar som fakta. Så nu, en gång



① Så här ska ett grillspett se ut om du vill visa upp det på Facebook. ② Men om du är intresserad av hur det smakar, låt bara råvaror med samma grilltid dela spett: paprika och lök på ett spett, kyckling och fläskfilé på ett. *Tips* Trä maten luftigt på spettet.

Okej, det här låter kanske helt *crazy*, men testa gärna att grilla något annat än kött i sommar, fisk till exempel. Redskapet du ser på bilden heter *halster*, olja det så fastnar inte fisken.



FEL » Du kan ju inte köra med gasolgrill, det är ju kolgrillen som ger den äkta grillsmaken!« Grillsmaken påverkas inte av värmekällan. Grillsmaken kommer från köttets fett som droppar ned på grillen, förångas och tränger in i köttet. Köttet tar alltså inte smak av kolen. Om du vill smaksätta köttet vid grillningen, lägg fuktiga *hickory spån* ③ i ett perforerat foliepaket på grillen.

▲ *Rapsolja* Om maten fastnar på gallret beror det på att gallret är smutsigt eller att temperaturen är för låg (eller att du grillar magert kött som kyckling). Smörj in det rena gallret med rapsolja (inte olivolja som kan bli beskt). Se till att gallret är varmt innan maten läggs på. Skrapa av gallret efteråt medan det fortfarande är varmt, då lossnar resterna lättare.

① *Direkt grillning* Grilla direkt ovanför värmekällan utan lock. Passar utmärkt när man grillar *korv*, *hamburgare* och skivor av *kött* och *fisk*.

FEL » Jag marinerar med kiwi för då blir köttet *mörare!*« Visst bryter frukter som papaya och kiwi ned köttets enzymer, men för att det ska få någon mätbar effekt måste du i så fall marinera med salt flera dagar innan. *Tips*: Köp mörkt kött!

Använd *alltid* en digital termometer för bästa grillresultat, inte tidsangivelser.

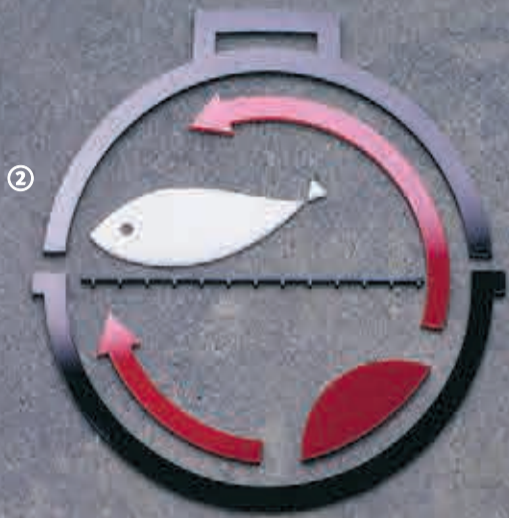
⚠ Tänk på att köttets temperatur fortsätter att stiga med 1-3 grader efter att det tagits från grillen.

Vattenpistol Ett bra grillredskap för att hålla koll på uppflammande lågor och påträngande grannar.



Grill-besserwissers!

många helt ute och cyklar när de grillar eftersom man har för alla, reder vi ut vad som gäller när man grillar.




② **Indirekt grillning** Grilla med lock på (öppna ventiler) och med värmekällan på ena sidan. Maten smaksätts och tillagas från alla håll. Bra till *hel entrecôte, hel kyckling, större fiskfiléer* eller annat som tillagas i mer än 10 minuter.

▲ **Grillkol** Ger glöd snabbt men med något ojämn värme. Har en kortare brinntid.

▲ **Briketter** Tar längre tid att få glöd på men ger jämnare värme och har längre glödtid.

Tips Lägg kol i bara halva grillen. Då får du en del på gallret där maten kan grillas och en del där maten kan vila och eftervärmas.

 Välj **FSC-märkt** kol, de kommer från en skog som sköts på ett ansvarsfullt sätt.

Smaksätt på olika sätt. ① **Rub** Blandade kryddor som jobbas in i köttet *innan* grillningen. ② **Glaze** Penslas på båda sidor *mot slutet* av grillningen. **Grillolja** Penslas på en *halvtimme innan* maten ska grillas. **Marinad** Lägg köttet i marinad minst 1–2 timmar innan det ska grillas, *helst längre*. Har du riktigt fint kött av högsta kvalitet kan ni göra som köttmästarna i Argentina och framhäva köttsmaken med bara lite salt.

FEL » Jag kör alltid oxfilén exakt 2 minuter på varje sida « Stirra dig inte blind på grilltider, se de som generella rekommendationer. Tiderna varierar beroende på typ av kött, dess tjocklek och hur varm grillen är.

FEL » Salta aldrig köttet innan du grillar det, då dras vätskan ur! « Påståendet stämmer, men bara om du saltar mer än 20 minuter innan tillagning. Salta gärna några minuter innan, det gör *inte* köttet torrt, utan bara godare.

▲ **Peppra inte före grillningen**, bränt peppar smakar nämligen bittert.



FEL » Man ska bara vända köttet en gång! « Det där är bara trams.

Det är snarare smart att vända många gånger. Då sänks temperaturen på köttet och ena sidan vilar medan den andra grillas. På så sätt får du en vällagad köttbit som inte är bränd på utsidan och rå på insidan.

FEL » Skapa en grilllyta då sluts porerna och vätskan hålls inne « Det här låter vettigt, i teorin alltså ... Det finns inga studier som visar att kött med en stekt hinna håller vätska bättre än en rå köttbit. Grilllytan ger köttet bara mycket god smak.

 Ladda ner vår grill-app *Grillfest*. Givetvis är den gratis. *Grillfest* finns för Android och iPhone.

På ICA.se/grill har vi massor av grillrecept och tips.

Nu alla världsmästare, gå in på facebook.com/ICA och berätta vad ni tycker om den här idiotiska annonsen.

Lycka till och ha en härlig grillsommar!

”Hjärnan är skitsnabb”



Programledaren och konstnären Karin ”Kakan” Hermansson är med i ett projekt för att sprida information om adhd. FOTO: HENRIC LINDSTEN

Adhd

• **Adhd.** Attention deficit hyperactivity disorder, är en utvecklingsavvikelse som först framträder i barndomen. De dominerande symtomen är bristande uppmärksamhet, koncentrationssvårigheter, överaktivitet

och impulskontrollbrist.

• **5 %.** Enligt Socialstyrelsen har upp till 5 procent av alla barn i skolåldern adhd.

KÄLLA: NATIONALENCYCLOPEDIEN, SOCIALSTYRELSEN.

Adhd. En funktionsnedsättning som kan vara en tillgång i ett cv. Med webbkampanjen Jagharadhd.se vill riksförbundet Attention stärka självförtroendet hos unga med adhd. Diagnosen kan ha sina positiva sidor också.

Attentions kampanj, som drar i gång i dag, har inspirerats av ”It get’s better”, den amerikanska kampanjen för ökad förståelse för hbt-personer, som i Sverige mynnade ut i TV 3-serien ”Livet blir bättre”.

På Jagharadhd.se ska man kunna ladda upp egna filmer med vittnesmål om hur det är att ha adhd, ge tips och råd. Projektet inleds med filmer på tio personer som berättar hur det är att leva med adhd.

En av dem är programledaren och konstnären Karin ”Kakan” Hermansson, 30.

– Jag tror att det här är bra för andra, att kunna se att man kan ha ett fungerande liv. Det behöver inte vara en dålig sak, det har till och med hjälpt mig, säger Kakan Hermansson.

Hon fick diagnosen adhd för två år sedan efter att ha kontaktat en läkare på vård-

centralen. Där föll pusselbitarna på plats.

– Det har varit jobbigt i sociala sammanhang, särskilt när jag gick i skolan. Jag kunde aldrig koncentrera mig, och det skapade mycket ångest. Som tjej passade det inte in att jag tog mycket plats och var impulsiv. Det har stressat mig väldigt hårt. **Du säger att du har haft nytta av din adhd. På vilket sätt?**

– Jag har inte gjort tråkiga saker för att jag inte har kunnat göra det. I stället för att gå en svennig utbildning och blivit ekonom har jag lyssnat på mig själv och gjort det jag velat och tyckt varit kul.

– Jag är impulsiv och hjärnan är skitsnabb. Det blir en bra kombination av att vara smart och rolig. Men det är svårt att veta vad som är adhd och min personlighet.

Hon jobbar också med ungdomar som har adhd på kollo, där hon delar med sig av sina erfarenheter.

– Det är så skuldbelagt att vara annorlunda och behöva gå i specialklasser. Funkar man inte i skolan så klassas man som dum och det ger dåligt självförtroende. Därför ville jag vara med i den här kampanjen.



PETER LINDHOLM
peter.lindholm@metro.se



LÄSARBILD

300 kr

Ladda ner Scoopshot till din smartphone för att skicka bilder till Metro.

Spårvagn och buss krockade

Flera ambulanser skickades till Kvillebäcken sedan en buss och en spårvagn kolliderat strax efter klockan 14 i går. Spårvagnen, som hade omkring 30 passagerare, spårade ur när den kolliderade med bussen, som hade omkring 20 passagerare. Ingen behövdes föras till sjukhus, men olyckan orsakade störningar i framför allt kollektivtrafiken.

METRO. / FOTO: SCOOPSHOT/JOHANNA SJÖHOLM

GÖTEBORGS KULTURKALAS 2012
14-19 AUGUSTI GOTEBORG.COM/KULTURKALASET

GÖTEBORGS KULTURKALAS ÄR ETT SAMARBETE MELLAN GÖTEBORGS STAD, VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN OCH GÖTEBORG & CO SOM ÄVEN PROJEKTLEDER EVENEMANGET.

Många turister återvänder hit

Turism. Andelen privatesor till Sverige ökar, och de flesta turister har varit i landet tidigare.

Majoriteten av de utländska besökarna kommer från våra grannländer Norge, Danmark och Finland, visar en undersökning från Tillväxtverket. Sammanlagt stod de för 10,2 miljoner besök förra året. Den allra största

marknaden är Norge som stod för 22 procent, eller 3,7 miljoner besök.

De vanligaste resmålen är storstadsregionerna Stockholm, Malmö och Göteborg.

– Jag tycker att resultatet bekräftar det man känt på sig, säger Therese Lindberg, projektledare på Tillväxtverket och ansvarig för undersökningen.

Sammanlagt spenderade turisterna 90 miljarder kronor under besöken. Turister

från USA och övriga världen spenderade mest, omkring 15 000 kronor per person, vilket också hänger ihop med hur länge de stannade i landet.

Hela 81 procent av turisterna uppger att de har besökt Sverige tidigare.

– Det är positivt att man återvänder. Det är alltid lättare att marknadsföra sig mot befintlig kund, säger Visit Swedens vd Thomas Brühl.

Ett annat positivt resultat

i undersökningen är att antalet flerdagsbesök har ökat, tycker Thomas Brühl. 65 procent av besöken förra året varade i fler än en dag. När Tillväxtverket senast gjorde en liknande undersökning för tio år sedan var andelen flerdagsbesök betydligt mindre.

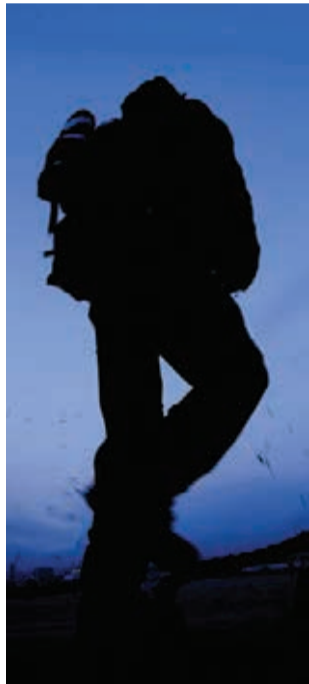
– Det betyder att de som kommer hit nu stannar längre, och därmed gör av med mer pengar, säger Thomas Brühl.

ANNA DE LIMA FAGERLIND/TT



Ett av Sveriges vanligaste resmål är Göteborg. FOTO: LENA GARNOLD

ALLSTUDIER.SE



Intresserad av att göra en insats i Försvarsmakten eller i en frivillig försvarsorganisation?

Välkommen att prova

MILITARY WEEKEND

i Göteborg 15-17/6

www.frivilligutbildning.se

Vid frågor kontakta Claes-Åke Henricsson 070-300 15 79



9 AV TIO FÅR INTRESSANTA JOBB.
SE TILL ATT DET BLIR DU.

www.smhsverige.se

Sälj & Marknadshögskolan
I SAMARBETE MED MERCURI INTERNATIONAL

KUNGÖRELSER



Göteborgs Kommunfullmäktige sammanträder i fullmäktiges sessionssal i Börsbyggnaden, Östra Hamngatan 21, torsdagen den 31 maj 2012, kl. 16.00

Interpellationer

- Anders Sundberg (M) om förbättrade rutiner vid upphandlingar inom Göteborgs Stad
- Theo Papaioannou (VägV) om kostnaden för dubblerad kollektivtrafik

Beslutsärenden

- Fortsatta mål och inriktning för att främja utvecklingen av bilpool i Göteborg
- Förslag till förändrade normer och avgifter för nyttjande av offentlig plats
- Ändring av taxor för parkeringsavgift
- Förslag till ersättningsprincip i kommersiella tomträttsavtal
- Program för utveckling av Göteborgs Stads medborgarservice

Motioner

- Marianne Bergman (KD) och Fouad Rasha (KD) om införande av en headhuntingfunktion för att matcha Göteborgs Stads rekryteringsbehov av framtida medarbetare
- Ann Catrine Fogelgren (FP) och Kjell Björkqvist (FP) om en arkitektävling för bostäder och boendemiljöer för äldre
- Ann Catrine Fogelgren (FP) om att införa intraprenad i äldreomsorgen
- Patrik Ehn (SD) om nya Göta Älvbrons segelfria höjd

Här redovisas ett urval av de ärenden som skall behandlas. Föredragningslistan och samtliga handlingar finns på Stadsledningskontoret, Gustaf Adolfs Torg 4A samt på kommunens hemsida www.goteborg.se fr.o.m tisdagen den 29 maj 2012. Kommunfullmäktiges sammanträden är offentliga. Vid entrén lämnas ut biljetter så länge det finns lediga platser på åhörarläktarna. Sammanträdet sänds i Närradion på 94,9 MHz.

Förverkliga din dröm

Axelsons – en värld av beröring

Massageterapeut

START 8 oktober

Att massera passar dig som vill ha ett fysiskt, kunskapskrävande och mänskligt yrke som är gångbart i hela världen.



Personlig Tränare

START 12 oktober

Som PT med hälsoprofil kan du erbjuda allt från hälsoprofilbedömning (HPB) till kostråd och träningsprogram.

Utbildningen är godkänd av EHFA (European Health & Fitness Association).



Friskvårdskonsult

START 12 oktober

Att arbeta med friskvård handlar om att ta hand om människor medan de är friska, dvs att förebygga ohälsa.



Medicinsk fotvård

START Göteborg 21 maj (fullbokad)
Göteborg 26 nov
Malmö 22 okt

Heltidsutbildning, 22 veckor. Som fotterapeut har du ett fritt yrke där du själv kan bestämma arbetstider och arbetsvillkor.



20 % rabatt vid betalning av hela kursavgiften före 1 juli 2012. Gäller ej Medicinsk fotvård.



QR-kod

Hela kursutbudet. Boka elevbehandling.

www.axelsons.se

Odinsg. 28 • 031-15 26 50 • 08-54 54 59 00



Nyheter i bilder



1 Indien. Många dödades när två tåg krockade vid station

En kollision mellan ett passagerartåg och ett godståg har tagit minst 14 liv och skadat omkring 30 människor i södra Indien. Passagerartåget var på väg till Bangalore, huvudstad i delstaten Karnataka. Krocken skedde vid stationen i Penneconda. **TT** FOTO: AP

2 Makedonien. Mäktig krigare fick egen plats med utsikt

13 meter hög är statyn "Krigare". Sedan i går tronar den imponerande figuren dessutom på en 15 meter hög piedestal i centrala Skopje. Det anonyma namnet till trots sägs statyns drag likna kungen Filip II som regerade i Makedonien 359 till 336 f Kr. **METRO** FOTO: BORIS GRDANOSKI/AP

3 Kanada. Prins Charles och Camilla på besök i Toronto

Prins Charles och hans fru Camilla, hertiginna av Cornwall, besöker Kanada för att fira drottningen Elizabeths diamantjubileum. Här inspekterar Camilla drottningens regemente i Toronto. **METRO** FOTO: AARON VINCENT ELKAIM/AP PHOTO

4 USA. Premiär för privatägd rakettransport till rymden

Den första privatägda rakettransporten till Internationella rymdstationen (ISS) har avgått. Bakom uppskjutningen av raketerna Dragon 9 i Cape Canaveral i Florida, står företaget Space X som skrivit kontrakt med Nasa. Uppskjutningen är en milstolpe för privat rakettrafik. **TT** FOTO: JOHN RAOUX/AP

5 Frankrike. Kraftiga regn dränkte gatorna i fransk stad

Lykterna på den här övergivna bilen lyste fortfarande medan vattenmassorna steg omkring den i Saint-Max, nära Nancy, i går. Kraftiga och plötsliga regn låg bakom översvämningen. **METRO** FOTO: REUTERS

Sydafrika

Fälld för mord på rasistledare

En domstol har fällt en av två personer som stått åtalade för mordet på den militante rasistledaren Eugene Terre'Blanche. Den nu 29-årige svarte lantarbetaren fälls för att ha brutit sig in i Terre'Blanches lantegendom 2010 och därefter mördat rasistledaren. **TT-AFP**

Geert Wilders

Wilders vill stoppa ESM

Den nederländske missnöjespolitikern Geert Wilders har gått till domstol i syfte att stoppa den europeiska räddningsfonden ESM.

En av det nederländska parlamentets kamrar väntas godkänna ESM i dag. **TT-AFP**

Grekland

Stöd på väg till banker i Aten

Greklands fyra största affärsbanker får i veckan kapitaltillskott från eurozonens krisfond EFSF, enligt bankkällor. Det uppges röra sig om 163 miljarder kronor. Från EFSF ska det i framtiden komma ytterligare 23 miljarder euro i stöd till Greklands banker. **TT**

Armenien

Fyra år för spridning av virus

En ryss som hålls ansvarig för cyberattacker mot datorer i hela världen har dömts till fyra års fängelse i Armenien. Omkring 30 miljoner datorer ska ha smittats med datorvirus som följd av hans verksamhet. Han ska själv ha skapat skadlig kod. **TT-AFP**

UD kritiskt till rysk smygbandning

Övervakning. UD reagerar med irritation över uppgifter om hemliga bandinspelningar av utrikesminister Carl Bildts och svenska ambassadtjänstemäns förtroliga samtal med oppositionella i Ryssland.

– Det är ovanligt och rätt gravt att det har skett inspelningar i det fördolda på det här sättet, säger Anders Jörle, presschef på UD.

Som Metro kunde berätta i går uppges en av Rysslands största tidningar, regimvänliga Komsomolskaja Pravda, i en artikel att svenska UD och även den svenska underrättelsetjänsten Must aktivt stöder den ryska oppositionen.

Tidningen refererar till ett smyginspelat samtal mellan Carl Bildt och Alexej Navalnyj, tongivande i den ryska oppositionsrörelsen, på ett museum i Moskva, och bandade samtal mellan två namngivna svenska ambassadtjänstemän och en annan oppositionell ledare,



Metro i går.

Lev Ponomarev.

Utdragen ur samtalen innehåller knappast något komprometterande, men tas av artikelförfattaren som intäkt för att Sverige blandar sig i interna ryska angelägenheter.

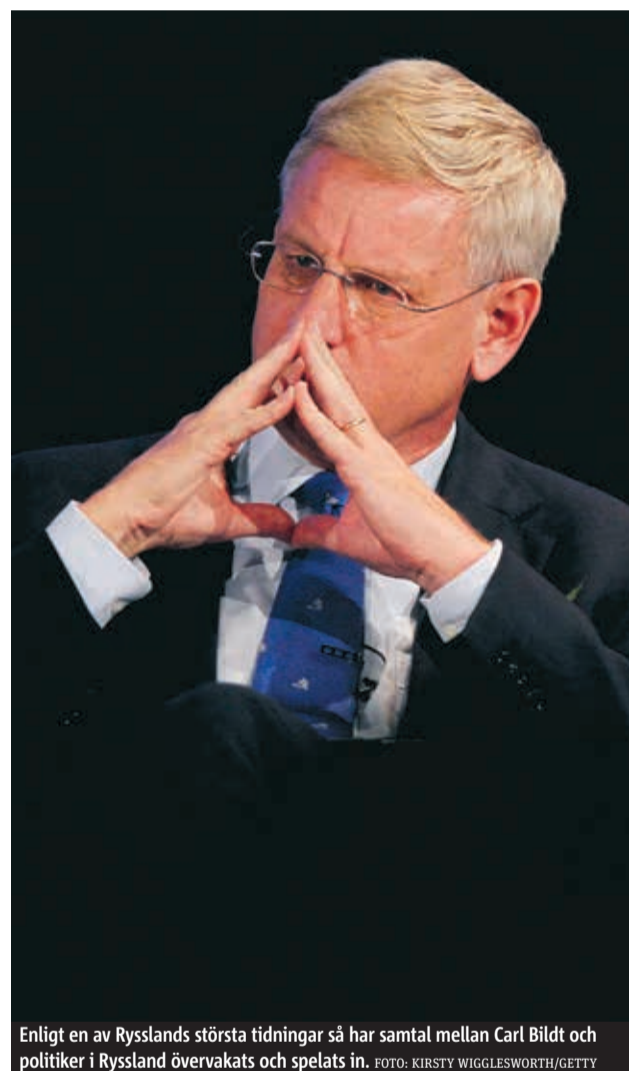
Sveriges ambassad i Moskva avvisade i går via sin hemsida alla "grundlösa påståenden" om att medarbetare skulle ha ägnat sig åt olovlig verksamhet.

Anders Jörle kunde i går inte ge besked om eventuella åtgärder från UD:s sida. **Är det rimligt att dra slutsatsen att FSB, den ryska säkerhetstjänsten, har "planterat" nyheten och även gjort bandinspelningarna?**

– Den slutsatsen kan vi inte dra. Vi måste väl ändå ha utgångspunkten att medierna i Ryssland agerar på ett oberoende och demokratiskt sätt. Eller?



ANDERS GÖRANSSON
anders.goransson@metro.se



Enligt en av Rysslands största tidningar så har samtal mellan Carl Bildt och politiker i Ryssland övervakats och spelats in. FOTO: KIRSTY WIGGLESWORTH/GETTY



I regn och rusk öppnade världens högsta torn för allmänheten i Tokyo i Japan, 634 meter högt, i går. **TT** FOTO: REUTERS/SCANPIX

Frankrike. Hollande går ut hårt inför sitt första EU-toppmöte

Euroobligationer, som skulle ges ut gemensamt av alla eurländer, är inte lösningen på eurozonens problem, enligt tyskarna. Tyskland anser inte ens att frågan bör diskuteras när de 27 EU-ledarna möts i Bryssel. Men Frankrikes nye president François Hollande tänker inte sitta tyst. Euroobligationer är en gammal stridsfråga, som Tyskland och andra länder med goda kreditbetyg hittills har blockerat. För dem innebär gemensamma obligationer troligen dyrare lån. För Grekland, Spanien, Irland och andra krisländer däremot vore de en välkommen hjälp för att få lägre räntor.

Hollande tror även på ett annat slags obligationer för



François Hollande kommer att lansera idén om euroobligationer på sitt första EU-toppmöte. FOTO: AP PHOTO

stora energi-, transport- och bredbandsprojekt, så kallade projektobligationer som EU-kommissionen föreslagit.

Dagens möte är informellt och beslut väntas först på det ordinarie toppmötet i juni. Men Hollande vill inte åka hem tomhänt till den pågående parlamentsvalskampanjen. Lite god politisk vilja förväntar han sig säkert av EU-kollegerna. **TT**

Höj och sänk som du vill.



Välj den Volym som passar dig. Inga öppningsavgifter, inga minutavgifter.

Volym är en helt ny typ av abonnemang som ger dig full kontroll på mobilräkningen. Som ett slags fastpris där du själv sätter priset. Så här funkar det: Du väljer Volym Låg, Mellan eller Hög beroende på hur mycket du använder din telefon. Då får du ett visst antal minuter, SMS och MMS att göra av med. (Surf ingår givetvis också.) Om du exempelvis skaffar Volym Låg för **189 kr/mån kan du prata i 300 minuter och skicka**

300 SMS, vilket är vad de flesta av oss brukar en vanlig månad. Om du upptäcker att du underskattat din förbrukning kan du enkelt gå upp ett snäpp till Volym Mellan. (Då får du **1000 minuter och 1000 SMS för 289 kr/mån.**) Självklart kan du också sänka volymen om du vill. Lika enkelt som på en köksradio. Välkommen till våra butiker, tele2.se eller någon av våra återförsäljare.

Om du förbrukat de minuter/SMS/MMS som ingår i din nivå har du fortsatt ingen öppningsavgift men överskjutande trafik kostar 0:69 kr/min, 0:69 kr/SMS, 0:99 kr/MMS. Betalsamtal, betal-SMS och trafik i utlandet ingår ej. Ej utnyttjade minuter/SMS/MMS kan ej flyttas till nästkommande månad. Uppsägningstid 3 mån. Inträde 99 kr. Lägsta totalkostnad 666 kr (99 kr + 567 kr (189 kr x 3 mån)). Efter utnyttjad surfvolym sänks hastigheten till 64 kbit/s. För mer info, se tele2.se



Välkommen!

SÄTT FÄRG PÅ TILLVARON

Efter en vecka av känslomässig berg-och-dal-bana känner jag mig gråare än någonsin och vill helst av allt gå klädd i svart från topp till tå. Men ... i stället ska jag bära mina tajtaste fodral, måla på mitt rosa läppglans och plocka fram de högsta festklackarna till jobbet. Jag kanske till och med ska slå till på ett par lösögonfransar varje dag, bara för att! Om nyblivna mamman Beyoncé kan – kan jag!, **PETRA TUNGÅRDEN, METROS MODEREDAKTÖR**



Kim Kardashian

"Jag har kurvor och det kommer aldrig att förändras, så det är lika bra att jag börjar tycka om dem."

Kim Kardashian.

MODETOPPEN

Storhetsvansinne. Satsa på hängbar dramatik i vår. Ju mer färg, desto bättre. Låt örhängena sno allt strålkastarljus den här säsongen. Här är fem godbitar till kalaspris som gör vardagen lite roligare.



76 kr
Nelly

150 kr
Weekday

Färgstarkt drama

Butikerna svämmas över av excentriska plagg som snor all uppmärksamhet. Gör som Anna Dello Russo och matcha de iögonfallande kostymbyxorna med en färgenlig kavaj eller gör som bloggerskan Carolina Engman och bryt av byxorna med en sober topp som avdramatiserar färgen en aning! Vad du än väljer – bär färg undertill!



Stilikonen Anna Dello Russo. FOTO: GETTY IMAGES



Nyblivna mamman Beyoncé Knowles. FOTO: ALL OVER PRESS



Modebloggaren Carolina Engman.

Anna Dello Russo

Nyblivna H & M-designern Anna Dello Russo satsade på att framhäva brännan i veckan i sin chockgula kostym som inte gick någon förbi. Gör som Anna och spara inte på krutet – matcha den redan färgstarka kostymen med ännu mera färg och du är hemma!



Beyoncé Knowles

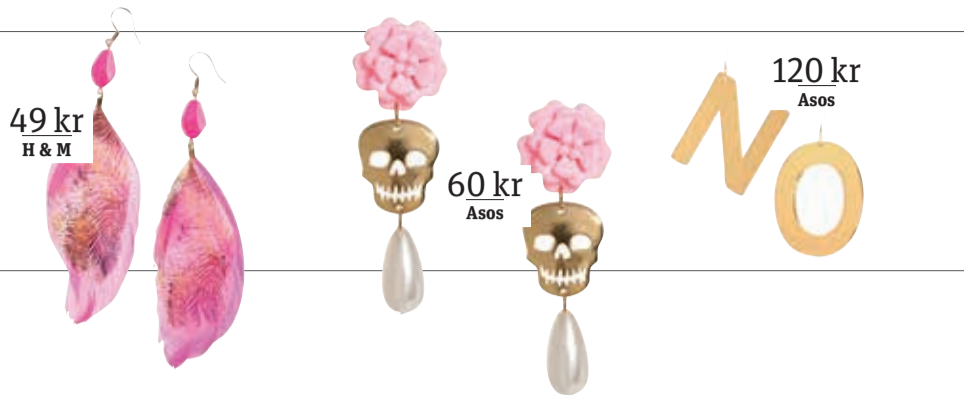
Stilsäkra Beyoncé rockar trenden och matchar sina granna byxor med en lysande rosa neontopp, stor slokhatt och runda glas på nosen. Gör som Beyoncé och anamma trenden i ren Hollywoodstil i vår! Haffa stilen till minipris!



Carolina Engman

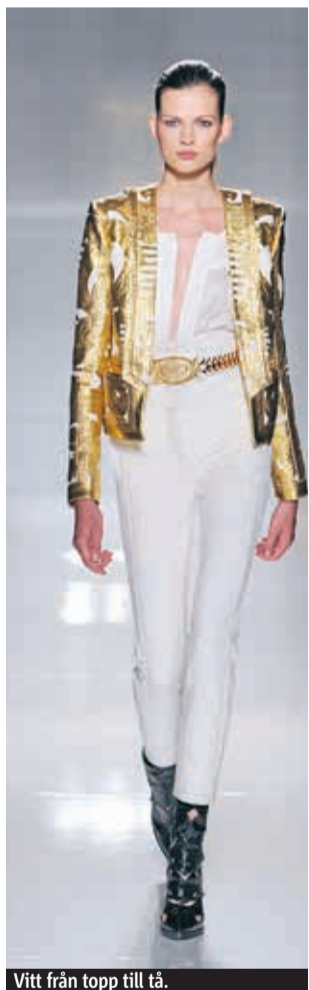
Modefantasten Carolina Engman är en mästare på matchning och vet exakt hur hon ska bryta av de chockorange byxorna, utan att för den sakens skull se tråkig ut. Liva upp vardagsuniformen med ett par knalliga byxor!





Kung av pop

Inspirationskällan stavas kung av pop! Balmains visning andades Elvis från början till slut.



Vitt från topp till tå.



Strösslut med guld.

Det våras för Elvis

Det var inte svårt att se var Balmains nye chefsdesigner Olivier Rousteing hämtat sin inspiration ifrån. Modellerna genomsyrades av plagg i guld och vitt – som tagna från en Elvis-konsert men i modern tappning. Sno stilen lätt – bär vitt från topp till tå och låt accessorierna glittra i guld!

Strass till din stass

Strössla på med guld i vår från armbanden till skorna och midjan! Pimpa din vita skjorta med guldnitar – perfekt budgetknep för den mindre plånboken. Ge dig ut på skattjakt – gräv i mormors smyckeskrin och dränk dig i guld.

Fashionfyndet

Svindlande höjder

Ta ut svängarna i vår och ge dig ut på svindlande höjder. Ju högre, desto bättre! Sky is the limit.

Gångbart

Se till att investera i ett par skor med hög plåtå som dämpar fotont och gör det möjligt att gå i styltorna hela dagen.

Lackat och klart

Den perfekta festdojan är lackad! Vilket gör långa nätter på dansgolvet lätta att torka bort och oförsiktiga killar med dålig motorik mer förlåtande.



498 kr
Have2Have

UNDER
500 KR

Boka höstkonferensen och bli först!

Den 13 augusti öppnar vårt nya klimat-smarta hotell som följer naturens skiftningar samt drivs av solpaneler, solceller och bergvärme. Vi har nu 260 bäddar, möteslokaler från 2-245 personer och maten som ni avnjuter kommer från Sveriges bönder och är ekologisk och närodlat. Till maten serverar vi vårt eget vatten (det finns även andra drycker).

Sånga Säby
HOTELL & KONFERENS

*Sånga-Säby, vid Mälarens strand, 35 km från Stockholms City, nära Bromma flygplats.
Tel 08-560 480 00. www.sanga-saby.se*

4potentials

GENERÖS HJÄLPSAM

HJÄLTE MOTIVERANDE

HAR DU SVERIGES MEST INSPIRERANDE KOLLEGA?

Finns det en särskild person som gör din arbetsdag lite enklare, lite roligare eller helt enkelt sporrar dig till att göra ett bättre arbete? Då borde du nominera honom eller henne till Metros och 4potentials tävling Årets mest inspirerande medarbetare!

Läs mer på www.metrojobb.se

metrojobb.se

Läsplattan – en Ipad för kulturkoftorna

Läsplattorna imponerar inte med många färger och högupplösta pekskärmar. Men med Iriver kan du låna böcker gratis, utan att behöva gå till biblioteket.

Åsikt

ARON ANDERSSON

Metros pryl-expert



1987 ringde och ville ha sin svartvita grafik tillbaka?

Lägg ägg. Detta är ju en läsplatta. Med e-papper. Det är en alldeles utmärkt skärmteknik för syftet: att läsa böcker.

Åh, jag har redan en surfplatta – jag behöver ingen läsplatta?

Det är sant att du kommer åt samma böcker i surfplattan. Men läsplattans fördelar är många: priset, batteritiden och vikten, för att nämna några.

Men visst är digitala böcker lika dyra som att köpa dem "på riktigt"?

Ja, det är dyrt. Fräckt då att den här läsplattan låter dig låna böcker gratis från biblioteket, utan att du ens behöver gå dit. Allt som behövs är ett bibliotekskort.

Tufft. Men då kan jag ju inte ställa böckerna i min skrytsamma bokhylla där hemma?

Du slipper också släpa med alla tunga böcker på semestern. De följer med i plattan. "Jag är Zlatan" väger alltså lika tungt som "På spaning efter den tid som flytt". Vem hade någonsin trott det?

I en mening?

Kulturkoftornas Ipad-alternativ.

METRO TESTAR



Med en läsplatta slipper du känka på Zlatans bok. Och den svartvita skärmen ser till att batteritiden är lång. FOTO: KLARA LEO

In i minsta detalj

Iriver Story HD Wifi bibliotek

- Pris. 1 590 kronor.
- Betyg.
- Skärm. 6 tum. 16-steps gräskala.
- Mått. 125,7 x 190,4 x 9,3 mm.
- Vikt. 208 gram.
- Lagringsutrymme. 2 GB.

Topp & Stopp!

METRO GILLAR

Behändig. Den väger knappt något, och rymmer samtidigt otroligt många böcker. Perfekt för resan, du blir aldrig trött i armen.

Omständlig. Avsaknaden av pekskärm gör att du tvingas förlita dig på knapparna, vilket redan känns som ett ålderdomligt navigeringsätt.

METRO OGILLAR



Nu kan du låna böcker gratis – direkt i plattan. FOTO: KLARA LEO

Pryllytt

SLADDAR OCH KONSOLER

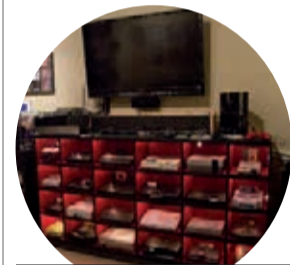
På Metro.se/prylbloggen kan du läsa om de senaste prylarna



Nästan alla laddar på natten.

(S)LADDA I MÖRKRET

Den här sladden börjar lysa så fort du rör vid den. På det viset kan du koppla in den även i mörkret. Cordlite består bara på projektstadiet än så länge men idén är naturligtvis genial.



Fin samling av spelkonsoler.

HAN HAR ALLA KONSOLER

Vet knappt något tråkigare än bilder på folks hemmabio-anläggningar och spelkonsoler. Som OM vi bryr oss liksom? Men jag kan inte låta bli att avundas den här samlingen.



Fler nyheter på metro.se/prylbloggen

Kanonpris!

Bra Somarmöbler

6.995,-

Modulsoffa inkl. dynor
Finns även i svart konstrotting!
3 hörn, 2 mitt och bord 65x65 cm inkl. dyna & glas.

Kundtjänst 031-744 11 11
shop.brasommobler.se

Hisingen: Lundbyhamn gata 42 G.a Riksvägen 151 (vid Nya SVT-Huset)

Källered: (vid Husvagn-Svensson)

Kan du slippa glasögon och linser?

- Just nu gratis förundersökning

Till och med 31 maj erbjuder vi en gratis förundersökning som visar om vi kan behandla ditt synfel och i så fall vilken behandling som passar dig. När du gjort din behandling får du även ett par solglasögon från Ray-Ban. Ta ett första steg mot ett liv utan glasögon och linser nu!

GENUINE SINCE 1937

Carolina Klüft gjorde sin behandling hos Memira.
"Det är fantastiskt att slippa glasögon och linser"

Från
622 kr
per månad

Ring Memira på 020 - 61 62 00 för personlig rådgivning. Vi har kliniker över hela Sverige och finns nära dig.

memira®

Ledande inom ögonlaser



svensson

God morgon eller bara morgon?

En stad som sträcker på sig och sakta vaknar till liv. Din första kopp kaffe, en stunds njutning bara för dig själv. Eller det där kaffet du måste ha.

Nu har vi en ny fyllig espressoblandning, färskmald i butik. Kom in på en skummad caffè latte, en karaktärsfull espresso eller en kopp äkta svenskt bryggkaffe. Varmt välkommen.

2

SPORT



Fotboll

Tre mål av Press sänkte Linköping

Inför årets damallsvenska säsong värvade Linköping stort och skulle utmana om SM-guldet. Men i går var Göteborg överlägset på Valhalla IP och vann med hela 6-0, efter tre mål av amerikanskan Christen Press (bilden). Segern innebär att Göteborg gick upp på fjärde plats. **METRO**



Friidrott

"Jag vill inte ge upp London, men jag vill heller inte ta några risker."

En av friidrottens största stjärnor, höjdhopparen Blanka Vlasic, kan tvingas stå över OS. Skadedrabbade Vlasic är dubbel inomhusvärldsmästare och regerande OS-silvermedaljör. Med 2,08 är hon den kvinna som hoppat näst högst i världen genom tiderna. Om Vlasic missar London-spelen försvinner den kanske tuffaste konkurrenten för Ebba Jungmark och Emma Green. **TT**



Sarah Sjöström tog guld på 50 meter fjärlid vid sim-EM i Debrecen. I dag jagar hon fler medaljer. //JENS L'ESTRADE/SCANPIX

EM-guld för OS-hoppet Sjöström

Simning. Först enkelt till EM-final på 100 meter fritt. Sedan EM-guld och personligt rekord på 50 meter fjärlid. Och allt inom loppet av drygt tolv minuter. "Jag är jätteglad," säger Sarah Sjöström.

Inför EM i Debrecen var hon i valet eller kvalet: Åka eller precis som så många andra ett OS-år – välja att står över tävlingen?

Hon åkte och halvvägs har allt gått planenligt, till och med lite bättre.

– Det var en hyfsat överraskande tid (25,64) Jag är jättenöjd med den.

För att det skulle bli svenskt guld på 50 meter fjärlid var ingen större sensation. Tiden däremot imponerade då det inte bara var personbästa med två hundra delar utan också näst snabbast i år. Och det i ett läge då Sjöström har långt till toppformen och dessutom bara hade tolv minuters vila före loppet då hon tidigare på kvällen simmade semifinal på 100 m fritt (femte snabbaste tid).

– Det är absolut inte tillräckligt för att återhämta sig. Skulle jag fått vila hade det gått ännu snabbare.

– Det är här ju inte en OS-distans men jag är ändå väldigt glad. Kan jag simma snabbt på 50 så kan jag simma snabbt på 100 också.

I dag simmar hon final på 100 meter fritt. **TT**



Sarah Sjöström

• **Född.** 17 augusti 1993 i Salem.

• **Tränare.** Carl Jenner.

• **Meriter, lång bana.** VM-guld 100 m fjärlid (2009), EM-guld 50 m fjärlid (2012), 100 m fjärlid (2010 och 2008), EM-silver, lagkapp, 4x50 m fritt (2008), EM-brons, lagkapp 4x100 m fritt (2010). **TT**

Ishockey

Klasen lämnar Malmö för Luleå

Ishockeyforwarden Linus Klasen har skrivit på för två år med Luleå, uppger klubben i ett pressmeddelande.

Klasen spelade förra säsongen i allsvenska Malmö, där han gjorde 50 poäng. **TT**

Skytte

Nytt EM-guld för pricksäker Dahlby

Skytten Håkan Dahlby var överlägsen och vann guld i dubbeltrap i lerduve-EM på Cypern.

– Han gav dem ingen pardon i finalen. Han sopade banan med dem, säger förbundskaptenen Claes Johansson. **TT**

Handboll

41

Om handbollsdamerna misslyckas i OS går det i alla fall inte att skylla på förberedelserna. 41 dagar ska laget vara tillsammans fram till OS-premiären den 28 juli. I dag reser landslaget till den turkiska Antalya för ett läger, det första av fem läger i fyra olika länder. "Spännande att få den här chansen", säger förbundskapten Per Johansson. **TT**

Fotboll. Bengalerna blir kostsamma: "Kommer ställa dem ansvariga"

Bengaliska eldar på läktarna störde derbyt mellan Gais och IFK Göteborg.

Och det kan bli dyrt för gästande IFK, som hade ansvar för den egna supporterläktaren.

– Det är svårt att förneka att det var där som bengalerna tändes, säger Kent Olsson, IFK:s ordförande.

Klubben arbetar nu, i samarbete med polisen, med att identifiera de skyldiga genom att bland annat titta igenom filmer.

– Arenakamerorna har i princip passfotoskärpa, säger Kent Olsson.

De som identifieras kommer att stängas av.

– Vi kommer att ställa



Bengaler på IFK-sektionen under derbyt mot Gais //ADAM IHSE/SCANPIX

dem ansvariga, de kommer att få betala böterna, säger IFK:s säkerhetsansvarige Tommie Elgestål till gp.se.

Kent Olsson uppskattar att bötesbeloppet, när förbundets disciplinnämnd sagt sitt, kan bli 50 000–100 000 kronor. **TT**

Skadebekymmer i Blåvitt

"Det ser inte bra ut för Hjalmar. Det är främre lårmuskeln som är skadad."

IFK Göteborgs sjukgymnast Fredrik Larsson. Blåvitt drabbades av två lårsador i måndagens derby mot Gais. Vårst är läget för den isländske landslagsmittbacken Hjalmar Jonsson som kan bli borta i flera månader, enligt sportbladet.se. Vänsterbacken och U21-landslagsmannen Mikael Dyrestam slog upp en gammal skada. Göteborg hoppas att han kan spela igen efter EM-uppehållet. **TT**

Fotboll. Spekulationerna är över – "The special one" stannar i Madrid

Jose Mourinho har förlängt sitt kontrakt med Real Madrid i ytterligare två år och stannar därmed till juni 2016. Det uppger den spanska fotbollsklubben på sin webbplats.

Den 49-åriga portugisen kom till Real Madrid 2010 och hans tidigare kontrakt gick ut 2014. Han förde den gångna säsongen Real till seger i den spanska ligan för första gången sedan 2008, men i Champions

League blev det respass i semifinalen mot Bayern München.

Mourinho, kallad "The special one", har tidigare blivit Champions League-mästare med både Porto och Inter.

I en intervju i den spanska sporttidningen AS, kallar Real-stjärnan Cristiano Ronaldo honom för "världens bästa tränare".

– För min karriär är det perfekt att få fortsätta med honom, för han hjälper mig att utvecklas, säger anfallsstjärnan. **TT**



Ronaldo summerar säsongen

"Real Madrid får en nia och jag själv får en tia för årets insats."

Cristiano Ronaldo till Marca enligt aftonbladet.se. Real Madrid bröt Barcelonas dominans i den spanska ligan, men åkte ur Champions league i semifinalen. Ronaldo gjorde 46 ligamål – fyra färre än Lionel Messi. **TT**

Resultat

Fotboll Damallsvenskan
Göteborg-Linköping..... 6-0 (3-0)
1-0 Lisa Ek (5), 2-0 Christen Press (35),
3-0 Christen Press (43), 4-0 Sara Lindén
(47), 5-0 Christen Press (58), 6-0 Linnea
Liljegård (63). Publik: 680.

Tyresö	7	5	0	2	19-	5	15
Malmö	7	5	0	2	22-	9	15
Vittsjö	7	5	0	2	16-	12	15
Göteborg	7	4	1	2	22-	10	13
Kristianstad	7	4	1	2	14-	13	13
Piteå	7	3	1	3	13-	10	10
Jitex BK	7	2	3	2	13-	14	9
Umeå IK	7	2	2	3	10-	16	8

Linköping	7	1	4	2	4-	12	7
Kif Örebro	7	2	1	4	6-	19	7
AIK	7	1	1	5	5-	12	4
Djurgården	7	1	0	6	3-	15	3

Speedway Elitserien
Hammarby-Piraterna..... 31-59
Vargarna-Dackarna..... 42-48
Vetlanda-Västervik..... 57-33

Ishockey Stanley Cup
Semifinal 4:7:
N Jersey-NY Rangers.. 4-1 (2-0, 0-0, 2-1)
• 2-2 i matcher.

pling

Din guide till kollektivtrafiken

Tipsa Pling: e-post: pling@vasttrafik.se

Västtrafik: Har du frågor om tider, priser och biljetter eller vill lämna synpunkter på kollektivtrafiken – ring: 0771-41 43 00

Västtrafik
Box 405, 401 26 Göteborg
www.vasttrafik.se

Produktion: www.newsroom.se



trafiknytt

NY I kväll till och med fredag, från klockan 22.00 tills spårvagnarna slutar gå för natten kan inga vagnar köra via Lilla Bommen på grund av ett arbete. Linje 5 kör i stället via Nordstan.

Hållplatserna Fars hatt och Kexfabriken är indragna mellan klockan 22.05 och 04.30 till och med fredag samt under samma tider 28 maj–1 juni, på grund av målningsarbeten på Bohusbron (mellan Eriksdal och Fars hatt). Resenärer hänvisas i stället till hållplatserna Eriksdal och Kungälv busstation. Vid hållplats Eriksdal stannar bussarna mot Kungälv i stället vid hållplatsläge E och från Kungälv vid läge D. Berörda linjer är: 39, 401 och Grön express.

Linje 401 kör nu ordinarie linjesträckning mellan Bohus centrum och Eriksdal. Det innebär att avgångstiden från Bohus centrum är 12 minuter efter angiven avgångstid i tidtabellen och att ankomsttiden till Bohus centrum är 12 minuter före angiven ankomsttid i tidtabell.

Linjerna 511 och 616 stannar inte längre vid huvudterminalen inrikes/utrikes på Landvetter flygplats. Detta beror på de avgifter som luftfartsverket Swedavia tar ut för bussar som stannar där. Bussarna kommer även fortsättningsvis att stanna vid TNT (godset) och Landvetterhotellet.



Upptäck Göteborg från spårvagnen.

Ladda ner vår app och få en guidad tur direkt i mobilen.

Med fokus på det friska

Ia hjälper unga med funktionshinder till aktiv fritid

Barnen och ungdomarna kommer med färdtjänst och på bryggan står deras rullstolar på rad men i jollen ute på havet seglar de lika fritt som sina kompisar utan funktionsnedsättning.

– Jag tycker att alla barn och ungdomar ska ha samma möjligheter till en aktiv fritid, säger Ia Kjellsdotter.

Dagens resenär

Ia Kjellsdotter har byggt upp den ideella organisationen Passalen som arbetar med att bygga upp integrerade fritidsarenor där barn och ungdomar har möjlighet att vara med oavsett funktionsnedsättning.

På måndag medverkar Ia Kjellsdotter på en temadag kring barn med funktionsnedsättning på Dalheimers hus. Då berättar hon om projektet "Fritid för alla" som drivs i samarbete med idrotts- och föreningsförvaltningen, Göteborgs stad och Passalen.

– Då kan de barn som vill prova på att segla med våra jollar i bassängen på Dalheimers hus.

Assistentjobb väckte tankar

Ia Kjellsdotter är född och uppvuxen i Göteborg och är fritidsledare med en högskoleutbildning inom pedagogik och psykologi. Hon har även arbetat som personlig assistent och det var då hennes tankar kring integrerad fritidsverksamhet för barn och ungdomar startade.

– Tjejen som jag var assistent åt hade många vänner utan funktionsnedsättning, men jag upplevde att det ofta var svårt för henne att hänga med dem på olika aktiviteter och umgås på fritiden. Och ju äldre hon blev desto svårare blev det och hon blev mer och mer separerad från sina skolkamrater.

Därför startade Ia Passalen 2006, en organisation där barn och ungdomar med eller utan funktionsnedsättningar skulle kunna umgås och göra olika aktiviteter tillsammans.

– Vi fokuserar på det friska. Ofta får de hjälp med så mycket i sin vardag med allt från att gå på toa till att förflytta sig så det är en fantastisk känsla för dem att obehindrat segla tillsammans med andra barn.

Anpassning betyder mycket

De flesta av barnen och ungdomarna åker färdtjänst men några av dem kommer med den vanliga kollektivtrafiken.

– En sådan enkel sak kan betyda väldigt mycket. Tänk om klassen ska göra en utflykt och alla åker med spårvagnen utom en elev som måste åka färdtjänst. Därför är det väldigt bra att kollektiv-

personligt

IA KJELSDOTTER

Ålder: 35 år.

Familj: Stor familj och många vänner.

Bor: Långedrag.

Yrke: Social entreprenör.

Färdsätt: Går, cyklar och kör bil.

Intressen: Mäniskor, segling, dans, resor och att skriva.

Läser: Fackböcker och forskningsrapporter om barns utveckling.

Lyssnar på: Just nu Laleh.

fakta

TEMADAG 28/5

På måndag den 28 maj arrangeras en temadag kring barn och funktionsnedsättning i Dalheimers Hus. Konferensen är ett samarbete mellan HSO, Dalheimers Hus/Social resursförvaltning och Länsstyrelsen i Västra Götaland. Dagen innehåller föreläsningar, seminarier, utställningar och aktiviteter för barn. Temadagen är öppen för alla, barn med funktionshinder, föräldrar, syskon och andra intresserade. Det kostar inget att delta men du behöver göra en anmälan senast på fredag.

För program och mer information se: www.gbg.hso.se



Möjligheter som stärker självkänslan. Ia Kjellsdotter driver Passalen som bland annat ordnar seglarskola för barn och ungdomar både med och utan funktionsnedsättningar.

FOTO: JEANETTE LARSSON

trafiken nu anpassas för att alla ska kunna åka med så att även den med till exempel rullstol kan få åka tillsammans med sina klasskamrater.

Umgås med andra skapar glädje

Passalen erbjuder även en rad andra olika fritidsaktiviteter som musikverksamhet, körsång, dans, teater, konst och gemen-

samma museibesök med mera.

– Vi arbetar för fler och fler integrerade arenor där barn och ungdomar med funktionsnedsättningar ska kunna möta andra barn. Det är otroligt roligt att se deras glädje över att självständigt kunna umgås med andra barn.

Erica Holm

3 NÖJE

**TEMA:
FESTIVAL**


Det svenska 90-talsbandet Refused spelar på Way Out West tillsammans med bland andra First Aid Kit, Florence + the Machine och Frank Ocean. FOTO: FRAZER HARRISON/GETTY IMAGES

90-talet är soundtrack till årets festivalsommar

Sommar. Damma av tältet eller boka hotellrum. Snart drar årets festivalsäsong i gång. Metro guidar dig till sommarens bästa festivaler – oavsett om du väljer traditionellt campingliv på Sweden Rock Festival eller lockas av en stadsfestival som Way Out West.

Festivalsommaren står för dörren och tjuvstartar redan på fredag med Dans Dakar i

Stockholm. Veckan därpå äger Siesta! rum i Hässleholm (31 maj–2 juni) och Summerburst arrangeras i Göteborg (1–2 juni). Den 14 juni inleds årets Hultsfreds-festival. Där finns flera "gamla" band på bokningslistan som The Cure, forne Guns N' Roses-gitarristen Slash och engelska The Stone Roses – som gör sin enda Sverigespelning i år på festivalen. Även Garbage, som slog igenom i mitten av 90-talet, gör en stopp i Smålands skogar under sin första turné på sju år.

De har spelat på Hultsfreds-festivalen tidigare och ett minne har etsat sig fast i trummisen Butch Vigs minne:

–Jag minns att när vi kom till Hultsfred hade någon en båt. Det fanns en sjö där som vi åkte ut på och det var hur vackert som helst. Om någon kommer med en båt i år så är jag redo att åka, det blir kul, säger han.

Sommaren avrundas med Way Out West den 9–11 augusti. Göteborgsfestivalen har laddat upp med bokningar som spänner över flera genrer.

En av de största snackisarna har varit att Refused – som återförenats efter 14 år – ska spela i Slottsskogen. Ett annat stort dragplåster är brittiska Blur – som även de är återförenade.

Förutom de två 90-talsban-

den spelar bland andra brittiska Florence + the Machine, det amerikanska bluesrockbandet The Black Keys och kollektivet OFWGKTA, där sångaren Frank Ocean också ska göra en egen spelning.

Även det elektroniska popbandet Hot Chip dyker upp. Den 13 juni släpper de skivan "In our heads". Trummisen Felix Martin hoppas att publiken hinner lyssna in sig på den.

–Vi kommer inte bara att spela låtar från nya skivan men ju fler nya låtar vi kan spela, desto roligare, säger han till Metro.

EMMA BJÖRKMAN
emma.bjorkman@metro.se



Shirley Manson från Garbage kommer till Hultsfred. FOTO: KATY WINN/AP PHOTO

Politisk

"Jag kan inte springa runt och dricka piña coladas vid en pool när sånt här händer omkring mig."

Eurovision Song Contest-aktuella Loreen till Aftonbladet om varför hon kritiserar regimen i Azerbajdzjan och stöttar journalisten Aytan Mammadova som avlyssnas av regimen. METRO

Metro listar: Här är tio av Sveriges bästa festivaler



Eric Prydz. FOTO: ALL OVER PRESS

Dans Dakar

1 När: 25–26 maj.
Var: Stockholm.
Artister: Paul Kalkbrenner, Familjen, Eric Prydz, Digitalism, Mumbai Science, Hannah Holland, Cassius.



David Guetta. FOTO: SCANPIX

Summerburst

2 När: 1–2 juni och 15–16 juni.
Var: I Göteborg respektive Stockholm.
Artister: Deadmau5, Avicii, Calvin Harris (i Göteborg), Tiësto, David Guetta, Sebastian Ingrosso (i Stockholm).



Mötley Crüe. FOTO: SCANPIX

Sweden Rock Festival

3 När: 6–9 juni.
Var: Sölvesborg.
Artister: Mötley Crüe, Twisted Sister, King Diamond, Dimmu Borgir, Sepultura, Entombed, Crucified Barbara.



The Cure. FOTO: SCANPIX

Hultsfredsfestivalen

4 När: 14–16 juni.
Var: Hultsfred.
Artister: The Cure, The Stone Roses, Justice, Marina and the Diamonds, M83, Anna Ternheim, Den Svenska Björnstammen.



Veronica Maggio. FOTO: SCANPIX

Peace & Love

5 När: 26–30 juni.
Var: Borlänge.
Artister: Rihanna, Skrillex, Lars Winnerbäck, Veronica Maggio, Laleh, The Shins, Dada Life.



Manowar. FOTO: ALL OVER PRESS

Getaway Rock

6 När: 5–7 juli.
Var: I Gävle.
Artister: Manowar, Yngwie Malmsteen, Nightwish, Raised Fist, Meshuggah, Mustasch, Amon Amarth.



Kapten Röd. FOTO: SCANPIX

Emmabodafestivalen

7 När: 25–28 juli.
Var: Emmaboda.
Artister: Crystal Castles, Steve Aoki, Mr Oizo, Bob hund, Maskinen, A-Trak, Kapten Röd, Jospresen.



Patti Smith. FOTO: SCANPIX

Storsjöyan

8 När: 25–28 juli.
Var: Östersund.
Artister: Patti Smith, Glasvegas, The Hives, Rebecca & Fiona, Eldkvarn, Kaizers Orchestra, Icona Pop, Joel Alme.



Björk. FOTO: GETTY IMAGES

Stockholm Music & Arts

9 När: 2–5 augusti.
Var: Stockholm.
Artister: Antony and the Johnsons, Marianne Faithfull, Emmylou Harris, Björk, Frida Hyvönen, Anna von Hausswolff, Patti Smith.



Frank Ocean. FOTO: GETTY IMAGES

Way Out West

10 När: 9–11 augusti.
Var: Göteborg.
Artister: Blur, Florence + the Machine, Frank Ocean, OFWGKTA, A\$AP Rocky, First Aid Kit, Feist, Wilco, Korallreven.



Rihanna kommer till Peace & Love i Borlänge i juni.

1 dag kvar...

Musikanten
Allt i musik

Utmarksvägen 14
Kungälv 0303-17830

Utbildning i Göteborg till

DIPLOMERAD MASSAGETERAPEUT

Skaffa dig ett nytt yrke eller något att arbeta med vid sidan av. Goda förtjänstmöjligheter. Föreläsning och praktik lördagar och söndagar eller vardagar. Utbildningen är godkänd av Branschrådet Svensk Massage och Kroppsterapeuternas Yrkesförbund. Kursstart 15 sept 2012. Begränsat deltagarantal.

För kostnadsfritt prospekt ring 031-814 816



HÄLSOTEKET
akademien för medicinska utbildningar

Spela
lagom!

DIN MAMMA ÄR GULD VÄRD

BOKA MORS DAGSPAKET

KASINOENTRÉ
TRERÄTTERS MIDDAG
MORS DAGPRESENT

345 KR/PERS

MORS DAG 27 MAJ

CASINO COSMOPOL

PACKHUSPLATSEN 7 • ÖPPET ALLA DAGAR 11.30-05 • 031-333 55 00
 ÅLDERSGRÄNS 20 ÅR • ALLA VISAR ID • CASINOCOSMOPOL.SE



cesar MILLAN LIVE
turné 2012

EN HELT NY SHOW
TRUST YOUR INSTINCTS TOUR

24/5/2012 GÖTEBORG SCANDINAVIUM

Världens mest kände hundtränare, författare och TV-stjärna med det egna programmet "Mannen som talar med hundar" kommer till Göteborg med en helt ny show. Missa inte chansen att se hur Cesar gör när han arbetar med styrkan i en hunds instinkt, energi och kroppspråk. Se hur han löser dagliga problem och lär dig förstå vad en hunds aggressivitet kan betyda.

KÖP
BILJETTER

LiveNation.se, Got Event Biljett Scandinavium
031-81 10 20, Tinet 077-170 70 70 samt Tinet-ombud. Ingen försäljning via ATG-ombud.



DEN NYA TURNÉN KOMMER TILL SVERIGE!

OBS! Ta inte med dig din hund till showen. Endast ledarhundar är tillåtna. Cesar talar engelska.

BILJETTERNA FINNS UTE TILL FÖRSÄLJNING!

LIVE NATION

Köp dina biljetter på LIVENATION.SE

FÖR MER INFORMATION: WWW.CESARMILLANLIVE.COM

”VI HAR EN OVANLIGT FIN FESTIVALSOMMAR FRAMFÖR OSS”

Experter. Metro har frågat sex musikexperter om vad de ser mest fram emot under festivalsommaren som kommer. Medan Per Sinding-Larsen ser mest framemot vad som händer när ASAP Rocky spelar på Way Out West längtar Annah Björk till Bat for Lashes på Hultsfredsfestivalen. **EMMA BJÖRKMÄN**

**TEMA:
FESTIVAL**



PETER LINDHOLM
METROS MUSIKREDAKTÖR



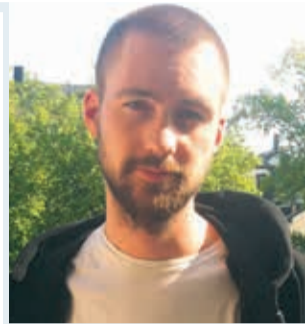
PER SINDING-LARSEN
REDAKTÖR PÅ PSL PÅ SVT.SE



ROBBAN BECIROVIC
CHEFREDAKTÖR PÅ CLOSE-UP MAGAZINE



LINDA NORDEEMAN
MUSIKREDAKTÖR I P 3



ALEXANDER KIHSTRÖM
MUSIKREDAKTÖR PÅ KINGSIZE MAGAZINE



ANNAH BJÖRK
MUSIKJOURNALIST PÅ
EXPRESSEN OCH REDAKTÖR
PÅ BON

Vad ser du mest fram emot under den svenska festivalsommaren 2012?

”Willy Moon, en brylcrème-slickad nyzeeländare i 50-talskostym som låter Bo Diddley kollidera med Wu-Tang Clan, på Hultsfredsfestivalen! Men eftersom jag satsar på Way Out West i år hoppas jag förstås på lysande framträdanden där av Feist och Frank Ocean. Favoriten Death Grips har tyvärr ställt in.”

”Vi har en ovanligt fin festivalsommar framför oss. Från Knarrholmen till Hultsfred och Way Out West via nya musik- och konstfesten i Stockholm. Men helst vill jag dansa på Dans Dakar och Summerburst. En artist jag ser framemot är ASAP Rocky på Way Out West. I Austin blev det slagsmål och pistoler i luften. Vad händer i Slottsskogen när bästa hiphopen kommer hit?”

”Metaltown Varför? Slaaaaaayer!”

Robban Becirovic ser fram emot en sommar med Slayer.



”Det blir Dans Dakar nu i helgen som jag är mest pepp på faktiskt! Känns oerhört exklusivt, fräscht och varierat. Stor eloge till att de valt att lyfta fram fler kvinnliga DJ:ar och artister i utbudet.”

”Jag ser mest framemot Way Out West. Jag har aldrig varit där och det kommer att bli kul. Jag ser väldigt mycket fram emot att se Frank Ocean. Det känns som att framtiden är hans, han har hajpen och talangen. Det ska bli kul att se hur han är live.”

”Jag ser allra mest fram emot att se Bat for Lashes på Hultsfred, att besöka Peace & Love-festivalen för första gången (Rihanna!), att se om Way Out West får ordning på sin klubbdel så att inte halva festivalprogrammet försvinner och att kryssa mellan olika scener i rosa gummistövlar och dela hela festivalkänslan med resten av festivalbesökarna.”

Sång från andra sidan. Whitney Houstons sista inspelning släppt

Det som kom att bli Whitney Houstons sista inspelning har nu släppts. Det handlar om en duett med Jordin Sparks som vann den amerikanska versionen av ”Idol” 2007, och den discoinspirerade låten bär titeln ”Celebrate”, skriver People.

Låten är hämtad ur det kommande musikal-dramat ”Sparkle”, där Whitney Houston även gör sin sista filmroll.

”Sparkle” är en nyversion av 1976 års film med samma namn och beskrivs som en Supremes-liknande berättelse om tre systrar som kämpar med berömmelse och droger.

I filmen spelar Houston mamman till systrarna och



Whitney Houston avled i februari i år. FOTO: EVAN AGOSTINI/AP PHOTO

Sparks en av döttrarna. Filmen går upp på bio i höst.

Whitney Houston avled i februari på ett hotell i Los Angeles, 48 år gammal. Hon hade spår av kokain och andra droger i kroppen, och dog av drunkning. **TT SPEKTRA**

Filmby

Till salu: Byn från ”Hunger games”

Har du i runda slängar nio miljoner kronor över? Och är sugen på att äga en egen by? Grattis – då finns möjligheten att köpa Henry River Mill Village i North Carolina, byn som användes för att gestalta Distrikt 12 i filmen ”The hunger games”, skriver BBC.

Den övergivna byn ägs av en privatperson och består av 22 hus med tillhörande mark. **TT SPEKTRA**

Nyttappning

Tom Cruise klar för västernfilm

John Sturges klassiska 1960-talsvästern ”7 vågade livet” kan göras på nytt, den här gången med Tom Cruise i en av huvudrollerna. Någon regissör är ännu inte klar, skriver Variety, men filmbolaget MGM har börjat leta efter en manusförfattare.

I ursprungsfilmerna gjorde Yul Brunner och Robert Vaughn två av sju revolvermän. **TT SPEKTRA**

Vardagen är tuff för Bakus hbtq-personer



Loreen sjunger för Sverige i Baku, men bakom den glittriga fasaden finns en annan verklighet än i den tjustiga Kristallhallen. FOTO: ANDRES PUTTING/EBU



Liza driver gayklubben Bar 17, en samlingspunkt för homo- bi- och transsexuella i Baku. FOTO: JESSICA GOW/SCANPIX

Det är söndag på Euroclub, den stora konserthall i Baku som under schlager-EM förvandlas till tävlingens officiella nattklubb. Sveriges Loreen har varit i Azerbajdzjan i en knapp vecka och hunnit repetera två gånger på den nybyggda Kristallhallens jättescen.

Kimmo Kaarlejärvi från Helsingfors sitter vid ett bord och dricker vatten. Han har varit på alla schlager-EM sedan 2002, utom ett. Han är gay och vågade inte åka till Moskva. Kimmo är 46 och tar det numer lite lugnare när han turistar på schlager-EM. Han tror att det kanske är därför han inte haft några problem i Azerbajdzjan.

– Jag ligger lågt, jag lever så som de vill att man ska göra här, säger han.

En hållplats därifrån ligger gayklubben Bar 17. Här står dörren öppen för alla.

Liza öppnade baren förra året och och det har gått bra för henne. Men de senaste tre månaderna har azerisk polis gjort razzior två gånger. Under stort pådrag har alla i lokalen gripits.

Tillslagen är knappast unika. Våld tillhör vardagen för hbtq-personer i Azerbajdzjan. Begrepp som hatbrott mot homosexuella existerar inte i azerisk lagstiftning och

därför finns ingen statistik över situationen i landet, men nätverket Free LGBT Azerbaijan räknar med att varannan homosexuell man och var tredje kvinna har utsatts för våldshandlingar.

Den internationella hbtq-organisationen Ilga hade tidigare en medarbetare med ansvar för Azerbajdzjan. I dag har ingen någon ordentlig översikt, men i en rapport från 2008 beskrivs ett brutalt övergrepp mot 28 homo- och transsexuella personer. Mot sin vilja tvingades de genomgå hivtest och frihetsberövades under tre dygn.

Azade Najafov är en av få personer i Azerbajdzjan som har skaplig koll på läget för hbtq-personer. Hon är engagerad i en organisation som arbetar med jämställdhetsfrågor och sexualupplysning och hon ledde tidigare en stödgrupp för lesbiska kvinnor. I hemlighet.

– Mamma tog med mig till en psykolog. Hon trodde att han skulle kunna ge mig lite piller och sedan skulle jag bli ”naturlig” igen, säger hon.

Hon berättar om hur bögar misshandlas på öppen gata.

På torsdag avgörs schlager-EM:s andra semifinal och Loreen gör debut i tävlingen. **CARL CATO/TT SPEKTRA**



Tommy Lee Jones Agent K får som vanligt hjälp av kollegan Will Smith när aliens ska bekämpas för tredje gången.

FOTO: WILSON WEBB

De är tillbaka i svart kostym

Tredje gången. Männen i svarta kostymer och snabba briller är tillbaka – tio år efter den senaste filmen.

I dag har "Men in black 3" premiär och Metro har träffat Oscarsbelönade Tommy Lee Jones, som för tredje gången spelar Agent K. Vid hans sida finns givetvis kollegan Agent J, spelad av Will Smith.

– Jag har en bra relation med Will privat och professionellt. Han är en fantastisk person att arbeta med och han är jättetrevlig att umgås med, säger Tommy Lee Jones.

I "Men in black 3" är Agent K försvunnen och Agent J måste resa tillbaka i tiden för att rädda sin kollega, den unge Agent K som

"Men in black III"



Sci-fi-komedi. I den tredje filmen om snubbarna i svarta kostymer, har man anammat en oväntat humoristisk, lättsam hållning till en annars rätt osannolik – i sammanhanget, alltså – historia. Mer än måttligt underhållande blir det dessvärre aldrig. **ELIN LARSSON**
FOTNOT: LÄS EN LÄNGRE RECENSION AV FILMEN I METRO WKD PÅ FREDAG.

spelas av Josh Brolin, från utomjordiska mördare. Dessutom står hela mänsklighetens framtid på spel.

Bra manus, skådespelare och regissör är avgörande för att Tommy Lee Jones ska tacka ja till ett filmprojekt.

– Eller att den spelas in på

ett ställe dit jag är säker på att min fru och min dotter gärna vill komma på besök. Med den här filmen fanns inga nackdelar, säger han.

Filmens manus var dock inte färdigskrivet när inspelningen drog i gång.

Hur påverkar det filmskapandet?

– Inte mycket. En dags arbete är en dags arbete. Men det är klart att det är bättre om det finns ett färdigt manus, säger Tommy Lee Jones. **Du har sagt att du såg fram emot "Men in Black 3" för att få arbeta. Är det verkligen svårt för dig att få jobb?**

– Inte direkt, men många erbjudanden måste man tacka nej till. Om jag gjorde alla roller som jag blir erbjuden skulle jag jobba alla dagar året runt.

NED EHRBAR/METRO WORLD NEWS

KÖR GOKART PÅ FRIHAMNSPIREN

WWW.CITYARENA.SE
Södra Frihamnspiren 1 Göteborg
info@cityarena.se • telefon: 031-757 49 00

Crossroads

Klassisk balett och modern dans i en föreställning med eleverna från Svenska Balettskolan

Gästartist:
Alexander Strandell
från Diamond Dawn

Lorensbergsteatern 8-10 juni
Spelas 8/6 kl. 19:00, 9/6 kl. 16:00 & 10/6 kl. 16:00 Lämplig från 4 år.

Biljetter: www.lorenbergsteatern.se
Tel: 031-708 62 00

För mer information om skolan se www.svenskabalettskolan.se

DAGENS LUNCHTEATER

Tisdag-lördag 12 - 13

Idag kl 12!

Biljettsläpp till Dagens Lunchteater hösten 2012
Grupper max 10 biljetter. Nummerlappar från kl 11.00. Biljettkassan öppnar kl 12.00.
Se programmet på hemsidan eller hämta det i biljettkassan.

Biljetter 031 708 71 00
Restaurangen 031 708 70 90
www.stadsteatern.goteborg.se

BERUSANDE KÄNSLA AV VÅR

Recension

PETER
LINDHOLM



Det kanske mest hajpade bandet i Storbritannien just nu är svenskt. BBC tippar att Malin Dahlström och Gustaf Karlöf ska slå igenom stort i år och på sina håll har debutalbumet redan utnämnts till en framtida klassiker.

Det är att ta i. Jag vill gärna tro att duon inte gjort sitt bästa än. Och de verkar bli allt bättre för varje singel.

Influenserna är påtagliga – Kate Bush, Stevie Nicks, Björk, Prince och Enya – men Niki & The Dove lyckas knyta samman alltsammans och göra atmosfärisk (emellanåt hippieflummig) syntpop som känns ovanligt organisk.

Det är som de i varje låt vill återskapa den berusande känslan av vår, då en explosion av ljus och färger tränger undan mörker och kyla.



Niki & The Dove

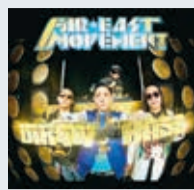
Instinct (Mercury/
Universal)

Samlar från tidigare band

"Instinct" samlar inte bara upp singlar från tre års tid, utan också sångerskan Malin Dahlströms erfarenhet från band som Midaircondo, The Dora Steins och Disdishdance.



Gustaf Karlöf och Malin Dahlström är hajpade Niki & The Dove. FOTO: UNIVERSAL



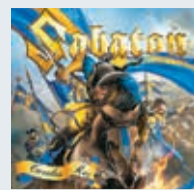
Far East
Movement

Dirty bass (Cherry-
tree/Universal)



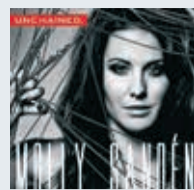
Soulsavers

The light the dead
see (V2/Universal)



Sabaton

Carolus Rex
(Nuclear Blast/
Warner)



Molly Sandén

Unchained (EMI)

UDDLÖS BARNMAT

De flesta känner nog igen låtarna men har liten kännedom om gruppen. Deras musik är popens smältdegel, här har hiphopens och housens huvudsakliga element assimilerats till mainstreamradio-civilisationen till en jämn och uddlös barnmatsmassa. Far East Movement är bra bakgrundsmusik och en av de mest spelade akterna på de största radiokanalerna i USA och Sverige. De engagerar dig inte till att tunea in, men de får dig heller inte att stänga av.

AMETIST AZORDEGAN

SORGEN FINNS KVAR

På sin fjärde skiva har Rich Machin och Ian Glover bytt ut Mark Lanegan mot Dave Gahan och eftersom detta är röstcentrerad musik låter det inte som förr. Den sorg Lanegan uttryckte med sitt skrovel är inte den Gahan uttrycker med sin gosskörbaryton, men sorgen finns kvar. Det här är långsam musik hela vägen mellan U2 och Nick Cave, med en del att gråta till och annat att dunka huvudet i väggen till. Men tyvärr också sådant som går spårlost förbi.

MARIA FORSTRÖM

POMPÖS MELLOMETAL

Ett temaverk om stormaktstiden utgiven på både engelska och svenska? Ja, du kan inte beskylla Sabaton för att vara blygsamma. Det här är den mest oavslappnade, pompösa floskelrock som någonsin spelats in i Svea Rike. Så bortom alla gränser att jag inte kan låta bli att uppskatta dårskapen. Synd att musiken är dubbelkagebestyckad trallpunk från 90-talet, upphottad till Melodifestivalmetal för den nya tiden. Och vad gör vi nu – invaderar Danmark?

CHRISTOFFER RÖSTLUND

INTE MYCKET STICKER UT

Molly Sandéns nya stil med kedjor och svart läder trodde jag även skulle avspejla sig på nya plattan "Unchained". Att "Why am I crying" skulle vara en lugn parentes bland fräscha poplåtar. Men på "Unchained" sticker inte mycket ut. Balladerna, wailandet och det typiska Molly Sandén-soundet är sig likt. Jag säger inte att det är dåligt men det finns heller inget som överraskar eller ens andas nytänk.

ANNELI SANDBERG

Bäst just nu



Frida Hyvönen To the

soul



Joel Alme A tender trap

Love Antell Gatorna tillhör oss
Death Grips The money store

Soundtrack Of Our Lives Throw it to the Universe
Spiritualized Huh?

BACK IN TIME... TO SAVE THE FUTURE

MIB³
MEN IN BLACK 3
VISAS I 3D

AMBLIN ENTERTAINMENT COLUMBIA PICTURES SONY PICTURES
MenInBlack-Movie.net

**BIOPREMIÄR
IDAG!**

FILMSTADEN BERGAKUNGEN

On 12.20, 15.00, 18.00, 21.30 To 15.00, 18.00, 21.30

FACKLAN/KUNGSBACKA

On 18.00, 20.30, 21.00 To 18.00, 19.30, 20.30

BIOPALATSET 15.40, 18.20, 21.00
FREGATTEN/STENUNGSUND
TRAPPAN/KUNGÄLV
SAGABIO/SKÄRHAMN



Men In Black 3

SONY
mclm.believe

KÖP/RESERVERA BILJETTER: på SF Bio, sf.se, mobil.sf.se, facklan.se • Från 11 år

BIOSOMMAR

23 MAJ - 17 AUGUSTI 2012

BIOPROGRAM 23 - 24 MAJ

MEN IN BLACK 3 23 MAJ
PROMETHEUS 1 JUNI
SNOW WHITE AND THE HUNTSMAN 8 JUNI

ICE AGE 4: JORDEN SKAKAR LOSS 27 JUNI
THE AMAZING SPIDER-MAN 3 JULI
COCKPIT 13 JULI

THE DARK KNIGHT RISES 25 JULI
MADAGASKAR 3 1 AUGUSTI
SNABBA CASH II 17 AUGUSTI

Plusstolar!
 De är bredare och har extra benutrymme. Läs mer och boka på sf.se.

FILMSTADEN BERGAKUNGEN

Skånegatan 16. Kassan öppnar 11.00

21 Jump Street
 14.40, 20.50 100 kr (11)

A Royal Affair
 15.30 105 kr (11)

Alvin och gänget 3 - svenskt tal
 95/70 kr (7)
 12.30

American Pie: Reunion
 100 kr (11)
 20.40

Avengers
 110 kr (11)
 13.30, 20.10

Avengers 3D
 135 kr (11)
 15.00, 18.00, 21.10

Babycall
 100 kr (15)
 17.20

Cabin in the Woods
 100 kr (15)
 18.30, 21.00

Dark Shadows
 105 kr (11)
 14.30, 17.40, 18.10,
 20.40, 21.20

Get the Gringo
 Action med Mel Gibson,
 Peter Stormare,
 Dean Norris
 Speltid: 1 tim 35 min
 100 kr (15)
 14.00, 17.00, 20.30

VIP BERGAKUNGEN
 Tillträde till lounge/bar
 1 tim innan föreställning.
 Läsk och popcorn ingår.
 Inga rabatter gäller. 18 år.

The Dictator
 18.30, 21.30 225 kr

Hotell Marigold
 105 kr (8t)
 12.30

Lorax 3D - svenskt tal
 125/100 kr (7)
 12.00

Men In Black III 3D
PREMIÄR!
 125 kr (11)
 On 12.20, 15.00, 18.00,
 21.30 To 15.00, 18.00,
 21.30

Piraterna! - sv tal
 95/70 kr (7)
 To 12.20

Prinsessan Lillifee 2: Den lilla enhörningen - sv tal
 95/70 kr (8t)
 12.10, 14.10

Spiegel, spegel - Äventyret om Snövit - sv tal
 95/70 kr (7)
 12.10

The Dictator 105 kr (11)
 13.00, 16.40, 18.50, 21.00

The Hunger Games
 110 kr (11)
 14.00, 17.40, 20.30

The Lucky One
 100 kr (11)
 16.00, 18.20

The Woman in Black
 20.40 100 kr (15)

Älska mig igen
 100 kr (7)
 12.20, 14.50, 17.30, 20.50

BioPalatset
 Kungstorget.
 K.ö. on 09.30, to 11.30

American Pie: Reunion 100 kr (11)
 On 15.40, 18.20, 21.10
 To 13.00, 15.40, 18.20,
 21.10

Avengers 3D
 135 kr (11)
 14.45, 20.30

Dark Shadows
 105 kr (11)
 To 17.50

Friends with Kids
 Romantisk komedi, Megan Fox, Jennifer Westfeldt
 Speltid: 1 tim 40 min
 100 kr (7)
 20.50 On av 11.00

Hotell Marigold
 105 kr (8t)
 On 14.40, 17.50, 20.40
 To 15.10, 17.50, 20.40

Järnlady
 105 kr (11)
 15.30, 18.20

Laxfiske i Jemen
 Dramakomedi, Emily Blunt, Ewan McGregor
 Speltid: 1 tim 47 min
 100 kr (7)
 15.20, 18.10

Lorax - sv tal
 95/70 kr (7)
 To 13.00

Men In Black III 3D
PREMIÄR!
 125 kr (11)
 15.40, 18.20, 21.00

Ministern 100 kr (15)
 18.10, 20.50

Mästerkatten - sv tal
 95/70 kr (7)
 To 13.00

Piraterna! 3D - sv tal
 125/100 kr (7)
 To 13.10

Spiegel, spegel - Äventyret om Snövit - sv tal
 95/70 kr (7)
 To 13.00,
 15.30

The Artist
 Romantisk dramakomedi,
 J Dugardin, Bérénice Bejo
 Speltid: 1 tim 40 min
 105 kr (7)
 On 21.00 To 13.10, 21.00

The Dictator
 105 kr (11)
 15.20, 18.00, 21.15
Barnvagnsbio: On 10.30

The Hunger Games
 110 kr (11)
 14.45, 17.40, 20.40

Var är Bus-Alfons?
 40 kr (8t)
Knattebio:
 To 13.00

Älska mig igen
 On 15.30, 18.30, 21.10
 To 13.10, 15.30, 18.30,
 21.10 100 kr (7)
Barnvagnsbio: On 10.30

Men In Black III 3D
 Agent J reser tillbaka till 1969 för att rädda Agent K från en utomjordisk mördare.
PREMIÄR!

Köp/reservera biljett på: sf.se eller mobil.sf.se

Prisinformation: x(ord)/x(under 12 år) kr • Pensionärspris 70 kr (tillägg vid 3D) gäller ej specialvisningar, t ex opera. För info om SF Bios rabattkort se sf.se



Bruce Willis
Edward Norton
Bill Murray
 A Film by *Wes Anderson*
Moonrise Kingdom
 BIOPREMIÄR 6 JUNI
 NONSTOP ENTERTAINMENT

WHAT TO EXPECT
 CAMERON DIAZ ANNA KENDRICK
 JENNIFER LOPEZ MATTHEW MORRISON
 ELIZABETH BANKS DENNIS QUaid
 CHACE CRAWFORD CHRIS ROCK
 BROOKLYN DECKER RODRIGO SANTORO
IT'S TOO LATE TO PULL OUT NOW.
BIOPREMIÄR FREDAG!
FÖRKÖP STARTAR IDAG!
 FILMSTADEN BERGAKUNGEN SKÅNEGATAN 16
 KÖP/RESERVERA: på närmaste SF Bio, sf.se eller mobil.sf.se

BIOPROGRAM ONSDAG 23 MAJ 2012

Hagabion Linnégatan Tel. 428810 www.hagabion.se

Facklan Kungälv Tel. 0303-10381 www.facklan.se

BIO ROY Avenyn 45 031-20 80 11 bioroy.se

Fregatten Stenungsund 0303-738 001 www.fregattenbio.se

SAGA BIO SKÄRHAMN

BIO VAGEN Lerum tel. 0302 - 150 80

BABYCALL 20.45

TRAPPAN BIO Kungälv Tel. 0303-10381

Men in Black 3 3D 19.30

Men in Black 3 3D 18.00, 20.30

Men in black 3 3D 19.30

The Dictator 80- 19.00 www.biovagen.se

www.facklan.se • www.hagabion.se
www.bioroy.se • www.fregattenbio.se

Live på bio från **Metropolitan** 2012-2013

Donizetti **KÄRLEKSDRYCKEN** 13 oktober
 Verdi **OTELLO** 27 oktober
 Ades **STORMEN** 10 november
 Mozart **TITUS MILDHET** 1 december
 Verdi **MASKERADBALEN** 8 december
 Verdi **AIDA** 15 december
 Beiloz **TROJANERNA** 5 januari
 Donizetti **MARIA STUARDA** 19 januari
 Verdi **RIGOLETTO** 16 februari
 Wagner **PARSIFAL** 2 mars
 Zandonai **FRANCESCA DA RIMINI** 16 mars
 Händel **JULIUS CÆSAR** 27 april

The Metropolitan Opera HD LIVE

Försäljning abonnemang fr.o.m. 25 maj kl 11.00
 Försäljning lösa biljetter fr.o.m. 28 maj kl 11.00

BIO ROY
 Avenyn 45, Göteborg 031-20 80 11 bioroy.se

SOMMARENS HETASTE THRILLER!
 SVERRIR GUDNASON
 HELENA AF SANDBERG
MÖRKT VATTEN
 BIOPREMIÄR 13 JUNI

Insändare

BREVBÄRARNNA FÅR SLITA SOM DJUR

För få. Jättestora utdelningsområden och ständig stress. Så beskriver insändarskribenten Masood situationen för brevbärarna.



Det händer att inte all post hinner delas ut samma dag, enligt skribenten. FOTO: SCANPIX

Vi som jobbar på postterminalerna upplever ständiga försämringar men brevbärarna har fått ett rent helvete efter det så kallade "Brev 2010". Brevbärarna är stressade och hinner inte alls göra ett bra jobb som de vill. De har fått jättestora utdelningsområden som gör det omöjligt att dela ut post till alla i rätt tid. Det händer numera ofta att inte all post blir utdelad samma dag.

Jag själv känner några brevbärare som sliter som

djur. Det fattas alltid folk hos dem. Jag tycker att hela det svenska folket borde uppskatta deras insats.

Postens ledning borde anställa mer personal för att förbättra servicen. De ständigt vackra orden som ledningen använder kan inte hjälpa oss medborgare. Post en gör enorma vinster varje

år. Det borde vara självklart att postledningen använder en stor del av sin egen vinst för att förbättra servicen och höja personalens löner och inte investera i de onödiga organisationerna som inte gör nytta för någon.

De stressade brevbärarna behöver fler händer för att klara sina jobb. När hela det svenska folket pratar om den dåliga servicen som erbjuds är Postens ledning upptagen med andra saker.

Brevbärarna har fått nog. Nu vill de ha trygga och värdiga arbetsvillkor.

För att visa sitt missnöje ordnar brevbärarna en demonstration den 26 maj vid Slussen i Stockholm. Du är välkommen att delta. Vi behöver alla brevbärare, och då ska vi stödja deras kamp för en värdig behandling. **MASOOD**

Läsartävling



WOW! Nu kan jag se hela världen i 3D!

Daniel Cederberg, Falkenberg

Skriv en rolig pratbubbla till bilden till höger. **Gör så här:** Skriv BILDEN följt av ditt förslag. Skicka SMS till 72700. Varje SMS kostar 5 kr.



Vinnaren får boken "Svenska barnvisor" från bokförlaget Max Ström.



ANNONS

EXTREMT ENKEL STAVNINGSGREGLER

"Robban" (22/5), tiden du lade ner på att skriva din insändare hade du kunnat använda till att lära dig den extremt enkla stavningsregeln vad gäller "de" och "dem".

"De" är motsvarigheten till "vi", "dem" är motsvarigheten till "oss". Byt ut orden i tankarna innan du skriver så blir det rätt.

Annars är det vedertaget att använda "dom" i båda fall, även om det inte är vackert. Gör det om du inte vill göra rätt!

Visst förstår man vad folk menar, men det gör man i sms-språk också och det tror jag inte att någon vill se i någon form av media. **ANNA**

ALLA SKA FÖRSTÅ VAD DU SKRIVER

Till "Råbann" (22 maj).

När minn sån var äta år tyckte hann äkkså at då räkkte mä at mann kunnnde försståä va såmm skreevs.

Nu äär dä såå at svänn-ska språåket har et skriff-tsppräåå äkkså, äkk där-mä reegler huur mann staavar. Dä haar andra språåk förresstänn äkkså. Dä äär meenigen at ala andraa skaa förssttå nååmmmligen.

PRÅÅFESSORR



Mindre skräpigt när det är mulet ute? FOTO: SCANPIX

SOLEN SKRÄPAR NER MER ÄN MULET

Jag tycker inte om solen. Den skräpar ner och kissar så mycket. Då är mulet bättre som lärt sig att använda papperskorg och toalett.

GRÅSET I PARKEN

CYKLISTER VS BILISTER

Jag läser med muntherhet anti-cyklister/bilister inlägg på denna sida. Vissa har väl en och annan poäng men för mig är den huvudsakliga behållningen det hat dessa människor hyser mot varandra enkom på grund av antalet hjul vederbörande tar sig fram på.

Nästa gång du "hatar" en bilist/cyklister/fotgängare, fundera i stället på vad som inom dig utlöser detta hat. **YOGI T**

VARFÖR INTE SLOPA SVT 2?

Många frågar sig nu om det kan finnas utomjordingar på bekvämt avstånd av några tusen ljusår. Kan-ske man borde söka på mycket närmare håll. Radiotjänst med sin administration i Kiruna håller oss med lika intressanta studieobjekt.

Först ville de få oss förstå att det var enklare att betala tv-licensen separat, i stället för tillsammans med telefonräkningen. När nu alla vet att bara 10 procent av tv-tittarna betalar avgiften försöker man helgonförklara dem som faktiskt betalar. De uppvtaktas av en sångkör som varmt tackar dem för att SR och SVT får fortsätta sin kamp mot de reklamdrivna kanalerna. En höjdpunkt uppnåddes nyligen när människor ute på gatan överhöljde en oförstående man med röda rosor. Det visade sig att han faktiskt hade betalat sin licens! Allt detta belyser på ett obarmhärtigt sätt hur tandlös den svenska lagen är.

Man kan lätt få större effekt av allmänhetens insatser. Slopa SVT 2 och låt den första kanalen ensam tävla med reklamjättarna. Det innebär ingen förlust för de svenska tittarna, och det blir billigare.

GUNNAR BÄCKSTRÖM, MALMÖ

Dagens sudoku och korsord

		8	3		5			
3	2			4	7			
9			2				8	
7				9				6
		3				1		
2				8				5
	3				2			4
			6	5			1	3
		7			1	2		

LÄR JESUS HA VÄXT UPP I	BIRAN	BLIR HAN I BIO-FILM			
GÅTA					
BABA					
BRUK					
BUGG					
→			KAN MAS BO I	KAN GROVT SKÄMT VERKA	VAR GUD FOR OSS
DALLE		GRILLA PRÄTAR INFOR FOLK			
→				DRAG LÄS-BOLAG	
GÅTT TYST					SÅ-DANA KAN DRA
KAN SLINGRASIG	HYRT	BRUTEN			
→				ARG KORT	
				OKÄND PERSON	
ÖVADE					
KUNGSFISKEN					EJ VÅR

ÄR DET LEMONADVÄDER?

JÄ

Smart behöver du något törstsläckande!

Vinstchans varje dag

Skriv KRYSS följt av ordet i det markerade fältet. Skicka sms till 72700 före klockan 24 i dag. Varje sms kostar 5 kronor.

Vinnaren får canvas-tavlan Classic 20 x 30 cm från Photobox.se.

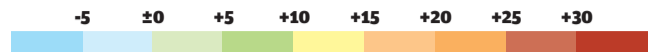


AR KVÄR EFTER ELD	BESÖKER DE IDAG	GÖR SVÄL MED IS			
TRÅD SOM DOSA	A S K				
SNÄR-SKÖLE BOR PÅ ETT LÅGSA DEN ATTS	S L Y				
M A T E N	K O L	SÖVDE PILLA	SANKA SKIVAN		D
GÄR MAN I PASNING SOM LEDER TILL MAL	T R A P P A	BÄG-SKITT FELSÄTT SAHARA			
O DEN	A S T E L L				
KAN MAN SE LYCKLIG	S K A T T A	KAN FÄLIG BROTT			
SKÅR-SICÅR SVANG	S Y N A T E	ÖRÖCK TROF AR I LAVAN			
KLYFTAN I BRIT PÅ	G I R D A T T	EFTER DIFF RADON			
U T A N	S K R E V A N	MISS-TÄNKA			A N A

Vinnarna presenteras på tisdagar.

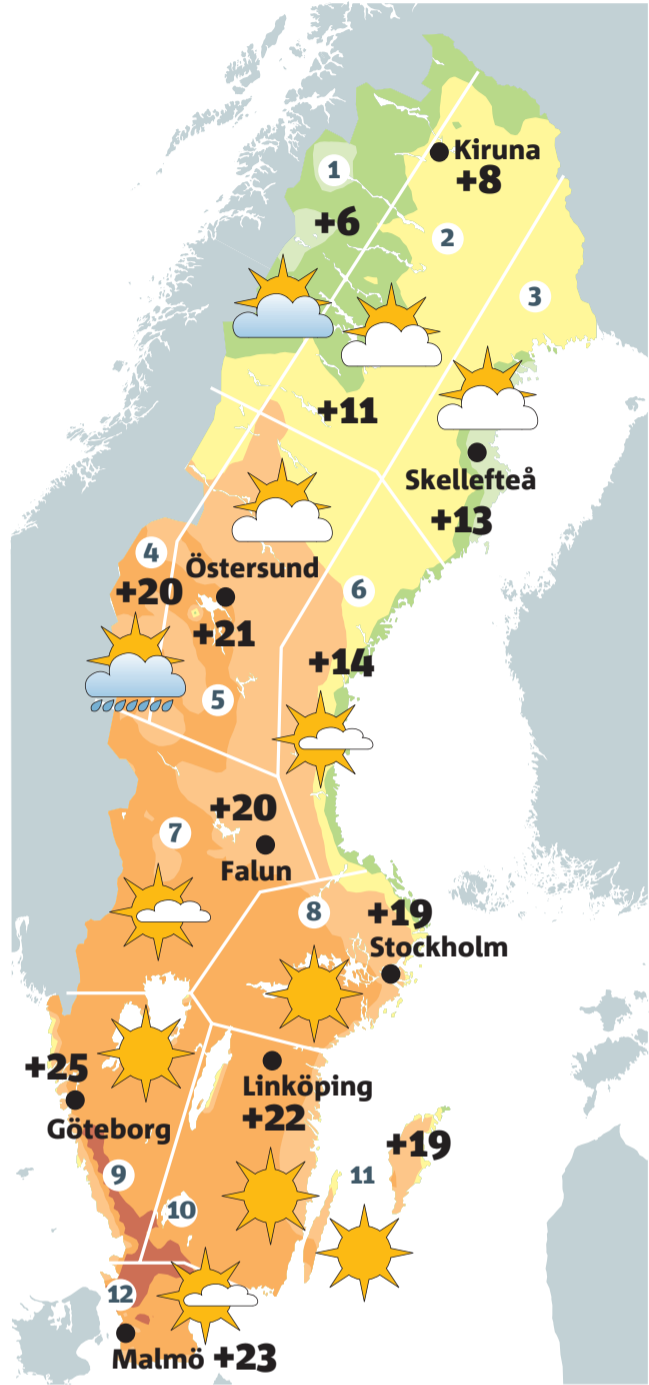
• Mejla ditt inlägg till insandare@metro.se Uppge namn och adress även om du använder signatur. Inläggen kan komma att redigeras. Inskickat inlägg garanterar inte plats i tidningen.
• SMS:a ditt inlägg till 72700. Skriv TYCK följt av texten. Du får skriva **max 150 tecken**. Varje SMS kostar 5 kronor. Inskickat SMS garanterar inte plats i tidningen.

Torrt och soligt

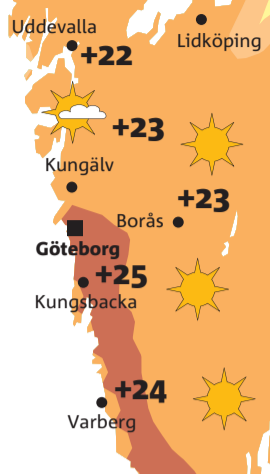


Idag

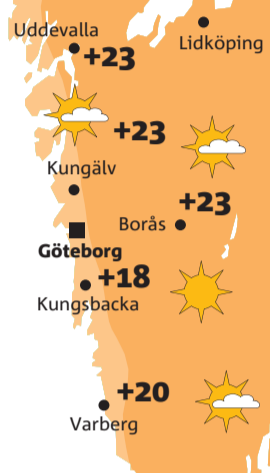
SMHI



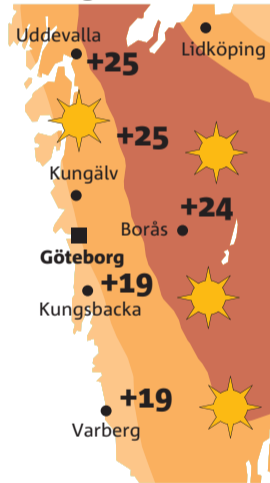
Göteborg i dag



I morgon



Fredag



ANNONS

Tor	Fre	Tor	Fre
1	+10/+15	7	+20/+25
2	+15/+20	8	+20/+25
3	+15/+20	9	+20/+25
4	+20/+25	10	+20/+25
5	+20/+25	11	+15/+20
6	+20/+25	12	+20/+25

Nu är det vår!
Vinn kriget mot allergin med Livostin®

Livostin® (levokabastin) nässpray/ögondroppar. Läkemedel vid allergiska besvär från näsan eller pollenbesvär från ögon. Läs alltid bipacksedeln, särskilt vid överkänslighet. © McNeil Sweden AB, 169 90 Solna. MNSE-LIV-2012-005

Pollenprognosen

Stockholm	I dag	I morgon	Fre	Malmö	I dag	I morgon	Fre
Ek	H-H+	H	H	Ek	H	H	H
Björk	M-H	M-H	M	Gräs	M-H	M-H	H
Gräs	L	L	L	Sälg/vide	L	L	L

KÄLLA: Svenska pollenlaboratorier
Halter: L=Låga M=Måttliga H=Höga MH=Mycket höga IH=Inga IU=Ingen uppgift

Varmast i går (°C)

Norrland	Sveg	+19
Svealand	Arvika	+24
Götaland	Broen	+28

Kallast i går (°C)

Norrland	Tarfala	-6
Svealand	Ulvsjö	+2
Götaland	Gårdsjö	+8

Blötast i går (mm)

Norrland	Katterjåkk	< 1
Svealand	Uppsala	< 1
Götaland	Simonstorp	8

Världen i morgon (°C)

Aten	+20
Bangkok	+31
Barcelona	+25
Helsingfors	+15
Hongkong	+25
Kanarieöarna	+24
Köpenhamn	+19
London	+23
Los Angeles	+24
New York	+20
Paris	+23
Peking	+28
Rio de Janeiro	+21
Sydney	+18
Tokyo	+23

Sudokulösningen

Dagens sudoku hittar du på sidan till vänster.

1	7	8	3	6	9	5	4	2
3	2	5	8	4	7	9	6	1
9	4	6	2	1	5	3	8	7
7	5	4	1	9	3	8	2	6
6	8	3	5	2	4	1	7	9
2	1	9	7	8	6	4	3	5
8	3	1	9	7	2	6	5	4
4	9	2	6	5	8	7	1	3
5	6	7	4	3	1	2	9	8

GÖTEBORGS Orienthus

Gamlestaden Alekärrsgatan 8-10, tel 031-193419
Öppettider: Mån-fre 9-20, lör 9-19 och sön 10-19

Pringles
chips 165gr



9⁹⁸
/st

Agadeer
Kycklinglår 2 kg



34⁹⁸
/st

Kalvkotlett



69⁹⁸
/kg

Agadeer
bordskyckling 1,1 kg



19⁹⁸
/st

Kalvstek
med ben



69⁹⁸
/kg

Alraii
Beef luncheon
1,8 kg



Sera
grillad paprika
2,5 kg



47⁹⁸
/st

2 st. FÖR
80⁰⁰

45⁰⁰
/st



Mat från världens alla hörn

Priserna gäller f.o.m. 25/05 t.o.m. 03/06 med reservation för tryckfel & slutförsäljning.


 metro
ON
STAGE
2012

Inrutat – av Frode Øverli



Dagens horoskop – varje dag i Metro

Väduren
21/3–19/4

☿ Vänner befinner sig på kollisionskurs. Tar du parti för endera parten, förvärrar du kanske det hela!

Oxen
20/4–20/5

♉ Även om du nu sticker fram hakan i något sammanhang, tyder mycket på att du inte är så säker på dig själv som du kanske vill ge sken av.

Tvillingarna
21/5–21/6

♊ Dimmor-na kring något som tett ser nu ut att lätta. Ta en sak i taget så har du nog inget att oroa dig för.

Kräftan
22/6–22/7

♋ Obeslut-samhet är något just nu utmärkande för Kräftan. Kanske beroende på att du tagit på dig för mycket att göra.

Lejonet
23/7–22/8

♌ Vissa planer tycks ha stannat i växten, men driver du bara på tillräckligt energiskt, får du säkert nytt liv i dem!

Jungfrun
23/8–22/9

♍ Någon tycks i dag bli dig till stor hjälp. Ett tidigare intresse väcks åter till liv hos dig.

Vägen
23/9–22/10

♎ Undervär-dera inte dig själv! Du har det kun-nande som krävs för att klara av en speciell upp-gift.

Skorpionen
23/10–22/11

♏ Att nu gå och grubbla över vad som kunde ha varit eller hur ett och annat borde vara leder definitivt ingen-vart!

Skytten
23/11–21/12

♐ Betraktar du en viss situation i sin helhet, finner du troligen att din oro i sam-manhanget är obefogad!

Stenbocken
22/12–20/1

♑ Tecknen råder den för ögonblick-et lite väl spendersam-ma Stenbocken att försöka hålla igen lite på sina utgif-ter.

Vattumannen
21/1–19/2

♒ Det beror nu mest på din goda vilja om du ska lyckas fri-göra dig ur ett moras av mot-stridiga kän-slor!

Fiskarna
20/2–20/3

♓ I en lite jobbig sak får du stöd av någon som upplevt något liknande, vilket säkert underlättar för dig.

VEM VILL DU SE SOM SVERIGES NYA STJÄRNA?

Nu har du chansen att vara med och rösta fram Sveriges nya stora artister! Lyssna på alla låtar och rösta fram din favorit på Onstage.metro.se. Metro On Stage – tävlingen för osignade artister och band, oavsett genre.

[//onstage.metro.se](http://onstage.metro.se)

 metro


 BAUERFEIND®

Har du ont?

Var aktiv och utnyttja din fulla potential – med marknadens bästa produkter!



GenuTrain®
· Stabiliserar
· Smärtlindrar
· Bekväm

Användningsområde:
· Meniskmärta
· Lätt artros
· Instabilitet



GenuTrain® A3
· Stabiliserar
· Smärtlindrar
· Bekväm

Användningsområde:
· Artros
· Patellaluxation
· Instabilitet

Hitta din återförsäljare på:
www.bauerfeind.se
eller
www.harduont.nu

Eller ring kundtjänst på:
0774 10 00 20



Motion is Life.

ANNONS



Noy gör sig fin inför sitt bröllop i "Thaifjord". / FOTO: SKOFTELAND FILM AS



Hunden Juba är stjärnan i "Mitt år som valp". / FOTO: NRK



Nyhet!
Creamy
Gazpacho
från Kelda®



Mija Kinning hjälper till med ett sovrum. / FOTO: LINUS HALLSÉN/TV4.



"Kobra" möter Barbro Osher som donerar miljarder. / FOTO: JONAS RUDSTRÖM



Olle Sarri följs i "Dom kallar oss skådisar". / FOTO: MAGNUS BRONI/SVT

Dokumentär

Om kärlek över landsgränserna

Tresfjord i västra Norge kallas i folkmun för Thaifjord, eftersom många av männen förälskat sig i thailändska kvinnor.

I nya serien "Thaifjord" får vi lära oss mer om långväga kärlek och de thailändska kvinnornas svårigheter att accepteras i samhället.

Under en semesterresa i Thailand blev Odd Vidar presenterad för Noy. Innan han åkte hem igen bestämde de sig för att giftermål var det enda rätta.

THAIFJORD.
18.15, SVT1.

Dokumentär

Valpen Jubas första år i livet

Första året i livet är händelserikt. Det gäller både för människor och hundar.

I norska reportaget "Mitt år som valp" följs flatcoated retrievervalpen Jubas första levnadsår.

Hon kommer till världen på vårvintern tillsammans med sex bröder. De första veckorna tillbringas inomhus, men snart är det dags att stifta bekantskap med världen utanför, först gräsmattan och senare även skogen.

MITT ÅR SOM VALP.
19.30, SVT2.

Modemagasin

Gunilla Pontén gästar "Fashion"

Färgstarka designern Gunilla Pontén kommer till "Fashion" och berättar om hur hon som tonåring blev inkallad hos rektorn på grund av sin klädstil, om modelltiden i Italien och naturligtvis också om arbetet som designer.

Och så blir det inblick i makeupartisten Jabes värld.

Det blir också mode från Milano Fashion Week AW12 med visningar från bland andra Versace, Versus och Emilio Pucci.

FASHION.
20.30, SVT2.

Byggmagasin

"Bygglov" fixar planlösningen

Mikael och Maria i Lundsbrunn bor i ett stort hus som lider av dålig planlösning.

Därför har de bara ställt sin säng mitt i ett rum.

Gänget i "Bygglov" hjälper dem att göra om så att de får ett funktionellt och snyggt sovrum.

Snickarna Mats "Matte" Carlsson Willy Björkman och inredaren Mija Kinning reser runt i Sverige fullt rustade med allt för olika ombyggnadsprojekt.

BYGGLOV.
20.00, TV4.

Kulturmagasin

Kobra undersöker slacktivismen

Det är inne att bry sig. I alla fall på nätet.

Med ett musklick kan man engagera sig och protestera. Det kallas slacktivism och "Kobra" undersöker trenden.

Dessutom blir det ett möte med svenska Barbro Osher, som bor i San Francisco. Hon är en av världens rikaste kvinnor och har donerat miljarder till konstnärliga ändamål.

KOBRA.
21.30, SVT1.

Reportageserie

Olle Sarri följs under en dag

Olle Sarri fick sitt genombrott i sketcher i ZTV-programmet "Knesset" och ungdomsprogrammet "Bullen" och komediserien "C/o Segemyhr".

"Dom kallar oss skådisar" tar rygg på Olle en typisk arbetsdag.

Bland annat hinner han med en tv-inspelning, motorcykeluppkörning och hockeyträning.

DOM KALLAR OSS SKÅDISAR.
21.00, SVT1.

SVT 1

6.25 Gomorron Sverige. 10.00 Melodifestivalen 2012: Dagen efter. 10.45 Eurovision song contest 2012: Semifinal 1. 12.45 Pingis för ensamstående. 12.55 Grete Waitz - ett lopp för livet. 13.25 Before you go. Brittiskt drama från 2002. 15.00 Från Lark Rise till Candleford. 16.00 Rapport. 16.05 Gomorron Sverige. 16.25 Hundra procent bonde. 16.55 Simning EM. 18.00 Rapport. 18.10 Regionala nyheter. 18.15 Thaifjord. Norsk dokumentärserie från 2008. 19.00 Kulturnyheterna. 19.15 Regionala nyheter. 19.30 Rapport. 20.00 Uppdrag granskning. 21.00 Dom kallar oss skådisar. Svensk reportageserie från 2012. 21.30 Kobra. 22.00 The promise. 23.45 Rapport. 23.50 Kulturnyheterna. 23.55 Man on wire. 1.25 Rapport. 1.30 Det kungliga dopet: Höjdpunkterna. 2.30 Rapport. 2.35 Hjälp, vi flyttar ihop! 3.35 Rapport. 3.40 Semester, semester, semester. 4.00 Hemlös på Färöarna. 4.45-4.50 Rapport.

SVT 2

9.00 Riksdagen: Debatt inför beslut. 12.00 Camilla Plum och den svarta grytan. 12.30-12.50 Pilgrimsvandring. 13.00-15.25 UR. 15.35 En stark historia. 16.05 Bokcirkeln Sundholm. 16.35 Agenda. 17.20 Nyhetstecken. 17.30 Oddasat. 17.45 Uutiset. 18.00 Simning EM. 18.30 Extra gnälligt. 19.00 Vem vet mest? 19.30 Mitt år som valp. 20.00 Trädgårdsonsdag. Svenskt trädgårdsmagasin från 2012. Kan man göra en medelhavsterrass i trädgården och vad klarar sig i Örebro? Pernilla får besök av medelhavsentusiasten Peter Englander. 20.30 Fashion. Svenskt modemagasin från 2012. Milano. Designern Gunilla Pontén möblerar om i "Fashion"-studion. 21.00 Aktuellt. 21.35 Regionala nyheter. 21.43 Aktuellt. 21.55 Nyhetssammanfattning. 22.00 Sportnytt. 22.15 Babel. 23.00 Kunskapsdokumentär: Seniorer på elitnivå. 23.55 Azerbajjan art stations. 0.55-1.25 Extra gnälligt.

TV 3

6.00 Nanny. 6.30 Rix morronzoo. 9.00 Jims värld. 9.25 Extreme home makeover. 10.20 Våra bästa år. 11.10 Top model 7. 12.05 Project runway. 13.00 Svenska Hollywoodfruar. 14.00 Extreme home makeover. 14.55 The real housewives of Atlanta. 15.55 Top model 7. 16.55 Project runway. Realityserie från 2006. 18.55 Keno. 19.00 Svenska Hollywoodfruar. Svensk realityserie från 2009. 20.00 Lyxfällan. Svensk livsstilsserie från 2012. 21.00 Kniven mot strupen. Svensk realityserie från 2012. 22.00 Extrema samlare. Realityserie från 2010. 23.00 Navy CIS. 0.00 Sex and the city. 0.35 Jims värld. 1.05 Brottskod: Försvunnen. 2.00 Extrema samlare. 2.55 Navy CIS. 3.40 Sex and the city. 4.10 The real housewives of Atlanta. 5.00-5.25 Funniest pets and people. 5.35-6.00 Nanny.

TV 4

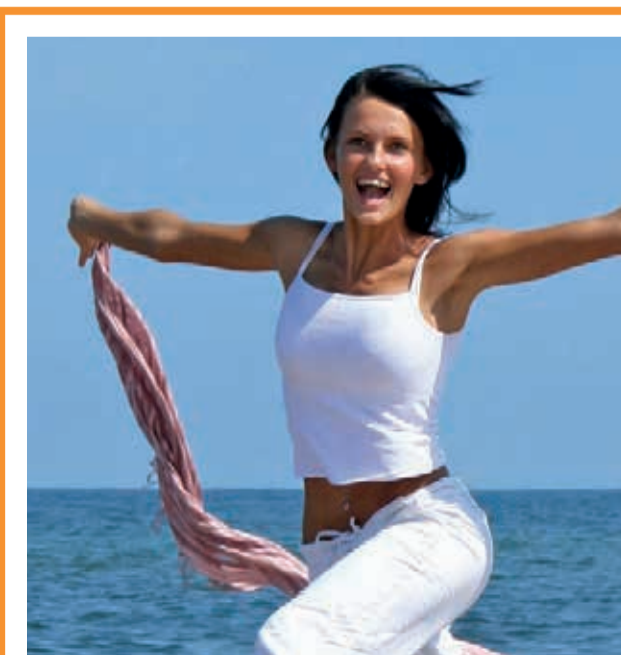
5.50 Nyhetsmorgon. 10.00 Efter tio. 11.35 Hem till gården. 12.10 Hem till gården. 12.45 Holby city. 14.00 Bygglov. 15.00 Ice road trucks. 15.55 Familjen Annorlunda. 16.55 Halv åtta hos mig. 17.25 Parlamentet. Svensk underhållning från 2011. 17.55 112 - luftens hjältar. Svensk dokumentärserie från 2011. 18.25 Lotto, Joker och Drömvinsten. 18.30 112 - luftens hjältar, forts. Svensk dokumentärserie från 2011. 18.55 Nyheterna. 19.15 Lokala nyheter. 19.20 Väder. 19.30 Halv åtta hos mig. Svensk matlagningsserie från 2012. 20.00 Bygglov. Svensk inredningsserie från 2012. 21.00 Berg flyttar in. Svensk underhållning från 2011. 22.00 Nyheterna. 22.10 Nyheterna med ekonomi. 22.30 Lokala nyheter. 22.35 Sport. 22.45 Väder. 23.00 House. 0.00 Bygglov. 1.00 Jordan, rättsläkare. 1.55 Numbers. 2.50 Lost. 3.50 That '70s show. 4.20 Hem till gården. 4.50-5.15 Hem till gården.

Kanal 5

6.30-9.00 Vakna med The Voice/Mix Megapols morrongång. 9.30 Grey's anatomy. 10.20 Förhäxad. 11.15 Sjunde himlen. 12.15 Familjen Kardashian. 12.45 Vänner. 13.15 Ellen DeGeneres show. 14.05 Frisörakuten. 15.05 One Tree Hill. 16.05 Unga mödrar. Dansk dokumentärserie från 2012. 16.35 America's funniest home videos. Underhållningsserie från 2007. 17.05 Grey's anatomy. Dramaserie från 2007. 18.00 The middle. Komiserie från 2010. 18.30 Vänner. Komiserie från 1999. 19.00 The Big bang theory. Komiserie från 2010. 20.00 Arga snickaren. Svensk inredningsserie från 2012. 21.00 Grey's anatomy. Dramaserie från 2011. 21.55 Body of proof. Kriminalserie från 2011. 22.55 Criminal minds. 23.55 The Big bang theory. 0.50 Arga snickaren. 1.50 Supernatural. 2.40 Tredje skiftet. 3.25 Frisörakuten. 4.10 Ellen DeGeneres show. 4.50 The middle. 5.15-6.00 Pantertanter.

TV 6

7.25 Lois & Clark. 8.20 Jims värld. 8.50 Spin city. 9.20-10.15 Smallville. 10.45 Våra värsta år. 11.15 Våra värsta år. 11.45 Stargate Atlantis. 12.40 Stargate SG-1. 13.35 Jims värld. 14.05 Smallville. 15.00 Simpsons. 16.00 Family guy. 16.30 Scrubs. 17.30 How I met your mother. Komiserie från 2005. 18.00 Cops. Realityserie från 2002-03. 18.30 Simpsons. Animerad komiserie från 1997-98. 19.00 Family guy. Animerad serie från 2005. 19.30 2 1/2 män. Komiserie från 2005. 20.00 Simpsons. Animerad komiserie från 1997-98. 20.30 Simpsons. Animerad komiserie från 1997-98. 21.00 Buying the cow. Komedi från 2002 med Jerry O'Connell, Bridgette Wilson, Alyssa Milano. 22.50 Scrubs. 23.45 How I met your mother. 0.15 My name is Earl. 0.45 Spin city. 1.15 Skål. 1.50 Våra värsta år. 2.50 Knight rider. 3.45 Stargate Atlantis. 4.30 Battlear Galactica. 5.15 My name is Earl. 5.40-6.10 Skål.



Kom i form
- fri träning hela sommaren

Erbjudandet gäller vid tecknande av viktminskningsprogram med start augusti-september



Viktcenter
City, 031-762 02 70
Linné, 031-788 00 00
Möndal, 031-789 00 89
Läs mer: www.xtravaganza.se

xtravaganza
Vi kan viktminskning

VARHUSET Femman

JESSICA.
JOBBAR PÅ DIN SKO
I VARHUSET FEMMAN.

FRUKOST
ENDAST **10:-**



MED SKÖNA ERBJUDANDEN
I ALLA BUTIKER
FRE 25 MAJ
KL 7-10

20% RABATT*



dedicite®
Fotograf: Jonas Lundberg

***FÖLJANDE BUTIKER BJUDER 20% RABATT PÅ HELA SORTIMENTET:** Accent, Albrekts Guld, Arken Zoo, Bianco Footwear, Bik Bok, Blickpunkten, Bling, Bling Etc., Brothers, Carlings, Cervera, Din Sko, Dressmann, Ecco Shop, Femmans Sport, Flash, Gallerix, Gina Tricot, Gyllene Ting Guld, H&M, Hemtex, Hobbex, Indiska, Interflora Fresh, JamJam, JC, Joy, Lekia, Monki, Monsoon, MQ, Nilson Shoes, Panache, Polarn & Pyret, Rocks, Saint Tropez, Scorett, Servicehörnan, Sisters, Skopunkten, Smycka, Sonny Bono, Stjärnurnmakarna, T12, Twilfit, Yves Rocher.

ÖVRIGA BUTIKER HITTAR DU MASSOR AV INDIVIDUELLA ERBJUDANDEN. Gäller varor i butik till ordinarie pris med ett fåtal undantag. Gäller ej ekonomiska värdebevis.