



## Vår framtid



Den globala uppvärmningen hotar inte bara vår nutid, utan även vår framtid. Den här artikeln tar upp den allvarliga innebörden av klimatförändringarna ur framtidens synvinkel.

Polarisen fortsätter att smälta när andra ser på, för varje dag som går, och ingen frågar sig hur det kommer att bli för oss. Framtiden låter som någonting som är hundratals år bort, någonting man borde oroa sig över decennier senare. Framtiden räknas inte som imorgon, eller nästa vecka, utan någonting som är åratals bort. Detta kunde inte ha varit mindre av en lögn. Framtiden är nästa timme, framtiden är nästa minut och framtiden är nästa sekund. Framtiden är en aningen okänd nutid, fast för varje slag klockan tickar med kommer vi aningen närmare framtiden.

Det framtiden också försöker visa oss är spår som kan hittas i nutiden, ledtrådar över hur det kommer att se ut som också går att hitta i nutiden. Det nutiden säger oss är att temperaturen ökar, att stormarna blir fler och kraftigare och att vattenbristen blir aningen mer aktuell för varje år som går. Framtiden kommer bero av hur saker och ting är i denna nutid, eftersom framtiden är någonting som bygger på nutiden, inte någonting som magiskt löser alla problem i det som snart kommer att bli dåtid. Framtiden är mer än bara en tröstande fras som används för att lugna ned alla upprörda reaktioner; framtiden är ett direkt resultat av nutidens handlingar och konsekvenserna

börjar milt visa sig idag. Färre isar och 30-gradiga somrar i Sverige. Det är vad nutiden har att erbjuda, tecken på hur framtiden kommer att bli.

Framtiden är en falsk känsla av hopp och trygghet om man inte tar tillvara på den genom att anstränga sig idag och göra något för att rätta till felet innan solen har gått ned för dagen. För varje solnedgång kommer en soluppgång, och för varje dag som människorna lever oberört smälter glaciärerna ännu en bit och för varje år som går ökar temperaturen lite grann. Allting kommer att röra sig åt samma riktning utan att upphöra för att det är mer obesvärat att tänka på det som kommer att komma senare. Det ger en mer utrymme för lättnad att tänka på vad andra kan göra istället. Av den anledningen kommer framtiden efterlikna nutiden en aning mer, för att allting fortsätter att gå i samma riktning.

Framtiden innebär inte att alla misstag som sker nu blir rättade. Om ingenting görs nu, om inte människor är villiga att ändra på sig och nya lagstiftningar träder i kraft kan inte morgondagen bli den drömmen som vi har förväntat oss. Om ingenting blir gjort idag, blir det bara ännu mer att göra imorgon, som kan leda till att det är för sent att göra något åt saken efter imorgon.

Idag har nya barn kommit till världen, imorgon kommer det att komma fler, och om några år har en ny generation börjat ta form. Men idag går vi alla åt ett håll som inte är hållbart, imorgon fortsätter vi att göra samma sak och om några år står vi där vi plötsligt var förut. Imorgon blev till igår, som blev till förra veckan, som blev till någon dag förra månaden, som slutligen blev till någon dag för ett år sedan. För att framtiden har kommit; det är dagens nutid. Framtiden kommer att komma, men är vi villiga att acceptera det som det ser ut att vara nu?

Vår framtid bygger på ett ord som ingen vill ha någon association med: ansvar. Ordet innebär att människorna själva strävar efter att rätta till sina misstag och bättra sig, någonting få vill göra när det syftar på att folk har gjort fel i synnerlighet hela sina liv, när de har varit mer eller mindre medvetna om sina felsteg. Ansvar innebär att alla behöver ändra sin redan bekväma vardag och prova på nya metoder, någonting som inte alla vill göra ifall de skulle behöva riskera sin bekvämlighet. Men ansvar är också ett ord som behövs för att få alla människor att arbeta tillsammans mot samtidens nya viktiga mål och stora utmaning: Klimatkrisen. Såvida vi inte väljer att göra det senare.

Jag personligen är besviken över den globala trenden som fortsätter i samma takt och det är väldigt oroväckande att se hur de flesta människor i allmänhet lever som de alltid har gjort från dag till dag, utan något större driv att vilja förändra sin vardag. De flesta säger en sak och gör det andra, men det

är trots allt inte det som är det mest allvarliga. Det mest allvarliga är att äldre generationer är föräldrar och mor-/farföräldrar, vilket innebär att alla unga som växer upp idag är vana vid att leva enligt deras principer. Deras förhållningssätt till miljöfrågan brukar också vara mer nonchalant än vad vår är, för att de har levt i en tid där man inte hade kännedom om hur allvarligt alla utsläpp kan påverka planeten. Detta ursäktar dock inte att många ungdomar inte tar miljöproblemet som det allvarliga problemet som det är. Framtiden är visserligen inte annat än en framtid, men framtiden kan vara lika hemsk och som den kan vara behaglig och bekväm.

Oavsett hinder som mänskligheten har stött på förut, har vi alltid varit villiga att samarbeta och på något vis försöka åtgärda dessa problem. Framtiden är fortfarande bara en framtid; vi kan alla ändra riktningen en liten bit för varje dag som går. Det värsta möjliga scenariot för vår framtid är att vi ignorerar nutiden, inspirerade av våra rädslor för stunden. Mänskligheten har alltid lämnat rum åt hopp och kommit över enorma hinder med hjälp av ren vilja. Den globala uppvärmningen kanske låter som någonting som inte vill ta slut och bara fortsätter att lyftas fram överallt runt omkring oss, men det är också ett hinder som alla lätt kan överkomma om vi bara tillåter oss själva att vara öppna för samarbete och tillåter oss att tro att vi kan klara av att komma över detta hinder. Ingenting är för svårt för människor att komma förbi, och ingen utmaning, oavsett hur stor den är, hindrar folk från att ta sig dit de själva vill.

Framtiden kan bli underbar, framtiden kan komma att bli väldigt ljus, och framtiden kan också vara ljuvlig; om vi väljer att göra framtiden till något underbart. Framtiden kan komma med mänsklighetens bästa tidsålder, men ingenting av det kan bli sant om inte vi tar tag i dagens problem. Vi behöver en fungerande och hållbar nutid för att lämna ett tillräckligt stort utrymme för en strålende framtid. Om vi ser till att nutiden fungerar som den ska och är på väg åt rätt håll, kan vi också lämna plats åt en säker och stabil framtid och en trygghet för kommande generationer. Framtiden kanske ser ut att vara hemsk, men om ingenting görs nu blir det bara hemskare, och detta allvar kan inte förbises. Vi behöver mer än inspiration och vackra ord för att lösa problemet som orsakar oron inför framtiden. Vi behöver handlingar som finns i drivkraften hos alla människor.

B.M.- Info Express  
hello@infoexpress.se

# Plats för dina, mina, våra barn och kompisar.

Hyundai KONA

Fr. **KR 164 900**



SUV-bilar blir allt populärare. Det gäller i synnerhet vår nya, rymliga familje-SUV KONA. Och det förstärker vi mycket väl. Om du vill kan du även få fyrhjulsdrift. Du kan också välja den koldioxidfria KONA electric eller den klassiska modellen som kör på diesel eller bensin. Valet är ditt! Oavsett modell så får du unik körkomfort, massor av utrustning och hög säkerhet på en och samma gång. För att inte tala om 5 års nybilsgaranti med fri körsträcka.

Läs mer på [hyundai.se](http://hyundai.se)

 **HYUNDAI**  
För framtiden

### INFO EXPRESS

X Solutions HB. Org nr: 969778-9353  
Tidningschef/Ansvarig utgivare: Laurentiu Mihai.  
Distribution: X Solutions HB  
Tryck: Pressgrannar AB, Linköping.

### Kontaktuppgifter

Internet: [www.infoexpress.se](http://www.infoexpress.se)  
E-post: [office@infoexpress.se](mailto:office@infoexpress.se)  
Hälsa på: [hello@infoexpress.se](mailto:hello@infoexpress.se)  
Redaktion: [redaktion@infoexpress.se](mailto:redaktion@infoexpress.se)

### Företagsannonser

W: [www.infoexpress.se](http://www.infoexpress.se) / [www.xtakes.se](http://www.xtakes.se)  
E: [annonsering@infoexpress.se](mailto:annonsering@infoexpress.se)  
[office@infoexpress.se](mailto:office@infoexpress.se); [office@xtakes.se](mailto:office@xtakes.se)  
M: 0761 888 442;

**5** ÅRS  
NYBILSGARANTI  
MED FRI KÖRSTRÄCKA

Hyundai KONA – NEDC: 4,1-7,0 l/100 km,  
CO<sub>2</sub> 108-158 g/km. WLTP: 4,9-8,2 CO<sub>2</sub>,  
129-187 g/km. Hyundai KONA electric  
– Räckvidd WLTP: 289-449 km.

**Hyundai Center Malmö A/B**

Hyundai Malmö  
Agnesfridsvägen 129, 213 75 Malmö  
Tlf. 040-55 26 40, [info@mmcmalmo.se](mailto:info@mmcmalmo.se)

### Öppettider

Mån-fre: 09.00 – 18.00  
Lör: 11.00 – 15.00  
Sön: 11.00 – 15.00

# Hur folk vill känna påverkar huruvida andra kan påverka deras känslor eller inte



Image by gabrielle\_cc from Pixabay

Forskning från Stanford angående känslor visar att människors motivation är en drivande faktor som ligger bakom hur mycket de tillåter att andra berör deras känslor, exempelvis ilska.

I en ny studie som lyfts fram i en artikel skriven av Alex Shashkevich för Stanford news beskrivs ett nytt forskningsexperiment. Det gick ut på att observera deltagarnas observationer och komma fram till varför folk reagerade olika på andra människors känslomässiga reaktioner. Studiens syfte var att undersöka den största bakomliggande faktorn till varför vissa svarar på upprörande situationer medan andra inte gör det, och människors motivation var den huvudsakliga orsaken till deras reaktioner. När medverkarna i studien valde att behålla sitt lugn var de lugna när de kom i kontakt med ilska reaktioner, medan det motsatta skedde om de valde att svara på ilskan. Studien visade också på att ilska personer blev mer känslösamma när de blev tillsagda att andra personer som också uppvisade ilska kände samma sak.

Resultatet från studien publicerades i "Journal of Experimental Psychology" den 13:e juni och det säger att människor har mer kontroll över hur mycket deras känslor påverkas av andra än vad man tidigare har antagit.

"Vi har länge vetat att folk ofta försöker kontrollera deras känslor när de tror att de inte är behjälpliga", hävdar James Gross, psykologiprofessor vid Stanford's School of Humanities and Sciences. "Dessa studier förlänger denna insikt visar även på att folk också kan styra över hur de påverkas av andras känslor".

För att se hur folk svarar på ilska ifrån deras närhet och reagerar på upprörande situationer har forskarna observerat deltagares reaktioner när de utsätts för olika förargande politiska budskap, som flaggbränning eller soldater som torteras. Forskarna sade också till deltagarna hur andra människor kände i samband med detta. Forskarna kom fram till att människor som ville behålla sitt lugn var tre gånger mer benägna att låta sig bli påverkade av folk som uppvisade lugn än folk som uppvisade ilska. Deltagare som visade starka reaktioner var dock mer benägna att låta sig påverkas av folk som uppvisade mer ilska reaktioner än vad de själva gjorde. Forskarna fick också reda på att de arga deltagarna blev mer känslösamma när

de fick höra att andra kände som de gjorde. "I vilken utsträckning folk lät sig motiveras till att ge uttryck för vissa känslor eller inte förutspådde hur mycket de känslomässigt påverkades när de utsattes för känslor från andra gruppmedlemmar", påpekar Amit Goldenberg, ledande författare angående studien och en doktorandkandidat i psykologi från Stanford.

Forskarna tittade även på sociala medier där de kunde se hur känslor uttrycktes i allmänhet, där de fokuserade på mordet av Michael Brown i Missouri 2014. Efter att ha analyserat 19 miljoner inlägg drogs slutsatsen att Twitter-användare berördes mer av starka känslor som uttrycktes av folk från deras flöde än vad de berördes av svagare och lugnare reaktioner. Studien kom också fram till att dessa Twitteranvändares inlägg som svarade på andra ilska kommentarer, hade en emotionell intensitet som förstärktes jämfört med deras tidigare inlägg och de uttryckte sig starkare än vad de andra hade gjort.

"Den sociala dimensionen av känslor är viktig att förstå, särskilt som svar på socio-politiska

evenemang där det blir viktigare att förstå användandet av sociala medier och människors konstanta exponering för andras känslor på olika plattformar," säger studiens författare, Jamil Zai, psykologiprofessor.

Källa: Stanford university

## HÅLL DIG LUGN!

# Kolla alltid var fisken kommer ifrån

Strömming och andra feta fiskar kan ingå i många läckra rätter, exempelvis på midsommarbordet, men är inte lika nyttigt för alla. Barn, unga och kvinnor i barnafödande ålder bör inte äta för mycket av vissa fiskar.

I fisk finns till exempel omega-3-fetter, D-vitamin, jod och selen, som många får i sig för lite av. Fisk och skaldjur bidrar också till att minska risken för flera olika folksjukdomar. Åt gärna fisk 2-3 gånger i veckan och variera mellan olika sorter, för hälsan och miljöns skull. Men en del fisksorter, till exempel feta fiskar från Östersjön och Bottniska viken, kan innehålla för mycket miljöföroreningar, som dioxiner och PCB:er. Barn, unga och kvinnor i barnafödande ålder är mer känsliga för miljöföroreningar. Därför finns särskilda kostråd för dem.

– För att inte få i sig för mycket miljögifter råder vi barn, unga och kvinnor i barnafödande ålder att inte äta den här typen av fisk oftare än 2-3 gånger om året, säger Rickard Bjerselius,

toxikolog på Livsmedelsverket.

**Odlad lax och sill i burk kan alla äta**  
Den lax som säljs i affär är oftast odlad eller vildfångad i andra hav än Östersjön och Bottniska viken och den innehåller därför förhållandevis låga halter miljöföroreningar. Den mesta burksillen som säljs i matbutiker kommer inte från Östersjön eller Bottniska viken. Dessa fiskar innehåller lägre halter av miljögifterna och den fisken kan du därför äta oftare. Läs på förpackningen eller fråga var sillen och laxen kommer ifrån om du är osäker.

**Kostråden**  
Unga kvinnor som någon gång vill ha barn, kvinnor som är gravida eller ammar, barn och ungdomar bör inte äta dessa fiskar oftare än högst 2-3



Foto: Pixabay

gånger/år – övriga kan äta dessa fiskar högst en gång i veckan.

- Vildfångad lax och öring från Östersjön, Bottniska viken, Vätern och Vättern. Även lax som är fångad i älvarna omfattas av kostråden.
- Strömming/sill från Östersjön och Bottniska viken (strömming och sill är samma fiskart. Sill kallas den söder om Kalmar, norr om Kalmar kallas den strömming.)

- Vildfångad sik från Vätern och Vättern
- Vildfångad röding från Vättern

Skanna och läs mer om varför all fisk inte är nyttig



Källa: Livsmedelsverket

# Exercise may have different effects in the Morning and Evening

METABOLISM Researchers from the University of Copenhagen have learned that the effect of exercise may differ depending on the time of day it is performed. In mice they demonstrate that exercise in the morning results in an increased metabolic response in skeletal muscle, while exercise later in the day increases energy expenditure for an extended period of time.



Image by Mabel Amber from Pixabay

We probably all know how important a healthy circadian rhythm is. Too little sleep can have severe health consequences. But researchers are still making new discoveries confirming that the body's circadian clock affects our health.

Now, researchers from University of

Copenhagen – in collaboration with researchers from University of California, Irvine – have learned that the effect of exercise may differ depending on the time of day it is performed. Studies in mice reveal that the effect of exercise performed in the beginning of the mouse' dark/active phase, corresponding to our morning,

differs from the effect of exercise performed in the beginning of the light/resting phase, corresponding to our evening.

'There appears to be rather significant differences between the effect of exercise performed in the morning and evening, and these differences are probably controlled by the body's circadian clock. Morning exercise initiates gene programs in the muscle cells, making them more effective and better capable of metabolising sugar and fat. Evening exercise, on the other hand, increases whole body energy expenditure for an extended period of time', says one of the researchers behind the study, Associate Professor Jonas Thue Treebak from the Novo Nordisk Foundation Center for Basic Metabolic Research.

**Morning Exercise Is Not Necessarily Better than Evening Exercise**

The researchers have measured a number of effects in the muscle cells, including the transcriptional response and effects on the metabolites. The results show that responses are far stronger in both areas following exercise in the morning and that this is likely to be controlled by a central mechanism involving the protein HIF1-alfa, which directly regulates the body's circadian clock.

Morning exercise appears to increase

the ability of muscle cells to metabolise sugar and fat, and this type of effect interests the researchers in relation to people with severe overweight and type 2 diabetes.

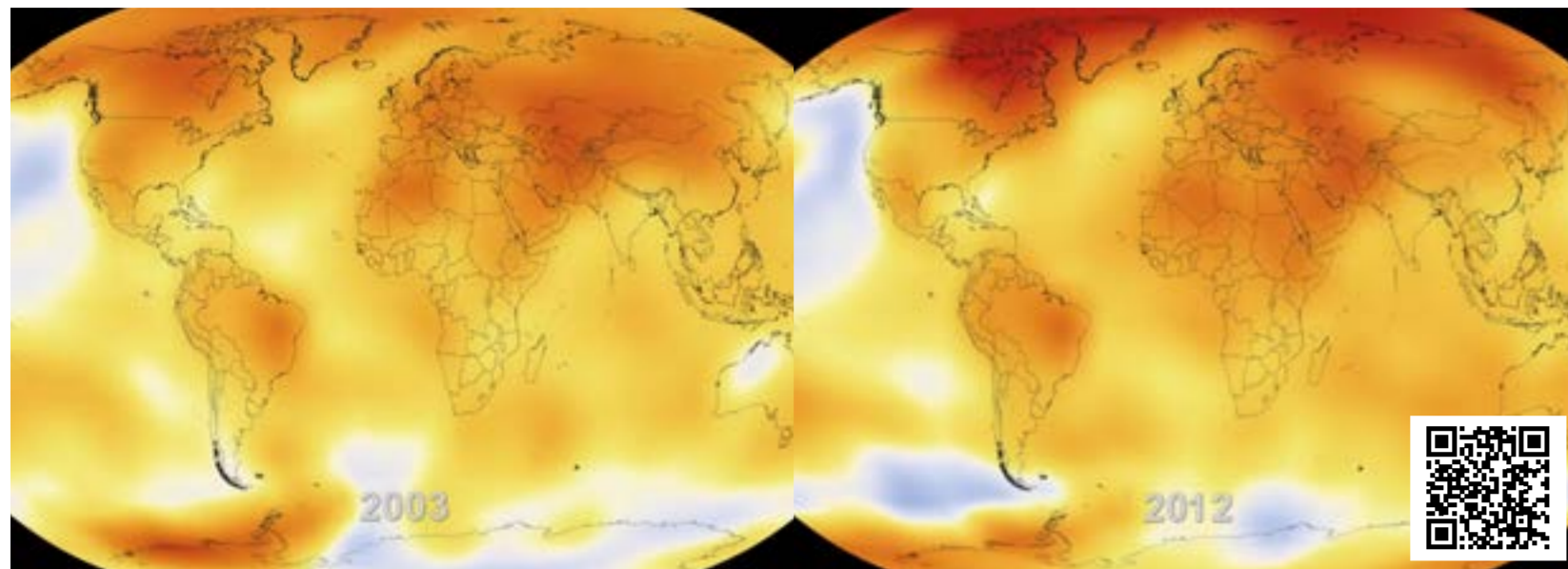
On the other hand, the results also show that exercise in the evening increases energy expenditure in the hours after exercise. Therefore, the researchers cannot necessarily conclude that exercise in the morning is better than exercise in the evening, Jonas Thue Treebak stresses.

'On this basis we cannot say for certain which is best, exercise in the morning or exercise in the evening. At this point, we can only conclude that the effects of the two appear to differ, and we certainly have to do more work to determine the potential mechanisms for the beneficial effects of exercise training performed at these two time-points. We are eager to extend these studies to humans to identify if timed exercise can be used as a treatment strategy for people with metabolic diseases', he explains.

The research results are part of several projects conducted at the Novo Nordisk Foundation Center for Basic Metabolic Research, which – from various perspectives – study the effect of the body's circadian clock on our health.

Källa: University of Copenhagen

## Ett varmare klimat ökar risken för våldsamma konflikter



A new study synthesizing views from experts across several fields indicates climate change will have an increasing impact on the risk of armed conflict. Källa: stanford.edu / Devon Ryan

**Klimatet har påverkat risken för väpnade konflikter. I takt med att globala temperaturer fortsätter att öka tror forskarna att klimatet kommer att förstärka risken för konflikt ytterligare, även om andra faktorer väger tyngre. Det visar en ny tvärvetenskaplig studie som publicerats i den vetenskapliga tidskriften Nature.**

Kan klimatförändringar trigga organiserad väpnad konflikt så som inbördeskrig eller göra den mer allvarlig? Detta är frågan som en tvärvetenskaplig grupp forskare bestående av bland annat statsvetare, naturvetare, ekonomer och freds- och konfliktforskare tagit sig an och nu publicerar sin analys kring.

Initiativet till studien kom från Katharine Mach, Director vid Stanford Environment Assessment Facility. Hon valde ut och kontaktade de viktigaste forskarna på området med hänsyn till spridning mellan olika discipliner, angreppssätt, åsikter och forskningsresultat.

– Att kartlägga den samlade kunskapen om på vilket sätt och hur mycket klimatförändringarna kan antas påverka konfliktrisker i framtiden är mycket viktig för en bedömning av risker och möjligheter att minska

dessa, säger Nina von Uexkull, forskare vid institutionen för freds och konfliktforskning vid Uppsala universitet och den enda svenska medförfattaren till studien.

Forskarna har haft olika bilder av problemet och angreppssätt med sig in i arbetet. Enligt deras uppskattning kan mellan 3 och 20 procent av risken för väpnad konflikt inom länder tillskrivas klimatrelaterade faktorer de senaste hundra åren. Siffrorna speglar både hur sannolika och hur allvarliga konflikterna har varit. Ingen av forskarna ville utesluta att klimatet hade haft inverkan på 10 procent av konfliktrisken.

– Det har funnits stor oenighet om sambandet mellan klimat och konflikt. Vår analys representerar en stark bas för att reda ut styrkorna och begränsningarna med den förståelse vi har idag och anledningarna till att vi forskare

ibland inte är överens, säger studiens huvudförfattare Katharine Mach.

I ett framtidsscenario med fyra graders global uppvärmning kommer klimatets inflytande över konflikter att bli fem gånger högre, tror forskarna. Till och med om världen lyckas hålla sig till Parisavtalets mål om endast en tvågradig ökning skulle klimatets påverkan på konflikter dubblas, menar de.

Klimatförändringar kan påverka jordbruksproduktion, ekonomier generellt och även förstärka orättvisor och ojämlikheter mellan grupper. Alla dessa faktorer kan samverka med andra omständigheter och potentiellt öka risken för våld.

Forskarna i studien är överens om att klimatet under de senaste decennierna har påverkat väpnade konflikter men de klagar också att andra faktorer, så som låg socioekonomisk utveckling, statsmaktens styrka, ojämlikheter i samhället och nyliga erfarenheter av våldsamt konflikt har mycket tyngre inflytande över risken för konflikt inom länder.

Det kvarstår fortfarande en osäkerhet kring hur klimatförändringar påverkar väpnad konflikt. Mekanismerna kring hur klimatet påverkar konflikt

och under vilka omständigheter dessa mekanismer uppstår är bara delvis utrett. Till exempel är det troligt att konsekvenserna av framtida klimatförändringar blir annorlunda än de som blev följden av historiska klimatstörningar.

Arbetet med att minska risken för konflikt går hand i hand med förberedelser för att hantera ett förändrat klimat. I studien beskriver forskarna hur olika anpassningsstrategier kan användas för att säkra mattillgång och diversifiera ekonomiska möjligheter, allt för att minska risken för att klimatförändringar ska ge näring åt konflikter. Fredsbevarande insatser, konfliktmedlare och post-konfliktinsatser skulle också kunna inkludera klimat i sina riskreduceringsstrategier genom att titta på sätt som klimatrisker kan förvärra våldsamma konflikter i framtiden, menar forskarna.

– Att uppskatta klimatförändringens roll och dess inverkan på säkerhet är inte bara viktigt för att förstå den sociala kostnaden för våra fortsatta utsläpp av växthusgaser. Det är också viktigt för att prioritera åtgärder, som skulle kunna inkludera bistånd och samarbete, säger Katharine Mach.

Källa: Uppsala universitet/Stanford.edu

Foto: Pixabay



## Ursäktar klimatkrisen ett impulsivt agerande?

Människor har tendenser att enbart agera och genomföra drastiska beslut när det är akut, som nu när vår planet gradvis möter problem som en stigande temperatur och smälta isar. Risken för att dessa beslut baseras på negativ stress är stor, och därför bör vi överväga om vi verkligen gör det bästa för vår planets framtid i nuläget.

Vad vi trodde var mänsklighetens räddning blev mänsklighetens förstörelse. Plast, fossila bränslen, bekämpningsmedel och annat som är centralt inom vårt samhälle fortsätter att förstöra naturen dag för dag, trots att deras uppfinnande lovprisades förut. Det här säger mer än tillräckligt om valen vi gör idag och hur det kan påverka vår framtid. Alltför många gånger har ämnen som antagits vara ofarliga med lätthet använts inom bland annat jordbruk-, kosmetika- och modeindustrin, oftast med förödande konsekvenser. Vi kan inte ta samma risker med mänsklighetens framtid.

Idag tror forskare att fler lösningar på miljöproblemet finns än vad de i själva verket verkar finnas, om man ser till kritiken för de gröna lösningarna. Exempelvis hävdas det att produktionen av batterier, främst till elbilar, förstör miljön i olika länder för att man extraherar sällsynta ämnen som kobolt och litium. Dessutom har olika metoder för att få fram grön el kritiserats, för att till exempel vattenkraftverken stör den omkringliggande miljön. De flesta metoder för energiförsörjning involverar olika risker för störningar av den närliggande naturen, men dessa risker är i folks



Foto: Pixabay



medvetande. Det är därför det är helt oacceptabelt att vi i vår nutida situation inte undersöker olika så kallade lösningar mer ingående, för att försäkra oss om att dessa nya uppfinningar och dessa nya tekniker verkligen är oskadliga. Vi kan inte kasta oss in i tidigare okända resultat av ny teknik och hoppas att det blir bra, när det kan vara mer skadligt till att börja med.

Det verkar som att konsekvenserna inte uppmärksammas när man upptäcker fördelarna med något, utan att man bara dras med i en ny trend. Det var iallafall så radioaktivitetens popularitet spred sig strax efter Marie Curies upptäckt. Då hade man inte kunskaperna om hur farligt radioaktivitet var, och man lade bland annat plutonium, uran och radium i smink, krämer och till och med i förpackat vatten, utan att undersöka dess eventuella effekter på människorna. Vi kan inte göra samma sak med vår planet. Freon tilläts i allt från hårspray till kylskåp, för att man senare skulle uppmärksamma problem som uppstod vid ozonlagret. Det är inte lämpligt att kasta sig in i någonting utan att

vetat vad det är man gör egentligen, i synnerhet inte när det gäller jordklotets välmående.

Visserligen kan nya uppfinningar visa sig att vara ofarliga, som exempelvis vaccin och penicillin, men att aktivt satsa på någonting som verkar fördelaktigt utan tillräckligt med undersökningar på lång sikt är inte ett bra sätt att lösa problemet på; det är bara ett högt risktagande beteende som kan riskera så pass mycket mer än människors liv. Nya tekniker och andra metoder att utföra saker på bör undersökas noggrant innan de släpps ut på marknaden. Med vår välvilja att hjälpa miljön kan vi komma att förstöra den ännu mer om inte lösningen testas på alla plan. Behovet av att ta initiativ för att förbättra klimatet och dämpa effekterna av växthuseffekten är välmenande, men det betyder inte att vi borde kasta oss in i saker vars användning och påverkan är osäkra.

CBM - Info Express  
hello@infoexpress.se



## Så skapades den svenska (social)demokratin – mot alla odds



Bilden visar troligen en 1:a maj-demonstration i Lund 1963. Foto: Firma Hagblom-Foto, Lunds universitets bildsamlingar

I en ny vetenskaplig artikel slår ekonomihistorikern Erik Bengtsson hål på myten om Sverige som ödesbestämt att bli (social)demokratiskt. Många tror att den svenska jämlikheten vilar på en tradition av samförstånd och självständiga bönder. I stället visar Bengtsson hur bland annat nykterhetsrörelsens starka organisationskultur la grunden till det svenska folkhemmet. Detta mot alla odds eftersom att Sverige i början av 1900-talet var ett av västvärldens mest ojämlika länder.

Sverige har väl alltid hållit jämlikhetens och välfärdens fana hissad? Tänk självständiga och frisinna bönder som kunde bana vägen för rösträtt och (social)demokrati. Nej, det där är en förskönande och romantisk bild som inte stämmer alls, menar forskaren Erik Bengtsson från Ekonomihögskolan vid Lunds universitet.

– Etnologer brukar beskriva svenska berättelser om svensket som en ekokammare. Påståenden upppeas om och om igen, men egentligen stammar de från samma, tvivelaktiga källor. Berättelsen om den svenska demokratin som stammande från bönderna är fin och kanske vill vi själva hellre se oss som frukten av glada dalmassar i folkdräkt, hellre än en fattig allmog. Men det är vårt jobb som historiker att bromsa lite, föra debatten vidare och visa hur den här berättelsen är undermålig, säger han.

*”Sverige var det minst demokratiska landet i Västeuropa i början av 1900-talet. Nästan ingen fick vara med i politiken, nästan ingen fick rösta.”*

I essän ”The Swedish Sonderweg in question: Democratization and inequality in comparative perspective”, nyligen publicerad i tidskriften Past and Present, lyfter Erik Bengtsson fram en annan, enklare, förklaring till att Sverige från 1930-talet och en bit in på 80-talet blev ett socialdemokrati-

stiskt mönsterland.

– Sverige var det minst demokratiska landet i Västeuropa i början av 1900-talet. Nästan ingen fick vara med i politiken, nästan ingen fick rösta. Det gjorde att en stor del av befolkningen kunde enas om att en annan ordning vore möjlig. Vi fick en politisk värld med nästan hela folket mot en liten elit och när folket fick makten så skapade det en politisk dynamik med en stark folklig allians för demokrati och jämlikhet.

Erik Bengtsson befann sig för några år sedan i Brasilien för att bland annat undervisa om hur Sverige demokratiserades. När han läste in sig på den engelskspråkiga litteraturen i ämnet, visade det sig att den inte bara var föråldrad – den drog felaktiga slutsatser.

– Det finns en romantisering internationellt av Sverige, som det lilla landet i norr som blev världsbäst på jämlikhet och att det skulle bero på en tradition av självständiga bönder och att det inte fanns någon adel. Problemet är bara att det är rent hittepå. Man vill tro att Sverige var ett unikt Bullerby-land, men det är fel.

I essän går Bengtsson systematiskt igenom fakta om Sveriges demokratiseringsprocess. Till exempel:

Fram till 1885 reglerades den svenska arbetsmarknaden av en arbetsordning

som sa att om en person inte kunde leva av det som den ägde, och inte hade någon anställning, så kunde de dömas till tvångsarbete. Sverige var det sista landet i Norden att avskaffa den här typen av förordning. Förmögenhetsjämligheten ökade i Sverige från 1750 fram till början av 1900. Bland annat växte de jordlösa grupperna på landsbygden kraftigt. 1910 ägde 10 procent av de rikaste människorna i Sverige 88 procent av de privata förmögenheterna. Det kan jämföras med 89 procent i Frankrike, 92 i Storbritannien och 81 i USA.

Ytterst få män fick rösta vid förra sekelskiftet. 24 procent av de svenska männen hade rösträtt 1890, mycket lägre än Norge (77 %), Frankrike (85 %) och Tyskland (82 %). Hälften av de röstberättigade männen valde att använda sin rösträtt år 1896.

Systemet med kommuner stammar i Sverige från 1862. För att få rösta i kommunvalet var man tvungen att ha en viss inkomst eller förmögenhet. De allra rikaste hade flera röster. Det ledde till att vissa landsortskommuner kunde styras av en ”diktator”, i betydelsen att en person kontrollerade mer än hälften av rösterna. Merparten av de bönder som faktiskt befann sig i en maktställning innan den allmänna rösträttsens införande, hade konservativa – inte progressiva – åsikter. Många av de som befann sig utanför maktens korridorer – småborgare, lägre medelklass och arbetarklassen – kunde enas i rösträttsrörelsen.

Nyckeln till den svenska demokratin låg således inte hos bondeklassen, enligt Bengtsson, utan i den ”fenomenalt starka organisationskultur” som föddes genom nykterhetsrörelsen och frikyrkorna under slutet av 1800-talet. Det bidrog till att skola de blivande socialdemokraterna, vars parti, bildat 1889 snabbt växte sig starkt och fick många medlemmar som definierade sig som arbetarklass.

*”Det är väldigt enkelt: Om man har en mäktig aktör som vill ha en jämlik modell, så får man en jämlik modell.”*

– Det var helt klart en metod för att organisera folk som visade sig vara framgångsrik och som gjorde att Sverige fick världens starkaste socialdemokrati. Det är väldigt enkelt: Om man har en mäktig aktör som vill ha en jämlik modell, så får man en jämlik modell.

Socialdemokraterna styrde Sverige i 44 år, från 1931 till 1976. Starten togs i en koalitionsregering med Bondeförbundet, men det i sig var inte någon konsekvens av ett långt stöd, visar Bengtsson. I själva verket förhandlade socialdemokraterna 1932–33 samtidigt med högern, bondeförbundet och liberalerna, där liberalerna egentligen var deras önskepartner. Samarbetet med bönderna var långtifrån självklart – tvärtom.

I dag är Sverige det elfte mest jämlika OECD-landet, omsprunget av alla nordiska länder, liksom Slovenien, Belgien och Österrike. Valfärdens omfördelningspolitik har minskat så mycket att forskare nu ifrågasätter om Sverige fortfarande är en ”socialdemokratisk modell”.

– Om vi kan förstå hur ett land blir jämlikt och vilka faktorer som är viktiga, så har det också relevans för dagens debatt. Om man kan visa att det inte finns någon kontinuitet i svensk historia, att jämlikheten inte bygger på vår kultur, då kan man visa att det är en bräcklig konstruktion som vi kan gå miste om genom politiska beslut. Den svenska jämlikheten riskerar annars att ses som något evigt och överhistoriskt, och då har politiker en ursäkt till att inte skydda den, säger Erik Bengtsson.

Källa: Lunds universitet

## Effekterna av ekonomisk globalisering i Europa: Nyckelfakta

Ökad export, jobb, möjligheter för små och medelstora företag. Ta reda på vad ekonomisk globalisering har inneburit för den Europeiska unionen.

Globalisering skapar många möjligheter och mycket nytta, men också många utmaningar. EU vill kunna dra så stor nytta av den som möjligt genom att utnyttja dess möjligheter, och minimera dess negativa effekter.

**Ökad handel för europeiska företag** EU:s handelspolitik och dess stora antal handelsavtal som EU förhandlat fram med andra länder gör regionen till en bra region att göra affärer med. För 80 länder är EU den största handelspartnern.

Som en konsekvens av det är EU en av de största aktörerna i internationell handel vid sidan om USA och Kina, där EU:s exporter utgör mer än 15 procent av den globala exporten. Över 80 procent av europeiska exportörer är små och medelstora företag.

EU:s export av varor och tjänster ökade från cirka 1 160 miljarder euro år 2000 till 2 900 miljarder euro 2018. År 2017 ökade exporterna till Sydkorea med över 12 procent, till Colombia med mer än 10 procent och EU-exporterna till Kanada ökade med 7 procent.

### Jobbmöjligheter

Globaliseringen medför också jobbmöjligheter. År 2017 var mer än 36 miljoner jobb, vart sjunde arbetstillfälle, avhängigt av EU-export. Varje miljard i exporter från EU understödjer i genomsnitt 13 000 jobb inom

unionen.

I Sverige 2018 var ungefär 724 000 jobb avhängiga av EU-exporter. Ytterligare 146 000 jobb var beroende av exporter från andra EU-länder till länder utanför unionen. Tillsammans motsvarar detta 17 procent av alla jobb i landet.

De flesta exportrelaterade jobben är välbetalda. I genomsnitt är lönen 12 procent högre för exportberoende tjänster jämfört med andra tjänster.

### Fördelar för konsumenter

Den stora nyttan av globalisering och handel för konsumenten kommer från import. Handelsavtal innebär att importörer betalar lägre tullar. Tillsammans med ökad konkurrens innebär det lägre priser för varor (kläder, smartphones, TV-apparater, mjukvara, bilar m.m.) och tjänster.

Konsumenter kan också dra nytta av större urval, eftersom mängden produkter och tjänster ökar.

Lägre priser och större urval beräknas medföra en ekonomisk vinst på 600 euro per konsument och år. Västlandet och bekvämligheten ökar precis som levnadsstandarden.

### Nyttan av handel inom EU

Inom EU syftar den gemensamma marknaden till att ta bort alla hinder för att handla mellan EU-länderna.



Så många jobb bidrar handeln med länder utanför EU med

EU:s gemensamma marknad är världens största tullfria, ekonomiska område. Området omfattar mer än 500 miljoner medborgare med en total BNP på ungefär 13 biljoner euro.

Den gemensamma marknaden beräknas ha skapat 2,8 miljoner jobb.

Källa: Europeiska kommissionen

## Annual inflation down to 1.2% in the euro area

### May 2019

The euro area annual inflation rate was 1.2% in May 2019, down from 1.7% in April 2019. A year earlier, the rate was 2.0%. European Union annual inflation was 1.6% in May 2019, down from 1.9% in April 2019.

A year earlier, the rate was 2.0%. These figures are published by Eurostat, the statistical office of the European Union.

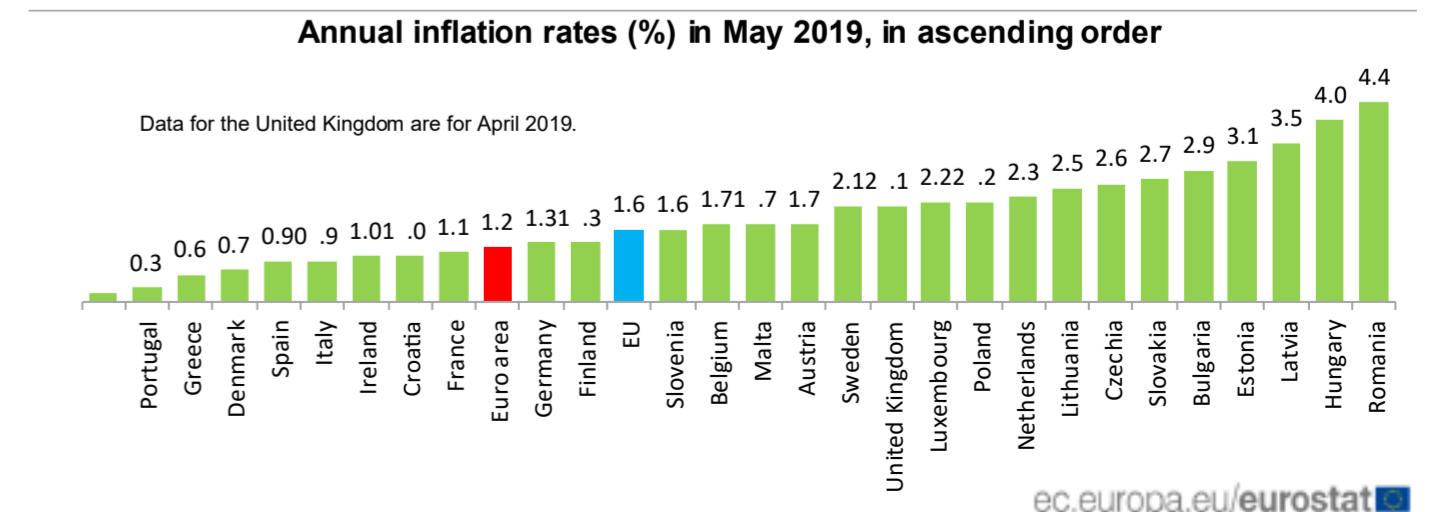
The lowest annual rates were registered in Cyprus (0.2%), Portugal (0.3%) and Greece (0.6%). The highest

annual rates were recorded in Romania (4.4%), Hungary (4.0%) and Latvia (3.5%). Compared with April 2019, annual inflation fell in sixteen Member States, remained stable in

five and rose in six. In May 2019, the highest contribution to the annual euro area inflation rate came from services (+0.47 percentage points, pp), followed by energy (+0.38

pp), food, alcohol & tobacco (+0.29 pp) and non-energy industrial goods (+0.08 pp).

Källa: Eurostat



## HOROSKOP - JULI 2019

### Vädur

Inre styrka, spontan energi, självförtroende

Även om juli också kommer med känslighet bör du gömma din sårbarhet. Du bör använda dina djupaste känslor för att göra din partner lycklig och ge honom eller henne kärlek. Tack vare solen i Lejonet dör Väduren för rikedom, vilket ger honom energi till att uppnå sina mål.

Med den kommande andra halvan av året kommer situationen antligen att bli bättre. De problem som uppstått på jobbet är löst och du kan göra det du tycker om igen. Ta en tur till naturen, njut av friheten. Väduren kan också förvänta sig positiv energi i relationer.

Känn dig fri att vara ständaktig. Kör på även om det bekostar andra. Det är en tävling och det är så livet fungerar.

Du har inte haft möjlighet att träffa hela din familj på länge nu. Visa lite initiativ och organisera en släkträff.

### Oxen

Stark och envis, men praktisk och beslutsam

Juli väcker din önskan om djupa känslor. Din empatiska förmåga finns nära, vilket innebär att dina relationer kan blomstra. Men Oxen bör komma ihåg att det finns sårbarhet med känslor. Därför bör du hålla dina känslosamma stunder för någon som du verkligen listar på.

Arbetsituationen som kommer upp i juli kommer troligen att kräva din uppmärksamhet igen. Lyckligtvis blir det inte ett komplicerat problem, så allt kommer att lösas på ett tag. Hur som helst, denna situation ger en chans att visa dina färdigheter och sticka ut från andelen andra arbetare. Du bör också ta hand om din hälsa, även om det är varmt. Det kommer att lösas på ett tag.

Denna dagen har de bästa förutsättningarna för intellektuellt baserade aktiviteter. Ta dig tiden att lära dig någonting.

Den senaste tiden har du varit hälso-sam, bräka inte med det. Du kan få allvarliga problem senare.

### Tvillingarna

Kommunikativ och artig karaktär med ett sinne för humor och kreativitet

Tvillingarna välkomnar juli som ett tecken på öppen kommunikation. Om du vill ha en stadig pojkvän / flickvän, kommer din dröm sannolikt att inträffa. Merkurius i Leo ger dig bra kommunikationsförmåga för att underhålla din publik. Å andra sidan kan du sakna kritiskt tänkande.

Stjärnorna lovar Tvillingen en stor chans när det gäller relationer. En intressant person kommer att dyka upp i ditt liv och deras företag kommer bokstavligen att ställa under en stävning. Du kommer att träffa rätt anteckning omedelbart och kvällar som spenderas tillsammans kommer att tyckas som en självklarhet. Du är helt avslappnad när du följer med dem. Glöm inte att fokusera på ditt arbete i juli.

Du kommer nå botten nästan helt och hållet, men å andra sidan kommer du inse att du är mycket starkare än du trodde. Vill du gå ner i vikt bör du först och

främst skära ner på alkoholen.

### Kräftan

Emotionell men mottaglig karaktär, lynnig och avvaktande

Juli ger samma känslighet som juni. Kräftan är dock mer uppmärksam och sympatisk denna gång. Områden där du är osäker kan orsaka oro, så försök att vara nära din familj och dina vänner som ger dig säkerhet. Men var försiktig med överdrivna och överkänsliga reaktioner.

Juli kommer inte att medföra några nya händelser inom karriärområdet. Varje krafta bör rikta uppmärksamheten på ett annat sätt. Tillbringa lite tid med din familj, ta in ditt samvete och du kommer säkert att få reda på att du nyligen har försummat dem lite. Din tid kan också spenderas på självutveckling - både fysiskt och mentalt.

Äntligen får du träffa någon som inspirerat dig mycket. Ta chansen och var kreativ!

Övertala din partner eller en vän att följa med på en bal. Det är årets event och atmosfären är verkligen värt det.

Ändra din diet, åt mer grönsaker och mindre salt. Du kommer må bättre.

### Lejonet

Modig, självförtroende, bestämd och öppen är lejonet

Eftersom Lejonet är ett soligt tecken, har han ett juli fullt av energi framåt. Det betyder att han vill njuta av äventyr och nya upplevelser. Det är möjligt att din själsfrände kommer i din väg, men det kan inte vara en ny kärlek, utan bara en bra vän. Långsiktiga relationer blomstrar mer än någonsin tidigare.

Situationen i det personliga livet kommer nu att lugna sig ner. Branden i din passion släcker, men just nu kan ett förhållande för livet födas. Juli är visserligen fördelaktigt för långsiktiga relationer. Enligt horoskopet bör Lejonet vara försiktig med sin hälsa. Du kan bli utsatt för några mindre skador på grund av uppmärksamhet, men även de kan leda dig från ditt spår.

Var inte undergiven och låt inte folk behandla dig på det sättet. Stå upp för dina rättigheter.

Du avundas de som ser så fräscha ut, men det kan du också, om du vill!

### Jungfru

Försiktig, uppmärksam men intelligent och noggrann är jungfrun

Juli, särskilt de sista dagarna i juli, ger oväntade erbjudanden. Jungfru bör inte vägra dem, oavsett om det är en helg med kompisar, en inbjudan till en romantisk träff eller det är ett äventyr. Gå till nya utmaningar, trots din rädsla.

Under påverkan av ett starkt moraliskt medvetande kommer Jungfrun antligen att sortera sina prioriteringar i juli. I både karriär och personligt liv. En befriande känsla väntar på dig. Du har antligen dina värden sorterade ut och kan fortsätta med din plan. Om du håller fast vid det kommer du säkert att nå ditt drömmål.

Om du inte håller med någon, säg det då, men uppför dig alltid artig.

Ta en paus och slappna av. Läs en bok eller se en film.

### Vågen

Rättvis, sympatisk, harmoni och intellekt

Juli ger dig mycket energi, som du använder mest till att investera i olika sociala evenemang. Vågen känner nu bäst i meningsfull vänskap. Det finns möjlighet till att roa en publik. En Merkuriusposition i Lejonet ger Vågen dess förmåga. Du kan använda denna talang, även i din karriär.

Denna månad kommer stjärnorna att ändra sin position. Vågen kommer säkert att kunna lita på stöd och hjälp. I juli, tveka inte att återvända till förmån för den person som lånar dig en hjälpande hand så snart du har möjlighet att göra det, oavsett om det är din partner, familjemedlem eller vän. Din hälsa kommer att vara stark under denna period, du behöver inte frukta någonting, inte ens skador.

Du borde inte slöa omkring även om andra gör det. Din chef kommer lägga märke till dina ansträngningar.

Har du ro i själen kan du förhindra ett besök hos en läkare eller terapeut.

### Skorpionen

Observant kämpe, förutseende och empatisk mot andra

Juli symboliserar en bra period för Skorpionen att ta semester. Det bästa kan vara en stuga mitt i bergen eller något mysigt pensionat vid havet. På dessa ställen får du energi för andra månader.

I juli kommer varje skorpion att uppmärksamma sin karriär. Du tänker inte ens på semester. Arbetet är glatt och uppfyller för dig, så du har inga motivationsproblem. Dessutom är det en stor flykt från det personliga livet, där saker kanske inte är så ljusa. Du kommer att rensa huvudet perfekt, till exempel, medan du tar en promenad i naturen.

Du borde inte vara distraherad på jobbet. När du är på jobbet sätt hushållsbekymren åt sidan, det fungerar inte på något annat sätt.

Denna dagen har de bästa förutsättningarna för intellektuellt baserade aktiviteter. Ta dig tiden att lära dig någonting.

Ditt engagemang är starkt och du kan bara fortsätta och fortsätta. Men du borde sätta några gränser; annars kanske detta inte slutar väl.

### Skytten

Målmedveten, energisk och fylld med längtan och ansträngning.

Om det finns några aktiviteter som du alltid har velat prova, är det rätt tid att njuta av juli. Just nu bör Skytten fokusera på sportaktiviteter, där han kan nå framgång praktiskt taget utan ansträngning. Varje form av sport är ett utmärkt tillfälle att undvika stereotyp.

Efter den föregående hektiska perioden kommer Skytten antligen att ha sin välförtjänta vila. Ta en tur med vänner eller planera en semester. I juli är läget på jobbet ganska lugnt, så du behöver inte vara orolig för att du saknar information under din frånvaro. Din hälsa kommer också att vara mycket stark.

Självklart gillar du inte idén att spendera hela dagen på jobbet. Men du borde bita ihop så du inte orsakar problem.

Du kan skämma bort dig själv utan problem. Du förtjänar det trots allt. Du har kämpat på bra den senaste tiden.

### Stenbocken

Konservativa stjärntecken är praktiska, försiktiga, envisa och allvarliga. Varje Stenbock kommer att njuta av juli om han fokuserar på sport och stannar i naturen. Du har mycket energi, så du utnyttjar alla möjligheter till aktivt fritidsliv. Förstå också, din livsstil är inte universell, så tvinga inte andra att dela med dig. Alla har inte samma väglängd.

Juli lovar en gradvis lugnande i arbetet med Stenbockens liv. Efter de tidigare svårigheterna kommer du antligen att få den välbehövliga vilan. Det kan dock finnas familjeproblem. En dold hemlighet kan komma till ljuset eller en oväntad händelse äger rum. Hur som helst måste denna situation behandlas snarast möjligt. Semester måste vänta.

När saker och ting blir besvärliga visar det sig att du gör mycket bättre ifrån dig än dina kollegor.

Din sinnesstämning är inte särskilt bra, men var inte desperat. Lagg tid på någonting du tycker om. Stanna kvar sent på jobbet och tänk inte för mycket.

### Vattumannen

Själfull och romantisk med en känsla för experimentering

Sommaren är igång, så Vattumannen kan gå på en välförtjänt semester. Alla långsiktiga problem du oroade dig för är lösta och du kan njuta av lugn. Du borde välja någon destination som du inte har besökt än.

Enligt stjärnorna kommer harmoni i relationer att fortsätta i juli. Nu är det kärlekens tid. Både nya obligationer och de långa kommer att blomma. Därför kommer Vattumannen att kunna konsolidera det ömsesidiga förtroendet och känna igen kärlek igen. Tack vare mycket energi kommer du också att göra de sport du gillar.

Ordet "kreativ" säger dig inte mycket nuförtiden. Du har haft bättre dagar, men bli inte upprörd över det.

Hälsa är viktigare än träning. Pressa dig inte över gränserna eller en skip-pad dag kan betyda så mycket mer.

### Fiskarna

Blygsam och känsligt stjärntecken, de har stark självuppfattning och inspiration

Om du tänker på en semester, välj inte farliga platser. Juli gynnar dem inte. Fiskarna borde stanna vid platser de vet väl. De bästa platserna för dig är i Tjeckien eller på klassiska främmande platser som Kroatien eller Italien. Var inte rädd för att vila upp dig; din överordnade förstår det.

Juli kan betyda, för Fiskarna, en viss form av minskning av sina ambitioner. Plattformarnas positionering är inte särskilt bekväm just nu. Om du står inför utmanande frågor måste du verkligen tänka igenom svaret och utvärdera alla fördelar och nackdelar. Du kommer inte göra fel om du släcker detta dilemma för senare.

Det är skönt att få massage, men det är fördelaktigt att skaffa sig teoretisk och praktiskt kunskap. Anmäl dig till en massagekurs.

Du behöver ordning och reda i ditt liv just nu. Sätt upp en plan ett par dagar i förväg och försök följa den.

Källa: skyhoroskop.se

## Tips inför husvagns- och husbilssemestern

Att semestra i husbil eller i husvagn har blivit allt mer populärt men tyvärr kan drömmen om den perfekta ledigheten snabbt förvandlas till det motsatta. Med hjälp av våra tips kan sommaren bli precis så härlig som du hade tänkt dig.

Många av dem som ger sig ut på vägarna i en husbil eller med en husvagn gör det för att få uppleva den totala friheten. Ingen oro för var man ska sova och inga krav på att man ska planera långt i förväg. Blir man sugen på att se något nytt är det bara att rulla vidare.

Andra gör tvärtom, parkerar på en favoritplats och stannar länge.

Oavsett vilket finns det en del risker med campingvagnar. Här kommer några tips för att sommaren ska bli både skön och säker.



Bild: Vaine Arvidsson fukttestar en husvagn. (foto: Opus Bilprovning)

## Oseriösa hantverkare - skydda dig

Har du blivit erbjuden husrenovering eller asfaltering av garageuppfarten för en billig penning? Var säker på att du anlitar seriösa hantverkare innan du ingår avtal.

Ofta åker oseriösa husrenoverare och asfaltarbetare runt i bostadsområden och letar efter lämpliga fastigheter som är i behov av renovering. De söker ofta upp äldre personer, eftersom dessa ibland har svårt att stå emot påstridiga säljare.

När de ringer på din dörr utger de sig för att vara hantverkare som kan renovera huset, asfaltera uppfarten eller lägga plattor. Oftast kan de börja arbeta omgående.

Överenskommelsen sker alltid muntligt, det skrivs inga avtal och de vill oftast ha kontant förskottsbetalning.

Att bilen eller vagnen är besiktad är ett måste, och för husbilar gäller det att de ska in på kontroll med samma intervall som vanliga personbilar. Husvagnar däremot klassas som släpvagnar och ska besiktas vartannat år.

Utöver det är det viktigt att hålla koll på gasolustrustningen. Ett läckage medför en akut risk för brand och explosion, men en än större fara är att personer som är inne i vagnen riskerar att bli kolmonoxidförgiftade. Ett tillstånd som i allvarliga fall kan orsaka svåra skador och i värsta fall döden.



Bild: Jonathan gasoltestar en husvagn på Elmia-mässan i Jönköping. (foto: Opus Bilprovning)

– Det finns inte längre något lagkrav på att man ska besikta gasolanläggningen, men jag rekommenderar alla att göra en kontroll varje år. Det är en liten kostnad för säkerhet och trygghet under resan, säger Johan Sundman, stationschef på Opus Bilprovning i Jönköping.

Den som har genomfört gasolkontroll hos Opus Bilprovning får ett protokoll där eventuella brister är noterade. Är allt godkänt får du även märket "Genomförd Gasolkontroll" som sedan kan fästas på bilen eller vagnen. Vissa campingplatser ställer till och med krav att du har gjort kontrollen för att du ska vara välkommen som gäst hos dem.

Se även till att ha en gasolvarnare ombord. Med en sådan får du ett tidigt larm om att ett gasläckage har uppstått, vilket gör att du kan ta dig ut i friska luften innan det är för sent. När ni väl är ute i säkerhet är det bra att först slå av bilens motor och sedan stänga av

ventilen till gasolustrustningen. Tänk även på att räddningstjänsten inte är till mycket hjälp om det börjar brinna i en husbil eller husvagn, brandförloppet är ofta så intensivt att de inte hinner fram innan allt är nedbrunnet. För att få stopp på en brand bör du därför ha tillgång till både brandvarnare, brandsläckare och brandfilt.

Ett annat bekymmer är att husbilar och husvagnar ofta drabbas av fuktskador. Anledningen till det är att de har en rörlig kaross som utsätts för väldiga krängningar under färd, vilket gör att det lätt kan uppstå sprickor där vatten kan tränga in.

– I samband med att man besiktat bilen eller vagnen hos oss är det möjligt att till en låg extrakostnad även få ett fukttest utfört. Gör man det får man möjligheten att åtgärda problem innan skadorna blir för stora.

Källa: Opus Bilprovning



Foto: Pixabay

sedel. Även utländska företagare kan få svensk F-skattsedel. Kontrollera via Bolagsverket och Skatteverket att företaget verkligen existerar. Teckna ett skriftligt avtal över vad hantverkaren ska utföra och vad det ska kosta. Annars kan det vara svårt

att vinna en eventuell rättslig tvist. Betala aldrig i förskott, betala först när du är nöjd med arbetet som helhet. Betala inte kontant. Se till att betala till ett företagskonto.

Källa: Polisen

# SOMMARLÅTEN!

♪♪ SOMMARPRISER, HEJ, HEJ, SOMMARPRISER!

SOMMARCYKEL! VI KÄNNER DET ÄR NÅNTING PÅ GÅNG! SOMMARCYKEL!  
SOMMARCYKEL! KÖP DEN NU PÅ EN GÅNG, SOMMARCYKEL!  
CYKLA RUNT I EN STAD SOM GLÖDER, SOM VISKAR, BLI MIN IDAG!  
SOMMARPRISER, HEJ, HEJ, SOMMARPRISER! ♪♪



SPARA  
**2000:-**

SPARA  
**2000:-**



**3995:- 5995:-**

### SKANSTULL MELISSA 3-VXL

Klassisk 3-växlad och fullt utrustad damcykel, självklart med riktigt bra kvalitet och rostskydd! Exklusivt utrustad med gel-sadel från Selle royal, snygg retrobelysning, stålskärmar, kedjeskydd i stål, ergonomiska handtag, solid pakethållare, stöd och fast ramlås.



**16495:- 18495:-**

### CRESCENT ELINA ELCYKEL 7-VXL

7-växlad elcykel med extra lågt insteg. Fullt utrustad med riktigt bra kvalitet och rostskydd! Tystgående motor från E-going och 11 Ah batteri. Pakethållaren är utrustad med AVS-fästen för enkel placering av ett stort utbud korgar och väskor.



**3495:- 4995:-**

### SKANSTULL LINNEA 24" 3-VXL

Fin barncykel med 3 växlar och lätt aluminiumram. Gediget utrustad med fin pakethållare, lackade skärmar och kedjeskydd, rejält stöd och belysning både fram och bak. Passar barn mellan 8-12år.



**4495:- 6495:-**

### SKANSTULL JULIA 7-VXL

Klassisk och bekväm kvalitetscykel med 7-växlar och kvalitetskomponenter. Fullt utrustad med lackade kedjeskydd och skärmar, stöd, pakethållare, korg, belysning, reflexer, ringklocka och godkänt lås.



**BÄST PRIS!**

**2495:- 2995:-**

### HÖVDING 2.0

Njut av sommaren med vinden i håret och en airbag som överlägset skyddar ditt huvud bäst vid en cykelolycka. Tester visar att Hövding är 8x säkrare än en traditionell hjälm.



WWW.CYKELGIGANTEN.SE  
INFO@CYKELGIGANTEN.SE

JÄGERSRO, HANDELSGATAN 1, MALMÖ  
MÅN - FRE 10 - 19, LÖR 10 - 17, SÖN 11 - 17

NOVA LUND, FÖRETAGSVÄGEN 36, LUND  
MÅN - FRE 10 - 20, LÖR 10 - 18, SÖN 10 - 18