

UDDEBOBLADET



Tankar från någon du inte märkt

Bonk, bonk, bonk. Klick, klick, klick. Tjing ka tjong. Folks gångstilar har alltid fascinerat mig. Särskilt ljudet av dem. Ljudet av folks gångstilar går väl knappast att undvika när man är en bro.

De bästa ögonblicken inträffar oftast när folk möts på mig. Nära vänner kan ibland springa mot varandra. "Kadunk, kadunk, nämen heej!". Kanske tror du att min favorit är kärleksparen, men jag blir mest bara nervös av dem. Åtminstone när jag hör hur de vill närma sig varandra men inte riktigt vågar. "Kadunk ka... donk?". Ibland blir jag lite frustrerad också. Jag har ju hört dem vandra

här en och en och mumla att de längtar efter den andra personen. "Men ta de där sista fotstegen då", brukar jag försöka säga genom att gnissla lite extra med brädorna. Tyvärr lyssnar de sällan på mig, men det brukar ordna upp sig till slut ändå.

Nej, nu vet jag vilka mina favoriter är! Det är barnen som gör barkbåtar som de släpper i ån. Jag är en ganska liten bro, över en liten å i en liten by. Men när jag ser hur många barkbåtar som kan segla under mig samtidigt så känner jag mig så stor. Som värsta Öresundsbron! Det är härligt. Fast egentligen är jag väldigt glad att jag inte är en gigantisk bro där det kör hundratals bilar varje dag. Här får jag

verkligen bekanta mig med folk. Höra stegen gå från lätta till tunga, och till lätta igen. Jag får nog faktiskt höra fler steg än Öresundsbron. Den hör nog nästan bara "wroom".

Fast det är klart. Vi broar har ju alla något gemensamt, med risk för att låta lite sentimental. Vi skapar band mellan platser och människor, oavsett gångstil. Vi ger alla "kadunk-are" och "bonkbonkare" möjlighet att mötas. Jag är så glad och tacksam över allt jag fått uppleva i mitt liv som bro. Även om människorna kanske inte ens märkt att jag var där.

Clara Larsson

Cykelnytt

Cykelvägen mellan Strömsfors och Uddebo är snart klar, äntligen!

Vi har väntat i länge och nu saknas bara asfalten som väntas läggas den närmaste månaden.

När cykelvägen är klar någon gång i oktober så hoppas vi kunna fira det med en cykelfest mellan byarna.

Håll utkik efter datum så inviger vi den cyklandes tillsammans!

Uddebokören

Är du sugen på att sjunga tillsammans med andra? Då är du välkommen till Uddebokören som träffas varje onsdag kl 18.30 i replokalen i Väveriet.

Replokalen i Väveriet, som

bekostas av Studieförbundet, är också öppen för andra som sysslar med sång och musik. Viss utrustning finns. Är du/ni intresserade av att använda replokalen så kontakta Johanna Lillvik på Studieförbundet. Antingen på kontoret i Väveriet på tisdagar eller på tel 076 6104010.

Nyfikna ögon i Uddebos nya småhusby

Jämte Uddebos väveri börjar små hus växa fram. En ny liten by är på väg att byggas och alldeles intill ska det bli ett imaginarium, som är en plats där fantasi och kreativitet står i centrum. Uppifrån kommer platsen att se ut som ett öga, där irisen utgörs av en amfiteater. Här om veckan besöktes platsen av nyfikna och pysselsugna människor från både när och fjärran. Det var dags för Land Art-dag, som var en del av det turnerande projektet Ögat runt. Tillsammans pysslades det med stenar, tyg och garn. Pinnar förvandlades till platsbaserad konst och "den magiska skogen" fylldes av målade stenar och nya stigar. Under kvällen bjöd Göteborgs alternativa orkester på svängig musik, och sedan blev det dans till ett musik- och eldsprutande torp.



Det första besökarna möttes av var en portal som liknade siluetten av de hus som kommer att byggas.



Småhusbyggaren Johannes Schroth njöt av dagen. I bakgrunden syns det rullande torpet som senare sprutade eld och spelade musik.



Sandra Magnusson gör i ordning platsen för land-art. De färgglada mattorna formade hon till ett öga.



Den blivande småhusbyn är en plats i ständig förändring där såväl hus som äpplen har börjat växa fram under sommaren.



Göteborgs alternativa orkester bjöd på alltifrån trummor och fiolspel till spanska kärlekslåtar.



David Sirborn, Gustav Bodell och Caroline Bergmann hittade en bra utsiktsplats: jordplatån som är en del av grunden till den blivande amfiteatern.

Hälsan tar plats i Uddebo

I ett trivsamt rum i Världshuset (gamla skolhuset) får jag ett stick i fingret och Anna Hofmann pressar ut några droppar blod som ska analyseras. Anna är en av flera i Uddebo som ägnar sig åt alternativ medicin och hälsorådgivning.

I vår by finns många som utbildat sig inom alternativ medicin och arbetar yrkesmässigt med det. Anna Hofmann är utbildad hälso- och kostterapeut och gör också torrblodsanalys, vilket är det jag får prova på. Hon lägger mina bloddroppar på en glasskiva och analyserar dem sedan i ett mikroskop.



- Det handlar om att hitta obalanser i kroppen och hjälpa den att komma i balans genom förändrad kost och ev kosttillskott, säger Anna. Vi är ofta belastade av stress, dålig mat och annat som gör att kroppen kommer ur balans.

Anna är också örterapeut och hittar många växter i naturen, växter som är bra för olika organ. Vanlig maskros är t ex bra för levern, menar Anna. Och när hon analyserat mitt blod i mikroskopet får jag med mej råd hem om örter och kosttillskott som är bra för mej.

- Att äta mer grönsaker är bra för alla, säger Anna, men jag vill inte generalisera och säga att alla borde bli veganer, för det är väldigt individuellt vilka behov man har.

Då flyttar vi oss till Kilavägen och hem till Annie Caroll. Annie har just gjort klart sin utbildning till certifierad massageterapeut. Hon ägnar sig åt klassisk svensk massage.

- Man går in på djupet i musklerna och som massör har man stor kunskap om de olika musklerna och deras funktion, berättar Annie. Annie gör framförallt helkroppsmas-

sage för avslappning och välbefinnande. Många har spända muskler och hon vill hjälpa kunden att nå ett avslappnat tillstånd.

- Kroppen är en helhet, olika delar påverkar varandra och avslappning kan leda till läkande, menar Annie. Jag skulle vilja utveckla det spåret och kanske också arbeta med musik och sång under massagen.

Annie har en önskan om att få bli byns massör och har ingen längtan att arbeta någon annanstans än i Uddebo. Än så länge har hon sin massagebänk och sin praktik hemma på Kilavägen.



Rebecka Hultberg och Daniel Brolin har sin praktik och yogastudio i Väveriet och där känns tydligt inspirationen från den österländska medicinen. Företaget heter Bhakti Medicine. Båda två är utbildade och diplomerade shiatsumassörer. Shiat-su har sitt ursprung i Japan.



-Den österländska medicinen är ett hav av tusenårig kunskap att utforska, säger Rebecka. Shiatsumassagen stimulerar vår egen självläkande förmåga på många plan. Fysiskt, känslomässigt och mentalt. Vid Shiatsumassagen känner massören nogga på magen för att få

ett helhetsintryck av kunden/patienten. Vid akupunktur börjar man med att känna på pulsen.

Daniel är också utbildad akupunktör. - Men jag börjar inte med en nål utan med att använda mina händer, knän och armbågar i en mjuk massage. Jag integrerar massage och akupunktur. Vissa människor behöver mycket fysisk beröring, andra vill ha mera distans.

Möts ni som arbetar med arbetar med den här sortens terapier av skepsis, undrar jag.

- Det börjar ändra sig. I Tyskland kan man få remiss från vården till en shiatsuterapeut. Och akupunktur är ju allmänt erkänt här i Sverige nu också. Jag tror den gamla kunskapen har framtiden för sig. Modern forskning visar alltmer att mycket stämmer, säger Daniel.



Rebecka arbetar också med yoga, en form som heter Samayoga och har yogaklass i Väveriet varje söndag. Det är en mjuk och skön yoga där varje deltagare gör det den kan.

- Att acceptera sig själv som man är och vänligt välkomna det som händer karakteriserar Samayogan, säger Rebecka. Mötet med Samayoga förändrade mitt liv på djupet. Jag är tacksam att få dela det jag lärt mej med andra.

Det finns ännu fler yrkesmässiga utövare av hälsoterapier och alternativ medicin i Uddebo och dem återkommer vi till i nästa nummer av Uddebobladet!

Bild & Text: Marita Pahlén

Byalagsträff den 12 september
Efter att projektet Hållbara platser avslutades i juni så har några återkommande aktiviteter uppstått. Fyra gånger per år delar vi tex ut det här Uddebobladet för att sprida information till alla boende i byn. Byalagsträffar är också en sådan aktivitet som nu sker regelbundet. Ett tillfälle att prata om aktuella byrelaterade frågor. Nästa träff är den 12 september kl 17 i Gula huset. Alla välkomna!

Uddebos adventskalender

I år skulle det kunna vara fjärde året som Uddebo ordnar den levande adventskalendern. Genom att 24 olika personer skriver upp sig på varsin dag från 1-24 december med varsin överraskning så har vi

lyckats skapa en interaktiv adventskalender som är öppen för alla i byn. Det har bjudits på allt från konserter till pyssel och fika. Om du inte är med i Facebookgruppen Uddebo så kan du höra av dig till Caroline om du vill ta ett datum. Tele. 0760101789. I nästa nummer av Uddebobladet så kommer kalendern förhoppningsvis som en bilaga.

Socialt Entreprenörskap

Uddebo bubblar av hållbara sociala initiativ. Detta vill regionen uppmärksamma och bjuder in till en öppen informationsträff om vilka stöd det finns för socialt entreprenörskap. Den 26 september kl 17 i Gula Huset.

Pubkväll i Bygdegården 25 oktober kl 19.

Strömsfors kapell ägs sen en kort tid tillbaka av Doris Bota och Jan Heinrich. De vill göra kapellet till en arena för kultur av olika slag och det första evenemanget blir den 20 september. Det blir en viskväll och medverkande är Marita Pahlén och Jörgen Larsson, Doris Bota och Erik Hårdstedt och visduon Hedvig och Jacob från Göteborg. Konserten börjar 19.30.



Uddebo Musteri startar

Nu får Uddebo ett eget musteri för att pressa must av äpplen och annan frukt. Det är Eyal Shachar, Marita Pahlen och Thomas Tranefors som med stöd från Leader Sjuhärad startar företaget Uddebo Musteri.

-Äppelmust är fantastiskt gott och det är så mycket äpplen som bara ligger och ruttnar i trädgårdarna och inte tas tillvara, säger de.

-Vi ska både musta själva och ta emot kunder som vill ha sina äpplen mustade. Vi planerar att sälja must till lokala restauranger, genom

Reko-ringen m.m. Men nu i höst är det en testperiod.

I år är det oturligt nog ett dåligt äppelår så Uddebo Musteri tar gärna emot tips om det finns någon som har äpplen eller annan frukt till övers. -Då kommer vi gärna och plockar upp dem, säger Eyal.

Den som har gott om äpplen och vill ha hjälp att göra egen must kan också vända sig till Uddebo Musteri.

Maila uddebomusteri@gmail.com eller ring Marita Pahlen 070 6750373.



Vill du Dikta dig?

Hej, jag heter Jimmy och jag vill skriva en dikt om dig.

Efter tre år på Författarskolan i Lund har jag nu hittat mitt sätt att arbeta på.

Jag kallar det för Dikta dig. Det innebär att du är välkommen till mitt kontor i Väveriet för ett samtal som handlar om dig och ditt liv. Du väljer själv hur personlig du vill vara. Utifrån samtalet skriver jag sen en dikt till dig.

Mer information hittar du på **diktadig.se** och bokar tid gör du via kontakt@diktadig.se eller 0707284423.

Dikta dig i Uddebo finansieras genom stöd från Längmanska Kulturfonden och Leader Sjuhärad.