

# Sundbyberg Direkt

DIN LOKALTIDNING!

GRUNDAD 2015 - EN DEL AV DIREKT PRESS  
NUMMER 22 - 1 JUNI - 7 JUNI 2019

## Delade åsikter om centrumbyggnad

**URSVIKS TORG.** Sundbybergs stad har redan sålt flera köpcentrum och nu vill oppositionen att centrumfastigheten på Ursviks torg säljs innan den byggs. Majoriteten vill att Förvaltaren ska bygga och förvalta. **SIDAN 6**



**MOTIONSLOPP.** Barnen som trotsade regn och rusk. **SIDAN 10**

**EU-VALET.** Framgång för Centerpartiet i Sundbyberg.

**SIDAN 8**

**ÅRETS BYGGNAD.** Friliggande enbostadshus i ljust tegel blev vinnare. **SIDAN 6**



## Trendigare än någonsin att vandra

**PÅ TUR I NORRORT.** Det har blivit allt trendigare att vandra i Sverige. Helst ska man göra det fjäderlätt. Vandrings-tjejen Helena Traneving delar med sig av sina bästa tips. **SIDORNA 4-5**

FOTO: ANTON KYHLBÄCK

**FACEBOOK-GRUPP.** De samlar stans tjejer under ramadan för att dela tips

SIDAN 18

### VI VÄLKOMNAR NYA PATIENTER!

**Basundersökning**

Gäller endast nya patienter!  
**199 kr\***  
Ord. pris 865 kr

**Konsultation Invisalign**

**0 kr**  
Ord. pris 1.565 kr

**Konsultation implantat samt panoramaröntgen**

**300 kr\***  
Ord. pris 2.100 kr

Vi har även 12 eller 24 månaders räntefri avbetalning. \* Atb utnyttjas.

# NOVO DENTAL

08-659 45 00

info@novodental.se | www.novodental.se  
Landsvägen 79, Sundbyberg  
(precis intill tvärbanan, hållplats Bällsta Bro)

## NYHETER · SUNDBYBERG



**KLART.** Sundbybergspolitikern Josefin Malmqvist, M, blev vald till ordförande för Moderaternas kvinnoförbund. FOTO: LEIF OLDENBURG

### Malmqvist vald till ordförande

**SUNDBYBERG.** Josefin Malmqvist (M), 2:e vice ordförande i social- och arbetsmarknadsnämnden och kommunfullmäktigeledamot i Sundbyberg, blev som förväntat vald till ny ordförande för Moderaternas kvinnoförbund.

– Moderaterna måste sluta könsgapet. Moderatkvinnornas mål måste därför vara att Moderaterna i valet 2022 ska ha ett minst lika stort väljarstöd bland kvinnor som bland män, var ett av Josefin Malmqvists uttalanden efter valet.

Josefin Malmqvist, 32, efterträder Ulrica Schenström.

### Centrumfastigheten blir en knutpunkt i Ursvik och det är viktigt att den blir bra.

Axel Conradi (M) om att oppositionen vill se profits bygga centrumfastigheten i Ursviks torg.

### 20 år sedan Lorry brann

**SUNDBYBERG.** På lördag, 8 juni, är det 20 år sedan lågorna slukade anrika dansklubben Lorry på Fredsgatan 6 i Sundbyberg. Branden upptäcktes av förbipasserande flera timmar efter att gäster och personal gått hem – larmet nådde räddningstjänsten runt 05.30 den onsdagsmorgonen.

”Lorpan” blev omgäende ett ineställe efter att Sils Nilsson slog upp dörrarna 1954, men i boken ”Lorry – det tragiska glädjepatset”, skriven av dottern Annelie Nilsson och Kjell E. Enberg (utkom 2016), påminns man också om klagomål på stöket i och utanför nattklubben.



**KONTROLL.** Två minderåriga misstänks för vapenbrott sedan de och ytterligare en person kontrollerats av polis i Sundbybergs centrum. FOTO: MOSTPHOTOS

### Vittnen kan ha förhindrat brott

**SUNDBYBERG.** Vittnen uppmärksammade förra helgen tre personer som uppträdde misstänksamt i Sundbybergs centrum. Man skyttade också ett pistolliknande föremål innanför byxlinningen på en av personerna.

Polisen tillkallades och de påtråffade en soft airgun på en av personerna och kniv på en annan. Två av de tre är misstänkta för brott mot vapenlagen.

Samtliga tre är minderåriga och har överlämnats till vårdnadshavare som samtidigt informerats om händelsen. Även pm till sociala myndigheter kommer att skrivas.

**51,6** **PROCENT.** Så många sundbybergare röstade i EU-valet enligt preliminära siffror. 2014 låg siffran på 49,3 procent.

► **Vandringstrenden blir allt** starkare och i Norrort finns det gott om leder och slingor att promenera nu under sommaren. Helena Traneving är en rutinerad vandrare och menar att naturupplevelsen är som balsam för själen.

# Vandringssguide:

**TRENDIGT.** ✓ Vandra fjäderlätt ✓ Visa dina äventyr på nätet

Allt fler intresserar sig för vandring.

Enligt Svenska Turistförbundet ägnar sig nästan en fjärdedel av svenskarna åt att vandra under sin semester i Sverige. Helena Traneving har vandrat sedan 2003, besökt nästan alla leder i Sverige och är aktiv på internet med sina äventyr i naturen.

Hon instämmer i att intresset har ökat.

– Nu är det populärt att vandra fjäderlätt, med så lite packning som möjligt.

– Det är viktigt för många att visa sina äventyr på internet, ta foton för Instagram, säger hon och skrattar lite.

### Förebygga depression

Kommunerna arbetar mer med sina naturområden, och sina vandringsleder, påpekar Helena. Experter och forskare lyfter fram vandringen, och ett aktivt liv i naturen, som ett sätt att förebygga

depression och andra sjukdomar.

– Internet har också gjort det mer tillgängligt, det tror jag har gjort mycket att det har blivit så populärt, säger hon.

### Driver sajt om vandring

Helena Traneving bor i Solentuna och driver en hemsida om vandring, leder och naturområden i Sverige.

Hennes webbsida har uppmot 10 000 besökare i månaden och har blivit en plats för många att få information inför sina äventyr.

Vi möts på Järvafältet, i närheten av ridklubben.

Helena packar upp sitt gaskök, dukar fram ett par hopfällbara koppar, några bullar och sätter på kaffe. I Solentuna är hon ofta ute och går med sin tax, Norma,

Det är viktigt för många att visa sina äventyr på internet, ta foton för Instagram.

sambon Fredrik eller övriga familjen.

– Jag tror man har märkt att människor mår bättre i naturen.

– Mitt första råd är att man bara måste ge sig ut. Det är meditativt att gå i lugna miljöer, och upplevelsen av naturen blir som balsam för själen, när man tar sig tiden, säger Helena Traneving.

Vandring kan upplevas som

en dyr materialsport.

Men det måste inte vara det, påpekar hon. En vanlig ryggsäck, ett par gymposkor, en termos och något att äta är allt som räcker för en dags vandring. Förslagsvis ska man även ta med sig en kompis, eller sin partner.

### ”Bara att ge sig ut”

Om man inte vill sträcka på benen själv, i lugn och ro.

Den som känner sig osäker kan besöka Helena Tranevings hemsida, vandringsstjejen, ta kontakt med Friluftsförbundet eller sin kommun om hur man går till väga. Fantasin sätter gränserna, säger Helena.

– Det är bara att ge sig ut, och inte göra det för komplicerat.

**Anton Kyhlbäck**  
anton.kyhlback@direktpress.se



**ERFAREN.** Helena Traneving började med vandring 2003 och har besökt nästan alla leder i Sverige. FOTO: ANTON KYHLBÄCK

### Helena Tranevings tips till nybörjare

• **Börja i liten skala.** Ta det lugnt och öka ambitionerna successivt. Börja kanske med en dagsutflykt för att sedan testa en natt i tält.  
• **5 km tar ungefär 2 timmar** (inklusive kaffepaus) i kuperad terräng.  
• **Satsa på bra vandringskängor** om du tänker vandra längre än dagsturer. Vid

dagsturer går det bra att gå i fotriktiga gymposkor.  
• **Var inte rädd för misstag!** ”Jag har lärt mig att inte vandra upp för Kebnekaise i gymposkor...”  
• **En vandringsled** är en bra start om du är oerfaren inom friluftsliv. Upplandsleden, Roslagsleden och Sörmlandsleden är fina.

### Enkel packlista för längre turer

• **En bekväm** och stor ryggsäck.  
• **Karta och kompass** (alternativt, telefon med mobil laddningsbank).  
• **Tält, sovsäck** och uppblåsbart liggnunderlag.  
• **Vandrings skor**, underställ, solglasögon och regnskydd.  
• **Friluftskök**, termosflaska,



konservermat, skräppåse och vatten.  
• **Packpåse**, tandborste, compeed (för skavsår) och toapapper.  
• **Solskyddsfaktor** och myggmedel.  
• **Kniv, reparationskit** och en bra bok.

TIPSA REDAKTIONEN! Frida Brooke (nyhetschef), Leif Oldenburg, Anna Wettergård, Anton Kyhlbäck, Anders Ekström · Telefon: 070-787 87 08 · E-post: redaktion@sundbybergdirekt.se



# "Bara att ge sig ut"

**6. UPPLANDSLEDEN**  
 ● Här når vandringsstråket genom Norrort upp till Upplandsleden som sträcker sig mellan Järvalens ände i Ståket och Kairobadet i Upplands Väsby.

**7. UPPLANDS VÄSBY OCH KAIROBADET**  
 ● Stråkets andra ände som ansluter till Upplandsleden, längs Mälaren. Anslut eller åk vidare med buss som går ungefär varannan timme.

**PÅ TUR.** Helena Traneving ger tips – och lär av misstag när hon vandrar.

**5. JÄRVALEDEN**  
 ● Gå norrut mot Ståket, till Upplandsleden mot Upplands Väsby, eller fortsätt söderut mot Akalladalen mot Kista, Tensta, Rinkeby, Solna och Sundbyberg och Igelbäckens naturreservat.

**4. BÖGS GÅRD OCH JÄRVAFÄLTET**  
 ● En alternativ hållplats för vandraren. Ta västerut och följ skyltning mot Järvaleden, och anslut till resten av ruten.

● Sträckan är cirka 3 mil lång och tar en dag att gå för en erfaren vandrare. Sträckan ska ses som en inspirationsrunda – tänk på att förbereda dig väl.

**3. KISTA, TENSTA OCH RINKEBY**  
 ● Du har nått Igelbäckens kulturresevat och Järva-fältet. Fortsätt längs med Igelbäcken genom hela reservatet till Akalladalen innan du ansluter till Järvaleden i Akalla. Följ skyltning mot Järvaleden.

**2. IGLBÄCKENS NATURRESERVAT**  
 ● Fortsätt upp till Egnahemsvägen, in på Stjärnvägen, upp till Igelbäckens naturreservat. Här finns flera eljusspår, och stigar, som leder upp till Igelbäcken. Följ sedan leden under Kymplingelänken och fortsätt längs med Igelbäcken.

**1. HÅLSANS STIG**  
 ● Börja vandringen vid Råstasjön och Lötsjön innan du fortsätter vidare längs med Ursviksvägen, längs med cykelleden, förbi Hallonbergen upp till Igelbäckens naturreservat.

JÄRVAFÄLTET. Plats för vila.

FOTO: ANTON KYHLBÄCK, CHARLOTTE ÅRLING OCH LEIF OLDBENBURG. KARTA: GOOGLE MAPS