

Språkanpassning till läsarnas ålder vid översättning av barnlitteratur

Laganović, Nina

Master's thesis / Diplomski rad

2024

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:131:478810>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-29**



Sveučilište u Zagrebu
Filozofski fakultet
University of Zagreb
Faculty of Humanities
and Social Sciences

Repository / Repozitorij:

[ODRAZ - open repository of the University of Zagreb
Faculty of Humanities and Social Sciences](#)



ZAGREBS UNIVERSITET
FILOSOFISKA FAKULTETEN
INSTITUTIONEN FÖR SKANDINAVISTIK

Nina Laganović

Språkanpassning till läsarnas ålder vid översättning av barnlitteratur

Masteruppsats

Handledare:

Sara Profeta

Zagreb, juni 2024

Innehåll

1. Inledning	3
2. Teoretisk bakgrund – barnboksöversättning	3
3. Utvalda texter	9
4. Analys	10
5. Slutsats	18
6. Översättningar från svenska till kroatiska	19
6.1. Mamma Mu åker bobb.....	19
6.2. Mama Mu se sanjka – översättning.....	43
6.3. Min vän Percy, Buffalo Bill och jag.....	66
6.4. Moj prijatelj Percy, Buffalo Bill i ja – översättning.....	77
6.5. Nidstängen.....	88
6.6. Tama dolazi – översättning.....	97
6.7. Statistik om psykisk hälsa i Sverige.....	105
6.8. Podaci o mentalnom zdravlju u Švedskoj – översättning.....	112
7. Översättningar från kroatiska till svenska	119
7.1. Biser Jadrana prepun skrivenih uvala s rajskim okruženjem.....	119
7.2. Adriatiska havets pärla, full av gömda vikar med himmelska omgivningar – översättning.....	124
7.3. Osebujan svijet Wesa Andersona u Kinoteci.....	130
7.4. Wes Andersons särpräglade filmvärld på Kinoteka – översättning.....	133
7.5. Paket Smilje (serum + krema)	136
7.6. Paket Hedblomster (serum + kräm) – översättning.....	141
7.7. Knjižica recepata.....	146
7.8. Receptbok – översättning.....	178
8. Källförteckning	210

1. Inledning

Syftet med detta mastersarbete är att undersöka översättningsproblem som uppstår vid anpassning av språk efter ålder i barnlitteratur. Genom att välja ett antal barnböcker av olika slag; en bilderbok, en berättelse för barn och en ungdomsroman, kommer jag att visa hur jag har anpassat språket i min översättning från svenska till kroatiska så att det passar en viss åldersgrupp. På så sätt kommer jag att observera möjliga lösningar när jag anpassar syntax, kulturella referenser, namn, ordlekar och liknande översättningsutmaningar som kan uppstå när man översätter kreativa texter.

2. Teoretisk bakgrund – barnboksöversättning

Barnlitteratur utgör en betydande del av kulturellt arv och språklig utveckling för unga läsare världen över. I detta sammanhang blir barnboksöversättning en komplex process som involverar kulturella, kognitiva och pedagogiska nyanser. Att översätta barnböcker innebär inte bara att förmedla ord och meningar från ett språk till ett annat, utan det kräver även en känslig hantering av nyanser i barns förståelse och kulturella bakgrund. Genom att granska detta komplexa samspel av faktorer kan vi bättre förstå balansen mellan trohet mot källtexten och anpassning till målspråkets barnläsare, samt de strategier som formar denna genre inom översättningsvetenskapen. Lathey (2016: 1) bekräftar att enkelheten i att översätta en barnbok bara är en illusion. En översättare upptäcker snabbt de många utmaningar som följer med uppgiften. Men för att veta hur man ska hantera dessa utmaningar måste man först definiera vad barnlitteratur överhuvudtaget är. Det finns en paradox i denna fråga eftersom det inte bara är vuxna som skriver barnböcker, utan de läser dem också, och barn läser ibland böcker som var tänkta att vara avsedda för vuxna (Lathey 2016: 1–2). Enligt Oittinen (2000: 139) har vuxna "auktoritet" när det gäller barnlitteratur eftersom de skapar för barn. Barnlitteraturen baseras på vuxnas idéer, preferenser och syn på barndomen, som kan

förändras över tid. De har makten att bestämma vilken typ av litteratur barn exponeras för, vilket gör vuxnas val och preferenser till en avgörande faktor i utformningen av barnlitteratur i allmänhet. "Barnlitteratur kan man betrakta antingen som litteratur producerad och avsedd för barn eller som litteratur som barn läser.", skriver Oittinen (2000: 141)¹. I denna process är det, som Oittinen (2000: 141) betonar, viktigt att tänka på vem som en bok är skriven för. Detta påverkar översättarens beslut. Trots att barn utgör den primära målgruppen är det de vuxna som köper och väljer böckerna. Makten över vad som definieras som en barnbok ligger i händerna på vuxna som lärare, recensenter, marknadsförare, och andra. Barnlitteraturforskningen diskuterar frekvent den dubbla målgruppen för barnböcker, vilket innebär att böckerna måste appellera både till barn och vuxna. Detta skapar en utmaning för översättaren att förmedla denna dubbelhet och om hen misslyckas kan hen förlora denna nyans av mening och element för den vuxna läsaren (Dumas 2011: 15–16).

Den dubbla målgruppen är något som en översättare ska ta hänsyn till, men det finns också andra särdrag av barnlitteratur som man måste ta i beaktande: illustrationer och faktumet att böcker för barn är skrivna för att läsas högt. Översättare måste översätta med medvetenhet om det och de får inte glömma att harmonisera det med hur texten ser ut och vilka illustrationer som finns bredvid texten (Oittinen 2000: 1). Detta är viktigt för hela översättningsprocessen. En bilderbok är en helhet som består av det verbala och det visuella. Det visuella, nämligen illustrationen, ger alltid lite extra information om var eller när berättelsen utspelar sig, om kultur eller huvudpersonens egenskaper (Oittinen 2003: 129–131). Dumas (2011: 12–13) betonar att bilderböcker har en multimodal natur, där text och bild samverkar för att förmedla ett budskap. Bilderna i barnböcker spelar en central roll, speciellt för mindre barn, och underlättar för läsaren att dela upplevelsen med barnet. Översättaren måste vara känslig för bildernas betydelse och kunna anpassa översättningen

¹ Egen översättning. I original: *Children's literature can be seen either as literature produced and intended for children or as literature read by children.*

för att bevara den ursprungliga interaktionen. Text och illustrationer måste vara en enhet som kompletterar varandra (Oittinen 2003: 134).

Förutom målgrupp och illustrationer är högläsning en annan viktig faktor att beakta vid översättningen av barnböcker. Bilderböcker, enligt Dumas (2011: 14–15), är en del av den muntliga berättartraditionen. Hon skriver att högläsning spelar en central roll, särskilt för barn som ännu inte kan läsa själva, och översättaren måste vara medveten om hur texten fungerar vid högläsning. Användningen av röstens olika element gör texten levande för barnet. Texterna i barnböcker anpassas ofta för högläsning med ramsor, rim och andra ljudmässiga element. Översättaren måste säkerställa översättningens lämplighet för högläsningssituationer. Det påpekas även att översättare kan behöva läsa högt under arbetets gång för att se hur effektiv översättningen är vid högläsning. De måste vara uppmärksamma på när de använder skiljetecken, kommatecken och punkter, samt hur långa meningarna är. På så sätt kan hen underlätta för läsaren att läsa orden rytmiskt genom att ge tips om när hen ska stanna och när hen ska andas in (Oittinen 2003: 132).

Barnböcker kännetecknar, som tidigare nämnts, en dubbel målgrupp, illustrationer och högläsning, men det finns ytterligare en viktig aspekt att ta hänsyn till vid översättning, och det är ålder. Hur man översätter beror på hur gammalt barnen är. Barnens ålder boken eller bilderboken är avsedd för kommer att ha en betydande inverkan på de beslut som översättaren måste fatta. Åldersanpassningen kommer också att påverka hur vissa översättningsproblem hanteras, vilket kommer att förklaras mer ingående i följande text.

Enligt Lathey (2016: 5) finns det följande barndomsfaser: tidig barndom, förskolebarn, förmånsåldern, tonåring och ung vuxen². Dessa kategorier bör dock inte tolkas alltför bokstavligt eller strikt eftersom barn utvecklas olika som läsare. Barns behov förändras över tid i takt med att de mognar fysiskt, mentalt och känslomässigt. Till exempel är den tidiga barndomen en period då barnet utforskar saker, är nyfiket och leker med gränserna mellan

² Fri översättning. Original: *Early years, pre-schooler, pre-teen, adolescent, young adult.*

verklighet och fantasi. Det man läser för dem påverkar deras utveckling och stimulerar deras fantasi. Vuxna gör ofta misstaget när de översätter texter för så unga barn eftersom de brukar förklara för mycket och föra in för mycket av ett vuxenperspektiv i texten. När barnet blir äldre och går in i de senare barndomsfaserna börjar dess krav att förändras. Barnet måste kunna identifiera sig med huvudpersonen och berättelsen måste vara tillräckligt intressant för att fånga barnets uppmärksamhet. Därför är dagböcker och böcker skrivna i första person lämpliga för denna ålder, eftersom de är mycket personliga och gör det möjligt för barnet att identifiera sig med uppväxtens utmaningar och glädjen. Här har översättaren till uppgift att återge barnets röst. Slutligen kommer de sista barndomsstadierna, tonåren, med ytterligare en rad utmaningar för den unga läsaren. Inget barn följer samma utvecklingsprocess och därför kommer vissa tonåringar att söka svar på filosofiska frågor i det de läser, andra kommer att vilja fly verkligheten med science fiction, och vissa kommer att vilja känna sig känslomässigt involverade i realistiska scenarier i en bok. Det finns fler krav, men det är viktigt att förstå de viktigaste trenderna för att kunna veta hur man anpassar texten för en bred åldersgrupp. Att översätta för en 5-åring kommer att skilja sig från att översätta för en 12- eller 17-åring. Det betyder inte att översättaren måste ändra texten drastiskt och, till exempel, förenkla språket för den unga läsaren. Författaren har sina skäl för att skriva en text på ett visst sätt för en viss åldersgrupp (Lathey 2016: 6–8). Lathey (2016: 11) skriver om många utmaningar vid översättning av barnlitteratur och när man hittar lösningar på dem måste man alltid tänka på målgruppen. Några av dessa utmaningar är att översätta barnberättarens röst, censur och ideologiska budskap, att översätta kultur, namn, dialog, dialekt, ljud, sånger och ramsor.

Den första av många möjliga uppgifter för översättaren är, som tidigare nämnts, att översätta texten så att den överensstämmer med hur ett barn skulle uttrycka sig. Uppgiften är att återskapa illusionen av att barnet talar direkt till sina jämnåriga; barnets röst förändras beroende på ålder och social miljö. Man kan umgås med barn i samma ålder som de i boken för att kunna skapa en autentisk text; målet är dock att få den att låta autentiskt även om barnberättarens röst kommer att vara stiliserad (Lathey 2016: 20–22).

Ett annat ämne som diskuteras flitigt är censur. Önskan att skydda barn från aspekter av livet anses vara skadlig av vissa och nödvändig av andra beroende av olika kulturella känsligheter. Översättaren kan vara mycket synlig när det gäller dessa aspekter av översättning (Lathey 2016: 25–26).

Nästa utmaning ligger i att översätta kultur. Hur obekanta traditioner, maträtter, namn och andra kulturspecifika element i texten ska översättas till måltextern är en fråga som det finns olika åsikter om. I en domesticerad text kommer främmande kulturella markörer att ändras eller elimineras, medan de kommer att finnas kvar i en främmandegjord text. Om en översättare väljer att ersätta en kulturell markör är det viktigt att ersätta den med en som har samma effekt på den unga läsaren. Vikten av att möta denna utmaning ligger i faktumet att den stora majoriteten av vad de flesta barn och unga vuxna i många länder läser faktiskt är översättningar. Vissa hävdar att okända kulturella element eller sammanhang bara kommer att vara förvirrande för barn, medan andra ser detta som en fördel för barn eftersom det kommer att utsätta dem för det okända från unga år, fördjupa deras kunskaper och horisonter och göra dem mer accepterande av det okända. Ett annat argument för att lära barnen nya begrepp är att det kan ta bort spänningen från läsningen om man eliminerar dem. Man kan även välja att förklara vissa kulturella markörer i texten, men då tar man risken att fjärma sig från berättarens röst eller förändra texten på ett onaturligt sätt genom att lägga till mer information (Lathey 2016: 39).

En del av problemet som nämns ovan är översättningen av namn. Det finns inte heller här en enda lösning - det är viktigt att beakta författarens avsikt, den unga läsarens ålder, och hur sannolikt det är att han eller hon känner till förnamn (Lathey 2016: 45).

Lathey (2016: 76) listar också några typiska språkliga markörer som finns på många språk i skönlitteratur för barn och unga vuxna: förstärkande språk, förolämpningar och svordomar, nyord och lekfullt språk, informellt språk, slang, speciella hälsningar, ord från främmande språk och förkortade substantiv eller adjektiv. Var och en av dessa kommer med en utmaning för översättaren. Att översätta dialog, dialekt och talspråk för (yngre) barn i allmänhet är en

svår uppgift eftersom det kräver anpassning till åldern. Man måste hitta en lämplig motsvarighet på målspråket, vilket ibland inte är möjligt - målet är att ge texten en liknande ton utan att den låter föråldrad eller olämplig för barnens ålder eller region där den talas (Lathey 2016: 78). En annan aspekt av utmaningar vid översättning av talat språk är att översätta rytmik och ljud. Vad som ska beaktas i denna kategori är följande: upprepning, rim, onomatopoesi, ordlekar och påhittade ord (Lathey 2016: 93). Ljudeffekter och djurljud är mycket populära i berättelser för yngre barn. Här måste översättaren byta från ett fonologiskt system till ett annat och hitta ett motsvarande ljud i målspråket (Lathey 2016: 96).

Till slut utgör översättningen av sånger och ramsor i barnlitteraturen en unik utmaning. Översättare står ofta inför dilemmat att antingen skapa en ny text inspirerad av en bokstavlig översättning eller ändra det semantiska innehållet för att bevara originalrytmen. När båda aspekterna inte kan bevaras, måste översättaren fatta beslutet att prioritera antingen rytm eller semantiskt innehåll. Vid översättning för yngre barn är det avgörande att översättaren fokuserar på ljud och form (Lathey 2016: 101).

3. Utvalda texter

För att ge exempel på de tidigare nämnda utmaningarna vid översättning av barnlitteratur kommer jag att analysera tre olika verk: en bilderbok, en roman för äldre barn och en fantasyroman för unga tonåringar. Jag översatte en bilderbok med namnet *Mamma Mu åker bobb* skriven av Jujja Wieslander. Det är en berättelse om en ko som vill prova på att åka pulka och hennes vän Kråkan som följer henne, men rättar henne hela tiden och tror att han vet bäst. En roman med namnet *Min vän Percy, Buffalo Bill och jag* skriven av Ulf Stark är en berättelse för barn i åldern ungefär 9 till 12 år och den beskriver en vänskap mellan två pojkar, Ulf och Percy. I de två första kapitlen som jag översatte beskrivs Ulf och Percys lustiga äventyr. Ulf ska åka till deras fritidshus med sin familj och bjuder med sig Percy utan att berätta det för sina föräldrar. Den sista texten jag valde är ett fantasy-epos med namnet *Nidstången*, skriven av Åsa Larsson och Ingela Korsell. Nidstången är den första delen i Pax-serien som handlar om två bröder, Alrik och Viggo. I staden Mariefred kämpar bröderna mot både övernaturliga hot och vardagliga utmaningar när de måste försvara det magiska biblioteket från onda krafter. Jag valde tre olika böcker för barn i olika åldrar för att kunna omfatta ett brett urval av utmaningar som kan uppstå när man översätter dem.

4. Analys

Mamma Mu åker bobb, en av bilderböckerna i serien för barn mellan 3–6 år, berättar en historia om en ko och en kråka på ett enkelt språk. Meningarna är korta, det finns mycket dialog och inga rim. Det finns dock flera översättningsutmaningar. Den första var översättningen av namn. Kon heter "Mamma Mu", vilket lätt kan översättas till kroatiska som "Mama Mu" eftersom "mu", det nedskrivna ljudet som en ko gör, är detsamma både på svenska och kroatiska. "Kråkan", å andra sidan, är en manlig kråka i berättelsen, men översätts till "Vrana" som är ett feminint substantiv på kroatiska. På grund av detta kunde man inte kalla "Vrana" för "honom" på kroatiska, så jag bestämde mig för att anpassa hans namn och kalla honom "Vlado Vrana", som är ett kroatiskt mansnamn. På så sätt anpassade jag namnet till målgruppen och vikten av hur det låter när det läses högt. I namnet "Mamma Mu" finns det alliteration, så enligt samma princip valde jag ett namn för Kråkan. Tanken var att det skulle låta trevligt och vara lätt att komma ihåg.

En annan vanlig sak i bilderböcker är påhittade namn och det förekommer också i denna bilderbok. Kråkan förklarar för kon vad flyttfåglar är och ger ett exempel: "Det är blåfinkar och fulsparvar och småjoxar och mesostar..." (Wieslander & Nordquist 1994: 10). Efter att ha nämnt ett riktigt exempel genom att säga "blåfinkar", lägger han till antingen ett stavfel och säger "fulsparvar" istället för "gulsparvar" (som är en verklig fågelart) eller avsiktligt kallar sparvar fula. Jag förstod detta som ett avsiktligt stavfel eftersom Kråkan inte riktigt vet vilka fåglar som är flyttfåglar och därför hittar på namn. Så jag översatte det till kroatiska med ett stavfel också - "frapci" istället för "vrapci". Han listar ytterligare två helt påhittade namn, nämligen "småjoxar" och "mesostar". Här uppfann jag namn på fåglar på kroatiska också, men använde ord som "luft", "fjäder" och "näbb" som inspiration och skrev "To su plave zebe i vrapci i zračnoperke i kljunovci ...". Jag tänkte att det skulle vara lättare för barn att förstå fågelnamnen om de bestod av ord som associerar dem till dessa djur.

Ljudets roll är synlig genom hela berättelsen. Den är skriven för att läsas högt och är ett bra exempel på hur viktigt det är med ljud i den. Som Lathey (2016: 96) påpekar är ljudeffekter

och djurläten ganska vanliga i barnböcker. Och även här finns ljudet som både en ko och en kråka gör: "Mu" (samma ljud på kroatiska) och "krax" (Wieslander & Nordquist 1994: 7) eller "kra-kra" på kroatiska. Det finns också en del ljud som uttrycker glädje och besvikelse eller ljud för när man faller eller kraschar in i något, t. ex: "hopp...duns" (ibid., 6) – "hop...tup" (kr.), "Oj!" (ibid. 1994: 6) – "Oh!" (kr.), "Oj då!" (ibid., 15) – "Uh-oh!" (kr.) och "Pang!" (ibid., 15) – "Bum!" (kr.). Översättarens uppgift i detta fall är att hitta motsvarande, naturligt klingande ljud på målspråket. Målet var att språket som helhet skulle anpassas till barns sätt att tala och därför valde jag att använda några andra ord än i originalet, t.ex. i meningen "Dom ligger ju i snön mer än dom sitter på bobben tycker jag. Är det kul det!?" (ibid., 7). "Kul" på kroatiska är ett ord som en tonåring skulle använda snarare än ett 5-årigt barn, så jag skrev "fora" istället: "Mislim da više leže u snijegu nego što sjede na sanjkama. Je li to fora!?". Jag bestämde mig dock för att inte anpassa resten av texten på ett sätt som ytterligare skulle förenkla den eller göra den lättare för barn. Jag översatte bokstavligen dessa meningar: "Alla stod i sina bås, utom Mamma Mu." (ibid., 4) och „Pang! Hon körde rakt på första slalompinne." (ibid., 15). Det är troligt att små barn inte vet vad "bås" eller "slalompinne" är, men enligt Lathey (2016: 41–42) anser vissa översättare att detta är en fördel eftersom det lär barnen något. Målet med böcker är att barn ska lära sig något nytt när de har läst ut dem. Därför följde jag den principen och förklarade inte dessa ytterligare. Det som kanske inte är tydligt för barn i texten kan de se i teckningarna; text och bild kompletterar varandra. Jag övervägde dock att ändra texten lite i riktning mot att censurera den. Kråkan i berättelsen tror att han vet mer om allt än vad Mamma Mu gör och han skryter mycket. Vid ett tillfälle kallar han henne till och med tjock: "Det blev en stor grop, sa Kråkan. Du är för tjock Mamma Mu." (Wieslander & Nordquist 1994: 18). Meningen är översatt direkt till kroatiska: "Ostala je velika rupa, rekao je Vlado Vrana. Mama Mu, predebela si.". Jag tyckte att det verkade lite hårt, men i slutändan ändrade jag det inte, eftersom barn också bör lära sig att det inte är snällt att kalla någon tjock - jag tänkte att författaren måste ha haft sina skäl för det hon skrev. Men jag ändrade lite i Kråkans sats: „Vad vet en ko! Ropade Kråkan och flög upp från kälken." (Wieslander & Nordquist 1994: 13) och skrev „A što ti znaš! Povikao je Vlado Vrana i odletio sa sanjki. Sjedni se na sanjke pa

ću ti pokazati.“. "Vad vet en ko!" direkt översatt till kroatiska låter mer som en förolämpning än det gör på svenska så jag mjukade upp det lite. Översättaren är mycket synlig i texten när hen fattar sådana beslut och har en möjlighet att anpassa texten till målkultur och språk i den omfattning hen finner lämplig.

Att översätta de två första kapitlen i en bok för äldre barn, nämligen *Min vän Percy, Buffalo Bill och jag*, kom med en annan sorts utmaningar eftersom denna åldersgrupp kräver ett annat tillvägagångssätt. Den första utmaningen, samma som i bilderboken, var namnen. Huvudpersonen heter Ulf och alla hans vänner, inklusive hans bästa vän Percy, har svenska namn. Ulf's smeknamn i boken är Uffe, vilket är ett typiskt smeknamn för någon som heter så, men en kroatisk läsare torde inte känna till det. I slutet av det andra kapitlet säger en flicka som Ulf gillar till honom: „Hej Uffe, ropade hon. Kommer du till piren och badar sen!“ (Stark 2005: 25), eller i min översättning: „Hej, Ulfe“, povikala je. „Hoćeš li doći do mola kupati se?“. Jag bestämde mig för att stryka smeknamnet och använda hans förnamn för att slippa lägga till förklaringar i texten, samt att det inte har någon inverkan på berättelsen. Jag behöll dock alla originalnamn eftersom det skulle vara bra för barn att utsättas för utländska namn, att höra dem och lära sig dem. Dessutom har målgruppen, som är barn i åldern ca 11 år, förmodligen redan hört fler engelska och utländska namn än yngre barn, så en anpassning av namnen skulle inte ha någon större effekt.

Ett annat sätt, på vilket man kan se att texten är översatt för barn i den åldern, är hur huvudpersonen talar. Som tidigare nämnts måste barnet kunna identifiera sig med huvudpersonen (Lathey 2016: 7). Källtexten är skriven i första person, förmodligen i syfte att den unga läsaren kan känna igen sig i honom. Den handlar också om ämnen som är typiska för den åldern, som att vara förälskad, ha en irriterande lillebror, njuta av början på sommarlovet och ha funderingar om vänner. Källtexten är i allmänhet lättläst och syftet var att återspegla allt ovanstående också i måltexten. Därför har jag undvikit alltför stiliserat tal och i stället använt mer vardagliga uttryck, som i källtexten:

”Jag visste inte om jag ville det. Visserligen var Percy min bästa vän. Men på landet hade jag en massa andra vänner. Där fanns Klasse och Benke och Uffe E och Leffe. Och så fanns Pia där. Jag var inte så säker på att Percy skulle passa ihop med dem. Dessutom trodde jag inte på att mamma och pappa skulle tycka att det var en bra idé att ta dit honom. Och definitivt inte min brorsa.” (Stark 2005: 13)

Översättningen:

„Nisam znao jesam li to htio. Percy je svakako bio moj najbolji prijatelj, ali sam na otoku imao hrpu drugih prijatelja, Klassea i Benkea i Uffea E i Leffea. A tamo je i Pia. Nisam baš bio siguran da bi se Percy dobro uklopilo. Osim toga nisam mislio niti da bi mama i tata mislili da je dobra ideja da ga povedemo tamo. A moj brat još manje.“

I detta avsnitt funderar Ulf på om han ska säga ja till att Percy får komma och besöka honom på hans lantställe. Percy sa till honom att det är hans skyldighet som blodsbroder att göra detta, så här får läsaren en inblick i Ulfs tankar. För att det ska låta naturligt översattes ”en massa andra vänner” till ”hrpa drugih prijatelja”. Jag har dock inte avvikit från originalet. Jag gjorde det inte mer vardagligt än vad det är i källtexten. Av den anledningen skrev jag till exempel inte "najbolji friend" i stället för "najbolji prijatelj". Sådana delar av texter speglar hans ålder väl och det är viktigt att återge det på ett övertygande sätt.

I denna text om Ulf är översättarens uppgift också att översätta kultur. Som Lathey (2016: 41) säger kan man antingen eliminera eller behålla kulturspecifika markörer. Förutom att handlingen utspelar sig i Stockholm, nämns svensk mat, svenska sånger och svenska serietidningar. Eftersom det inte finns några illustrationer eller illustrerade geografiska kartor, kan en kroatisk läsare inte veta var "Enskedefältet" ligger: ”Vi tog vår tillflykt till Enskedefältets hopptorn.” (Stark 2005: 10). Jag lade därför till en kort förklaring om att det faktiskt är en del av en Stockholmsförort: ”Pronašli smo utočište na skakaonici u kvartu Enskedefältet.”. En kroatisk läsare skulle inte heller veta vad "herrgårdsost" är, så jag har tagit bort det och istället beskrivit det. eftersom det inte har något inflytande på handlingen: „Jag

packade en bit herrgårdsost som var kvar i kylskåpet, ett ritblock och en slidkniv som jag hade fått av morfar. Min bror Jan packade en trave Stålmannen och Fantomen i sin bag." (Stark 2005: 18) eller i min översättning: „Spakirao sam komadić polutvrđog sira koji je ostao u frižideru, blok za crtanje i nož u koricama koji sam dobio od djeda. Moj brat Jan spakirao je hrpu stripova o Supermanu i Fantomu u svoju torbu.“. I den här meningen nämns också Stålmannen och Fantomen. Stålmannen är en världskänd serietidning, och den borde också vara bekant för den unga kroatiska läsaren. Det kroatiska namnet är "Supermen". Fantomen, å andra sidan, är en svensk serietidning. Eftersom den lätt kan översättas till kroatiska bestämde jag mig för att behålla den. Jag lade bara till en kort förklaring att det är en serietidning, "spakirao je hrpu stripova". En annan kulturellt specifik markör är melodin som Uffes pappa visslar, nämligen „Nu är jag pank och fågelfri“:

Pappa stod vid ratten och visslade förnöjt. (...) Det var han jämt när vi skulle fara ut till landet. Han visslade *Nu är jag pank och fågelfri* och rökte pipa samtidigt. (Stark 2005: 20)

Det handlar om en svensk låt vars titel ursprungligen kommer från en amerikansk animerad film med samma namn. Eftersom det inte finns någon kroatisk ekvivalent översatte jag det bokstavligen. Igen följde jag principen att en ung läsare skulle kunna acceptera detta som något specifikt för den svenska kulturen:

„Tata je stajao za upravljačem i zadovoljno zviždao. (...) Uvijek je takav kada idemo na otok. Zviždao je 'Sada sam bez novca i bez briga' i pušio lulu istovremeno.“

Ulfs pappa i texten gillar att skämta, och han säger den här meningen som rimmar: „Vad det ska bli skönt med lugn och ro och utsikt mot en ko.“ (Stark 2005: 17). Även om detta inte är en bok för små barn som är avsedd att läsas högt, är det viktigt för sammanhanget att meningen är lite fyndig. Därför var det viktigt att behålla rimmet i alla fall, men jag försökte också hitta den motsvarande betydelsen och översatte på följande sätt: "Kako će biti lijepo odmoriti glave i gledati u krave.“

Den sista texten som jag översatte var de två första kapitlen i ett fantasy-epos för unga tonåringar. *Nidstången* är den första boken i serien. Lathey (2016: 7) listar flera skäl till varför tonåringar läser böcker och ett av dem är att läsa fantasy för att fly verkligheten. Den här boken beskriver hur en ondska drabbar en liten stad och hur två bröder blir de som får kämpa mot den. Det är en övernaturlig typ av ondska och den väcker snabbt läsarnas intresse. I början av berättelsen fångar Magnar och Estrid, bibliotekets väktare, en ondskefull varelse som kallas "imp" (Larsson & Korsell 2021: 8). Den är som en liten demon: ful och mycket farlig. Magnar och Estrid pratar om hur den hängde en katt med uppsprättad mage i ett träd och att den gillar att äta små barn. Det här kan vara skrämmande att läsa för små barn, men det är tänkt att vara intressant för tonåringar. Översättarens mål skulle vara att först hitta ett lämpligt namn för varelsen, och här valde jag "varog". "Svarog" är en slavisk eldgud och "varog" bör fungera som en antonym till guden, nämligen en djävul. Det är troligt att unga tonåringar i den åldern har hört något om slavisk mytologi, eftersom de vid det laget redan borde ha läst sagnen av den berömda kroatiska barnboksförfattaren Ivana Brlić Mažuranić. Hon baserade sina berättelser på den slaviska mytologin och hennes verk läses i grundskolan. Detta skulle därför förbättra förståelsen för vad en "varog" är. Även Imp är ett mytologiskt väsen med rötter i den germanska mytologin, så jag försökte hitta en motsvarighet som skulle väcka samma typ av associationer hos läsaren.

Nästa exempel i denna text som visar att man måste ta hänsyn till läsarens ålder är ett samtal mellan Viggo och Alrik. De gör sig lustiga över en dam med en hund som de träffat:

- Den söötaste gatan i hela väärlden! (...) Du vet väl om att precis innan lilla Tussepusse slafsade runt i ditt ansikte, så hade han slickat både sin snopp och väärldens gulligaste lilla bajshål?

- Lägg av, väser Alrik och knuffar undan honom.

Och du! Var fick du den där ifrån?

Han stirrar på en telefon som Viggo har i handen. (...)

- Snodde du den? Från henne? Du är ju inte klok!" (Larsson & Korsell 2021: 16)

I översättningen blev det så här:

„Naaajslađa ulica na cijelom svijeeetu! (...) Ti valjda znaš da je mali Tusse-pusse taman prije nego što je zaslinio tvoje lice oblizao i svoj pimpač i svoje naaajslađe dupence na svijetu?

– Prekini – siknuo je Alrik i odgurnuo ga.

A ti! Odakle ti to?

Zurio je u telefon kojeg je Viggo imao u rukama. (...)

– Drpio si ga? Njen telefon? Ti nisi pri sebi.

I detta samtal mellan två bröder kan vi lägga märke till ungdomsspråk. De använder slang och mer vardagliga ord som "snopp" (kr. *pimpač*) och "snor" (kr. *drpiti/zdipiti/mrknuti*). Översättaren bör inte censurera detta utan istället hitta en lämplig motsvarighet i sitt ungdomsspråk. Censur skulle förändra en av de viktigare aspekterna av berättelsen: att tonåringar kan relatera till karaktärerna eftersom de pratar på samma sätt som dem och till och med har samma problem som dem. Viggo och Alrik har till exempel problem med sin mamma. Livets vedermödor censureras inte heller och tendensen att lägga till förklaringar i texten minskar med målgruppens ålder. Till exempel beskrivs det inte exakt vad "orakelkort" är och det behöver inte heller illustreras vad "puts" är.

I Viggos och Alriks samtal kan vi också se en liten ordlek, när Viggo hånfullt nämner hunden "Tusse-pusse". Hunden heter "Tusse", och eftersom det ska återspegla hur ägaren kallar honom kärleksfullt, så lägger Viggo till "pusse", som kommer från ordet "att pussa". På kroatiska är "pusa" en puss, så det kan enkelt anpassas till målspråket. Det var svårare att hitta en lämplig kroatisk motsvarighet till den upprepade meningen "Tiden pulsar och mörkret vandrar in". Det bör låta som en skrämmande förutsägelse också på målspråket.

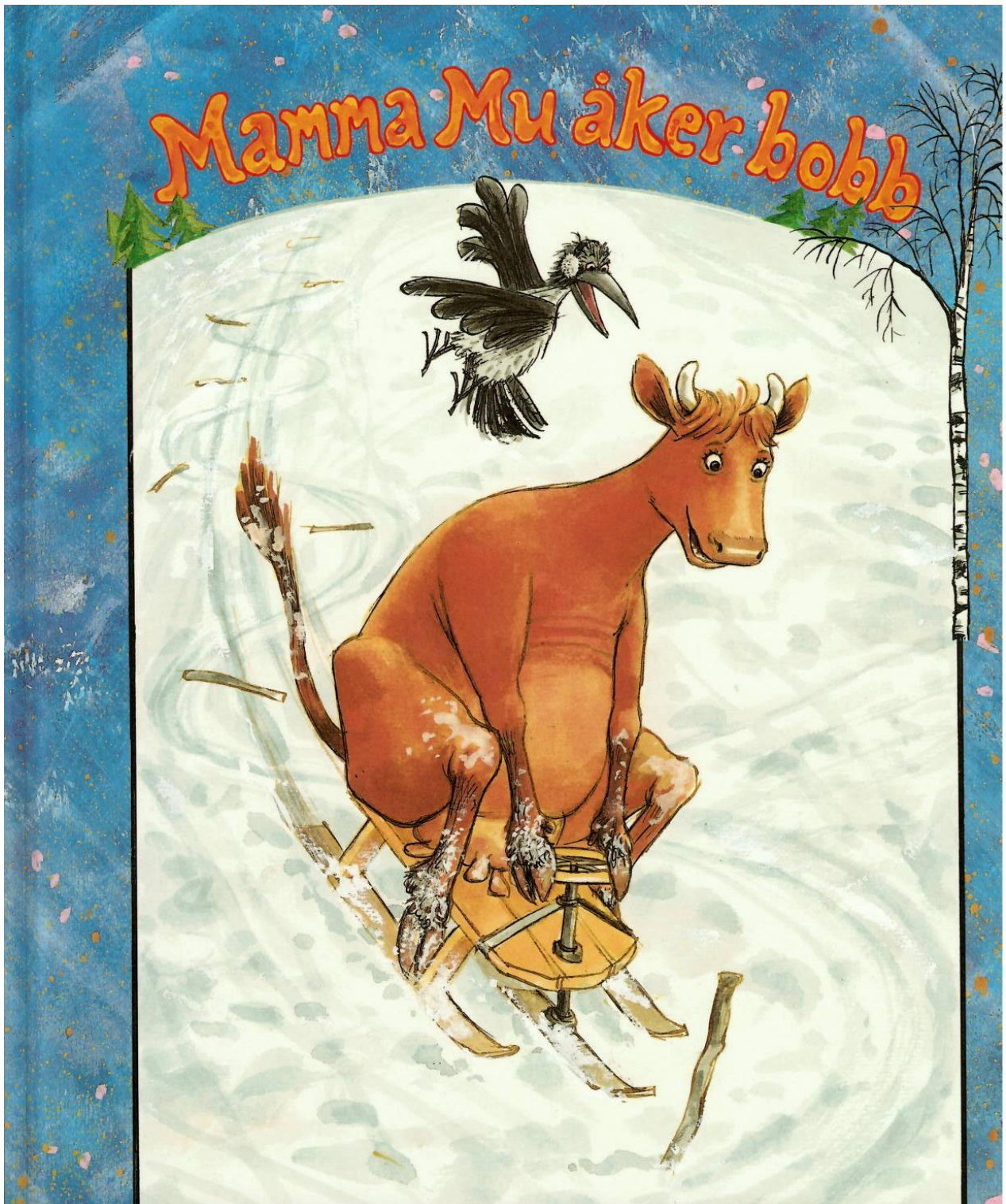
Det finns flera sådana rent översättningsmässiga problem som inte påverkas av läsarens ålder utan av språket i sig. Ett annat intressant exempel är när Estrid säger hur dum hon var när hon var ung och säger "För att jag inte hade bättre förstånd än en gråsugga!" (Larsson & Korsell 2021: 13) och impen reagerar på det genom att säga "Gråsugga! (...) Gotti!". Här borde läsaren se hur äcklig impen är för att han äter insekter, men det finns ingen lämplig jämförelse på kroatiska. Det finns flera sätt att säga det på, men inget inkluderar något som skulle vara äckligt att äta. Till slut valde jag „Jer sam tada imala mozak veličine zlatne ribice!“ eller på kroatiska "För att jag hade en hjärna i guldfiskstorlek!". Guldfisk syftar på något som glömmet snabbt och inte är smart. Efter det säger impen "hjärna", "mums"! På så sätt försökte jag att uppnå samma effekt. Texten har många intressanta översättningsutmaningar, men en av de svåraste är nog själva titeln – "Nidstången". Definitionen är följande: „En nidstång är någonting man reser för att bringa sina fiender olycka. Det är en påle med ett avhugget hästhuvud på spetsen.“. Ordet har sina rötter på Island och har hittats i runskrift. Det finns ingen översättning till kroatiska, så frågan som uppstår är hur man finner en motsvarande titel som skulle vara tilltalande för den unga läsaren. Till slut valde jag *Tama dolazi* (sv. Mörkret vandrar in) eftersom det är vad Estrid säger när hon beskriver den kommande ondskan som är på väg att drabba deras stad. På så sätt förlorar titeln ett subtilt element av betydelse, men förblir intressant för den unga läsaren och lämplig för titeln av den första fantasyromanen i serien.

5. Slutsats

Översättning av barnlitteratur är en delikat balansgång mellan trohet mot källtexten och anpassning till målspråkets barnläsare. Översättaren står inför utmaningar som kräver kreativa lösningar för att skapa en meningsfull läsoplevelse för barn i olika åldrar. Målgruppens ålder påverkar översättarens mål. För små barn är det att underhålla och stimulera deras lekfullhet och fantasi. Därför är det viktigt att ta hänsyn till att berättelsen kommer att läsas högt och anpassa den i enlighet med detta. För den här åldern måste den vara trevlig att lyssna på. När barnet blir äldre är det viktigare att känna igen sig i huvudpersonen än att texten är trevlig att lyssna på. Därför måste språket anpassas till detta fokus. När barnet är i tonåren börjar hen att använda mer slang och i böcker för tonåringar kan man hitta svordomar. På grund av detta är det möjligt för en översättare att censurera mindre. Hen kan också ha andra föreställningar om vad ett barn kan och bör förstå. När målgruppen är äldre kan man välja att lägga till färre förklaringar i texten och förvänta sig att läsaren vet mer om vad som sägs. Att översätta kultur är en utmaning när man översätter, oavsett åldersgrupp. Översättaren bestämmer vad som är ett lämpligt sätt att introducera en främmande kultur för barnen. Hen har en viktig roll genom hela processen och utgör en barriär som avgör vad som ska släppas in i barnens värld. Det är en viktig uppgift och dess utmaningar bör inte underskattas.

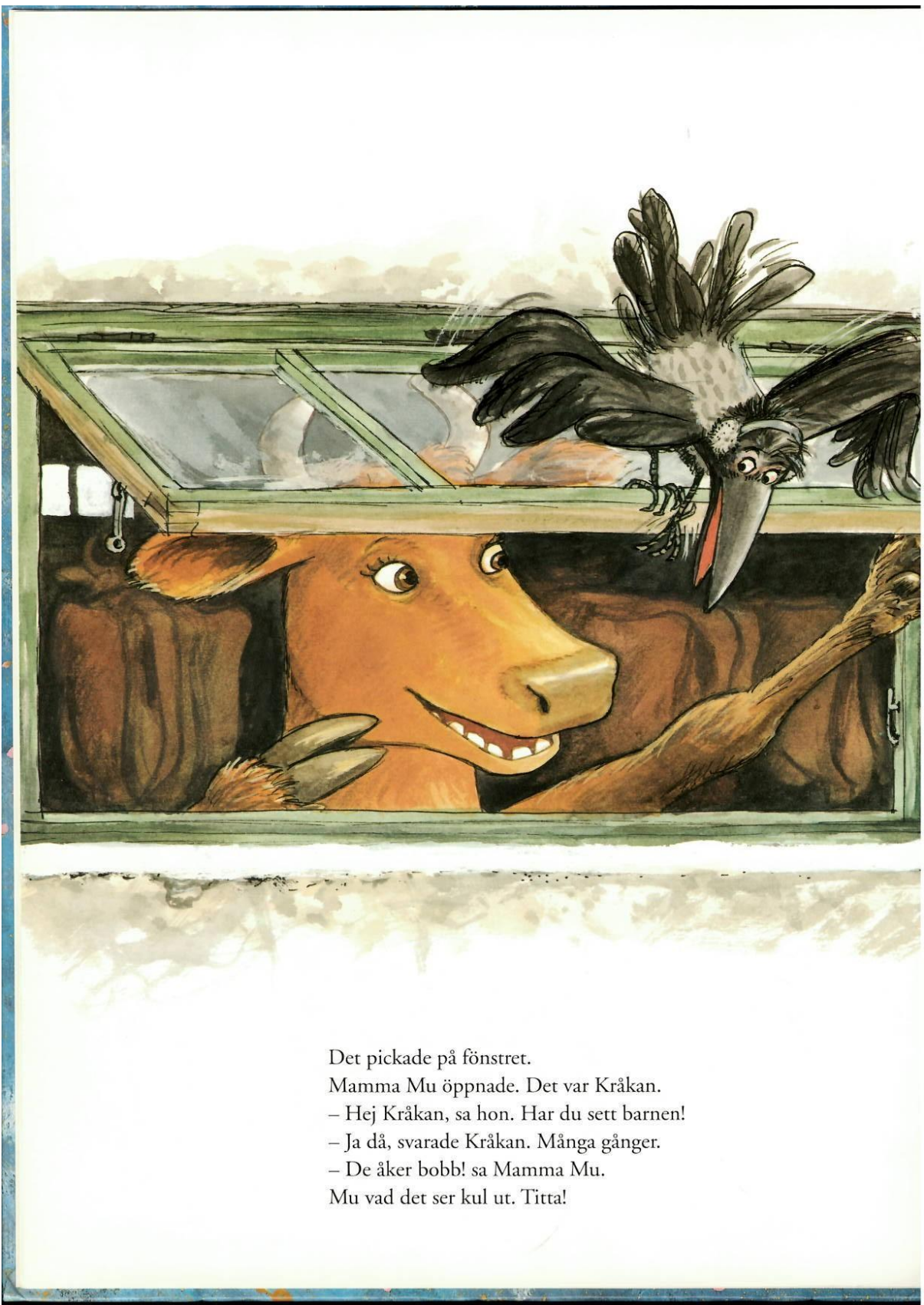
6. Översättningar från svenska till kroatiska

6.1. Mamma Mu åker bobb



Det var vinter. Korna stod inne i lagårn.
Alla stod i sina båsar, utom Mamma Mu.
Hon stod vid lagårdsfönstret och tittade ut.





Det pickade på fönstret.
Mamma Mu öppnade. Det var Kråkan.
– Hej Kråkan, sa hon. Har du sett barnen!
– Ja då, svarade Kråkan. Många gånger.
– De åker bobb! sa Mamma Mu.
Mu vad det ser kul ut. Titta!

Bondens flicka åkte med världens fart.
Hon sladdade så att snön sprutade.
Hon åkte slalom med bobben.
Hon höll på att köra *på* en pinne,
men klarade sej.

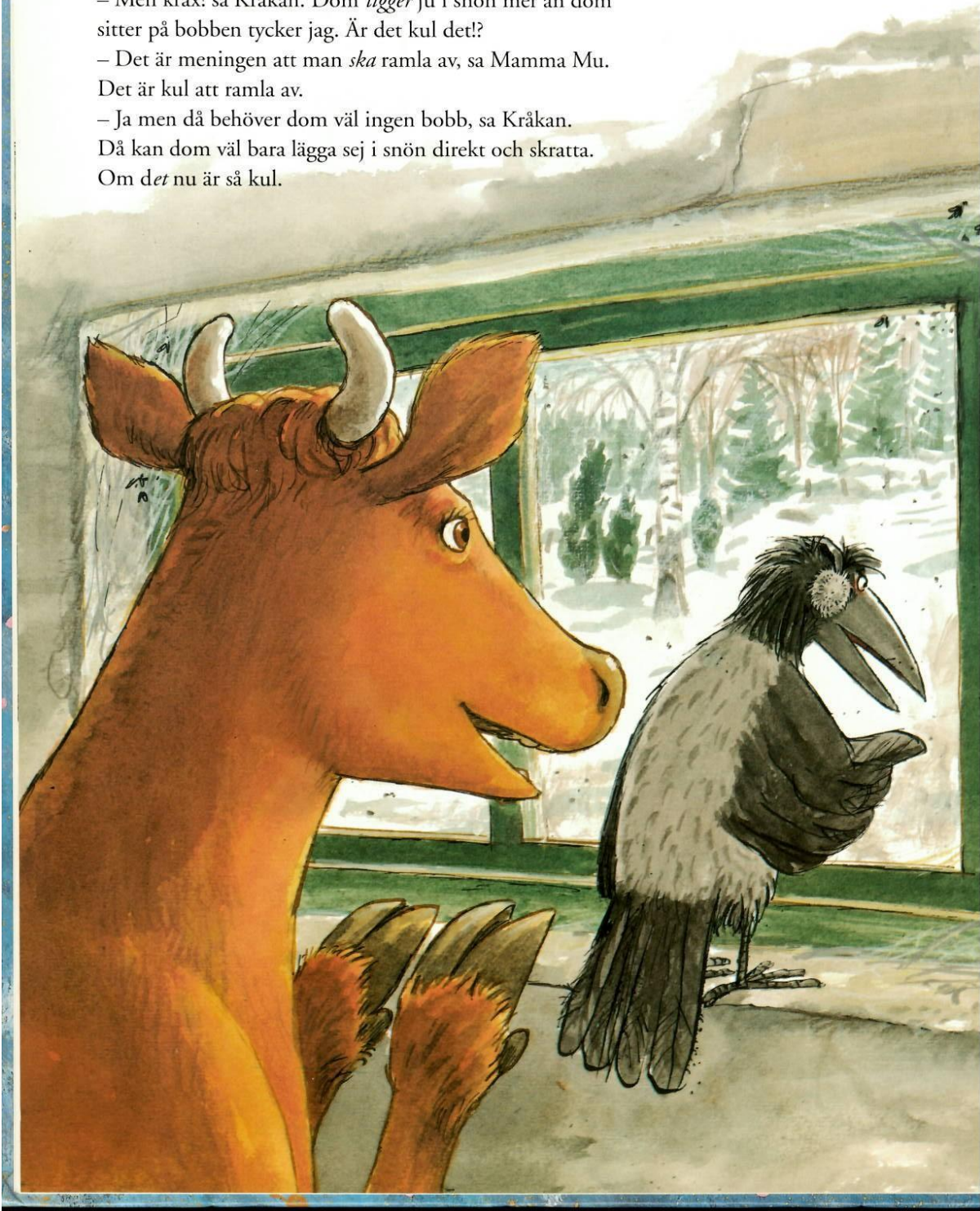
Hon kom till ett gupp.
Hopp . . . duns.
Hon hoppade jättelångt
och satt kvar.

Vilken fart!
Hon kom till en stubbe.
Hon höll på att köra på den,
men svängde undan.

Bobben välte.
Hon ramlade av
och rullade runt i snön.
Det tyckte hon var kul.
Oj vad hon skrattade.



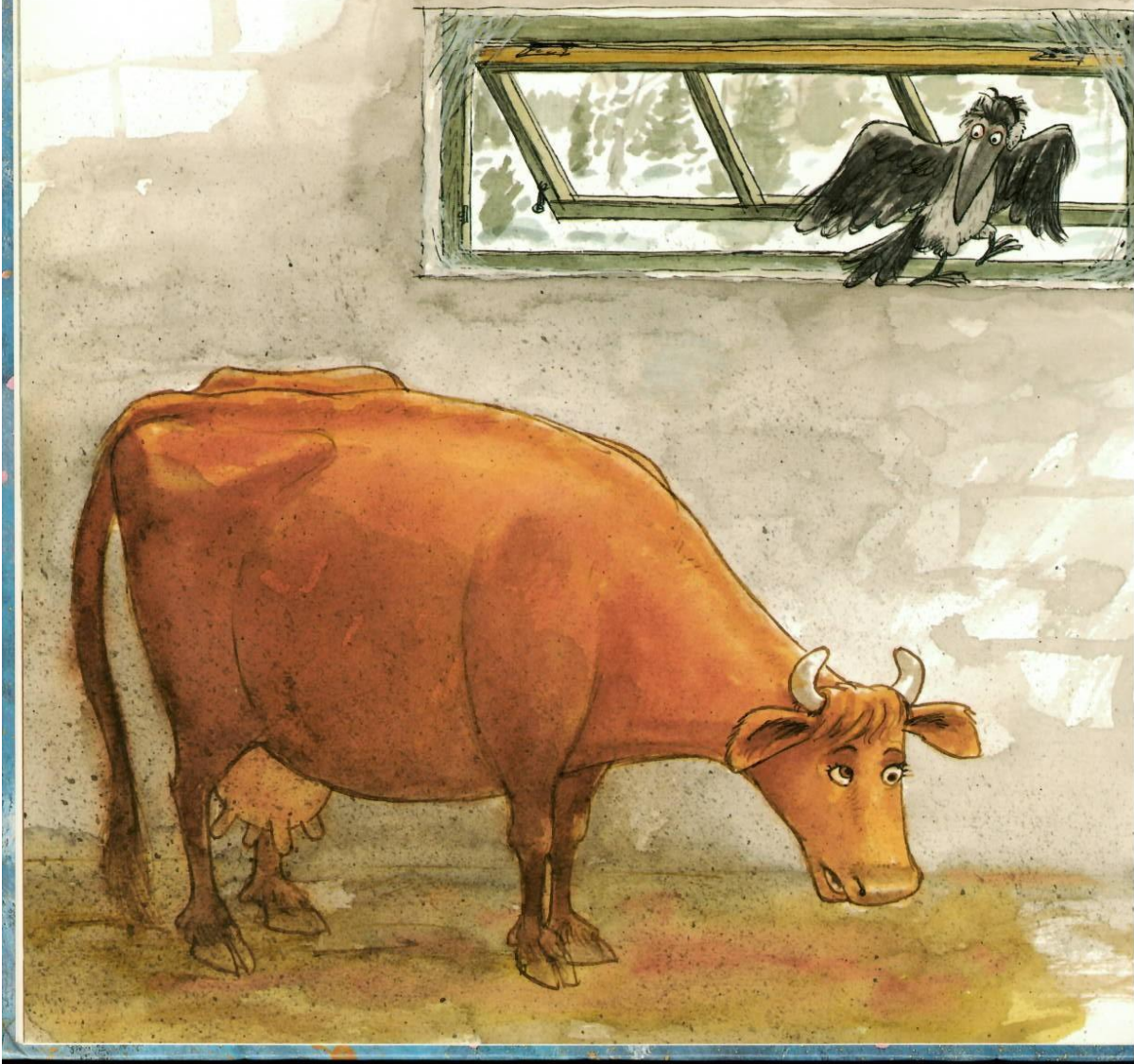
- Men hon ramlade ju *av!* sa Kråkan.
- Hon skrattar, sa Mamma Mu. Mu vad kul barnen har.
- Men krax! sa Kråkan. Dom *ligger* ju i snön mer än dom sitter på bobben tycker jag. Är det kul det!?
- Det är meningen att man *ska* ramla av, sa Mamma Mu. Det är kul att ramla av.
- Ja men då behöver dom väl ingen bobb, sa Kråkan. Då kan dom väl bara lägga sej i snön direkt och skratta. Om *det* nu är så kul.

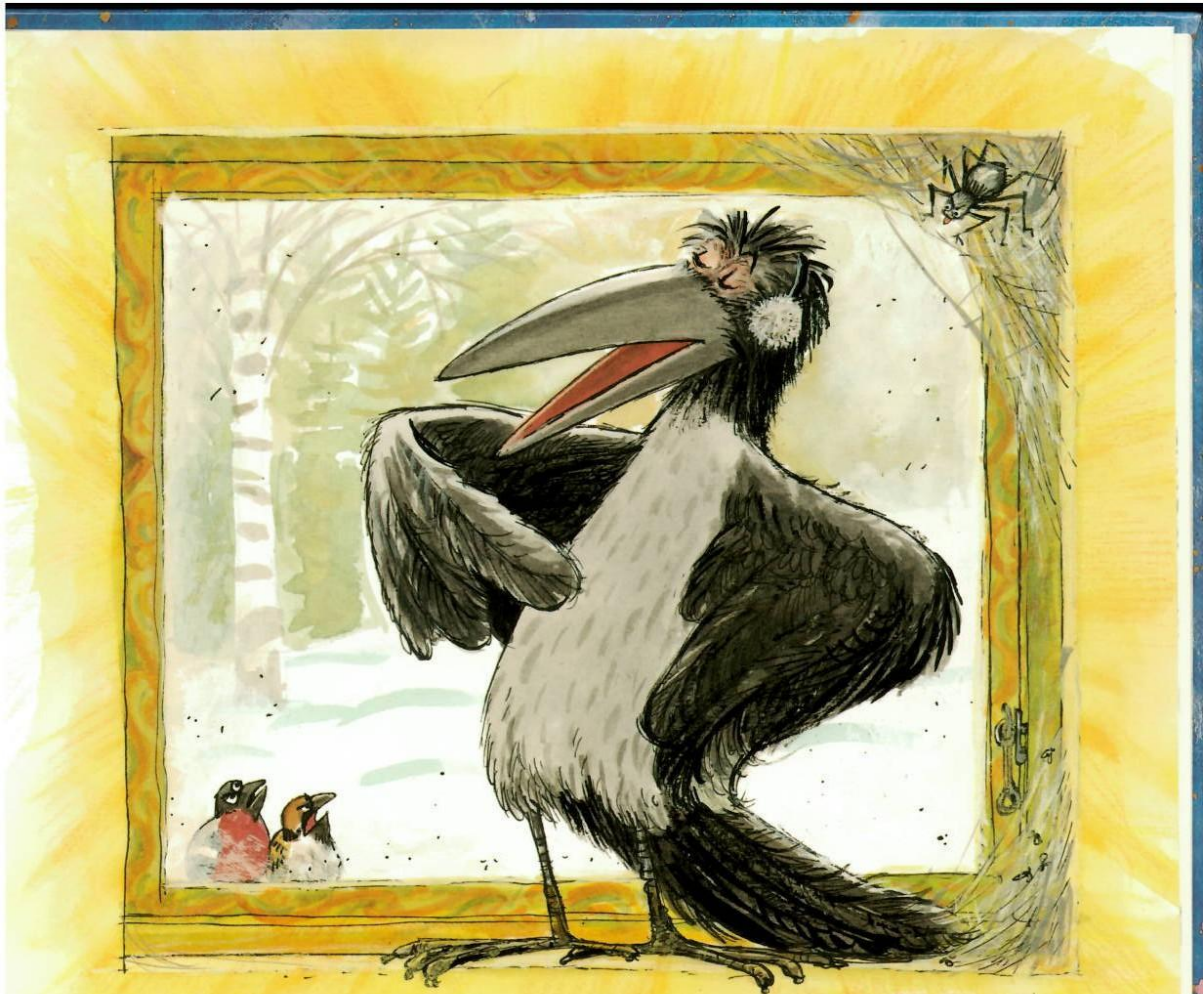




- Vi går dit, sa Mamma Mu. Hon lät jätteglad.
- Vart? sa Kråkan.
- Till barnen i backen Kråkan.
- Till barnen i backen!? sa Kråkan och rynkade på näbben. Varför det?
- Vi kanske kan få låna en bobb Kråkan.
Det får vi säkert. Bondens barn är så snälla.
Kråkan flög upp.
- Nix krax! ropade han och skakade på huvet.
Ingenting kan få mej att åka bobb nerför en backe.
- Men mu, sa Mamma Mu. Jag tänkte att vi skulle åka tillsammans.
- Särskilt inte tillsammans med en ko! Jag ska hem!
Kråkan slog upp fönstret. Han hade bråttom.
Han hade redan fällt ut vingarna för att flyga.

– Nej visst ja, sa Mamma Mu. Det tänkte jag inte på.
Det *går* nog inte.
– Går det inte? sa Kråkan och fällde ner vingarna.
– Nej, sa Mamma Mu. Bobben har ju *ratt*.
Och jag kan inte styra, för jag har inga händer.
Och kråkor åker ju inte bobb.
– *Gör* dom inte? frågade Kråkan och vände sej om.
– Så du kan ju inte heller styra, sa Mamma Mu.
– Kan inte jag? sa Kråkan och kom tillbaka.
Han sträckte på sej.
– Vad dumt det blev Kråkan, sa Mamma Mu.
Varför ska vi låna en bobb. Ingen av oss kan ju styra.

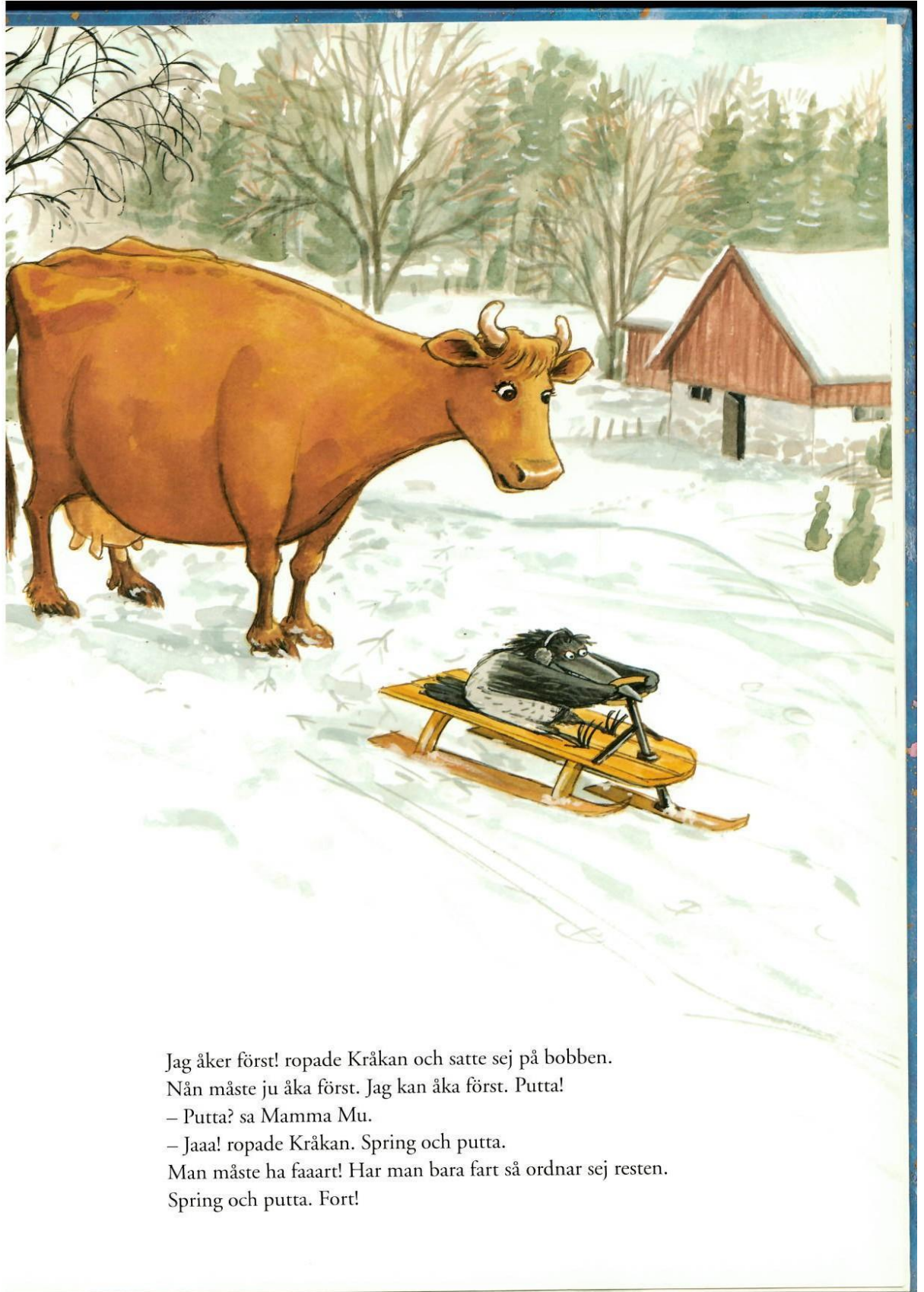




- Kan ingen av oss . . . ? Kråkan spände ut bröstet.
Han harklade sej. Flyttfåglar, Mamma Mu, sa han.
Vet du vad det är?
- Flyttfåglar? sa Mamma Mu.
- Det är blåfinkar och fulsparvar och småjoxar och mesostar. . .
- Mesostar . . . ?
- Ja, eller vad dom nu heter alla dom där små fåglarna
som flyttar till varma länder, när det ska bli vinter här.
Vet du varför kråkorna inte flyttar med?
- Nej, sa Mamma Mu. Vad kan det vara för?
- För att vara hemma och åka bobb, sa Kråkan.
- Muhu du, sa Mamma Mu. Är det därför?
- *Bara* därför, sa Kråkan. Så jag har åkt bobb när jag var liten jag.
Alla kråkor åkte bobb. Hela dagarna. Varenda dag. Hela vintern.
Och det var alltid jag som satt fram och styrde.
- Men mu Kråkan, sa Mamma Mu. Vilken tur! Då kan du ju styra.



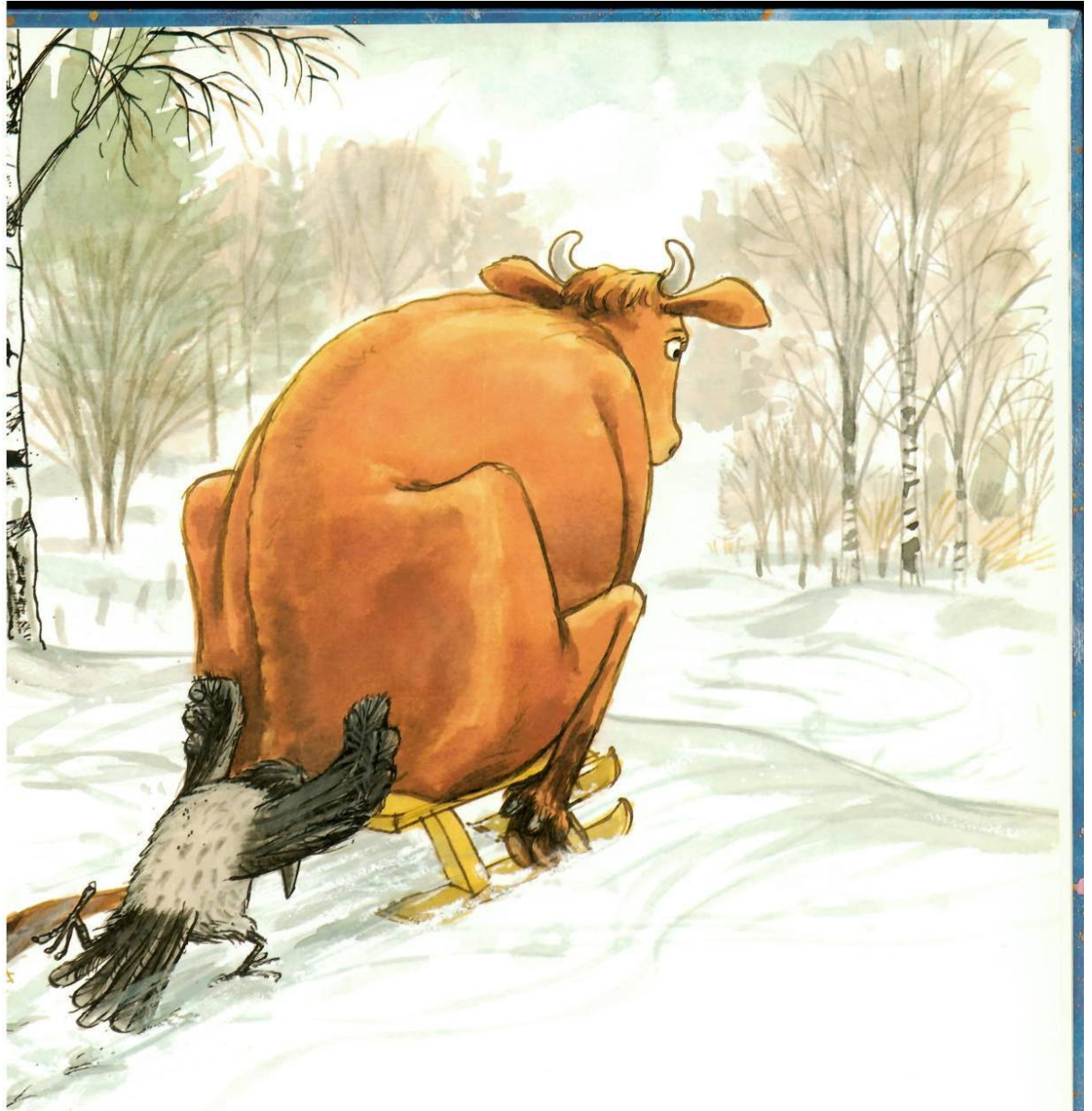
Nu var Kråkan lugn. Han öppnade fönstret och hoppade ut.
Han pekade med ena vingen.
– Mot backen! ropade han och pulsade iväg med stora steg.
– Vad bra att bondens barn har gått hem. Nu kan vi låna bobben,
sa Mamma Mu och hämtade den.



Jag åker först! ropade Kråkan och satte sej på bobben.
Nån måste ju åka först. Jag kan åka först. Putta!
– Putta? sa Mamma Mu.
– Jaaa! ropade Kråkan. Spring och putta.
Man måste ha faaart! Har man bara fart så ordnar sej resten.
Spring och putta. Fort!



Det var inte så lätt för Mamma Mu att springa och putta.
Fötterna sjönk ner i snön och magen tog emot.
– Pust. Stånk. Springa och putta? sa Mamma Mu. Hur gör man då?
– Vad vet en ko! ropade Kråkan och flög upp från kälken.
Sätt dej på kälken så ska jag visa.



Mamma Mu satte sej med en duns. Det brakade, men bobben höll.
– Så här springer man och puttar! ropade Kråkan, och puttade
så att han blev röd i ansiktet.
Bobben började åka nerför backen.
– Håll i dej gamla kossa! ropade Kråkan efter Mamma Mu.



– Oj då, sa Mamma Mu. Det är ju jag som åker bobb!
Hur gick *det* till? Vad fort det går! Jag kan ju inte styra!
Pang! Hon körde rakt på första slalompinnen.
– Oj då! Jag körde på en pinne, sa Mamma Mu.
Pang! Hon körde på den andra också.
Pang! Hon körde på en till.
Pang! Och en till. Och en till. Och en till.

Hon svängde ingenting.
Hon körde rakt på varenda pinne.
– Jag kör *rak* slalom! ropade Mamma Mu.
Då kom hon till guppet. Bobben hoppade.
Den flög inte så högt och inte så långt och sen . . .

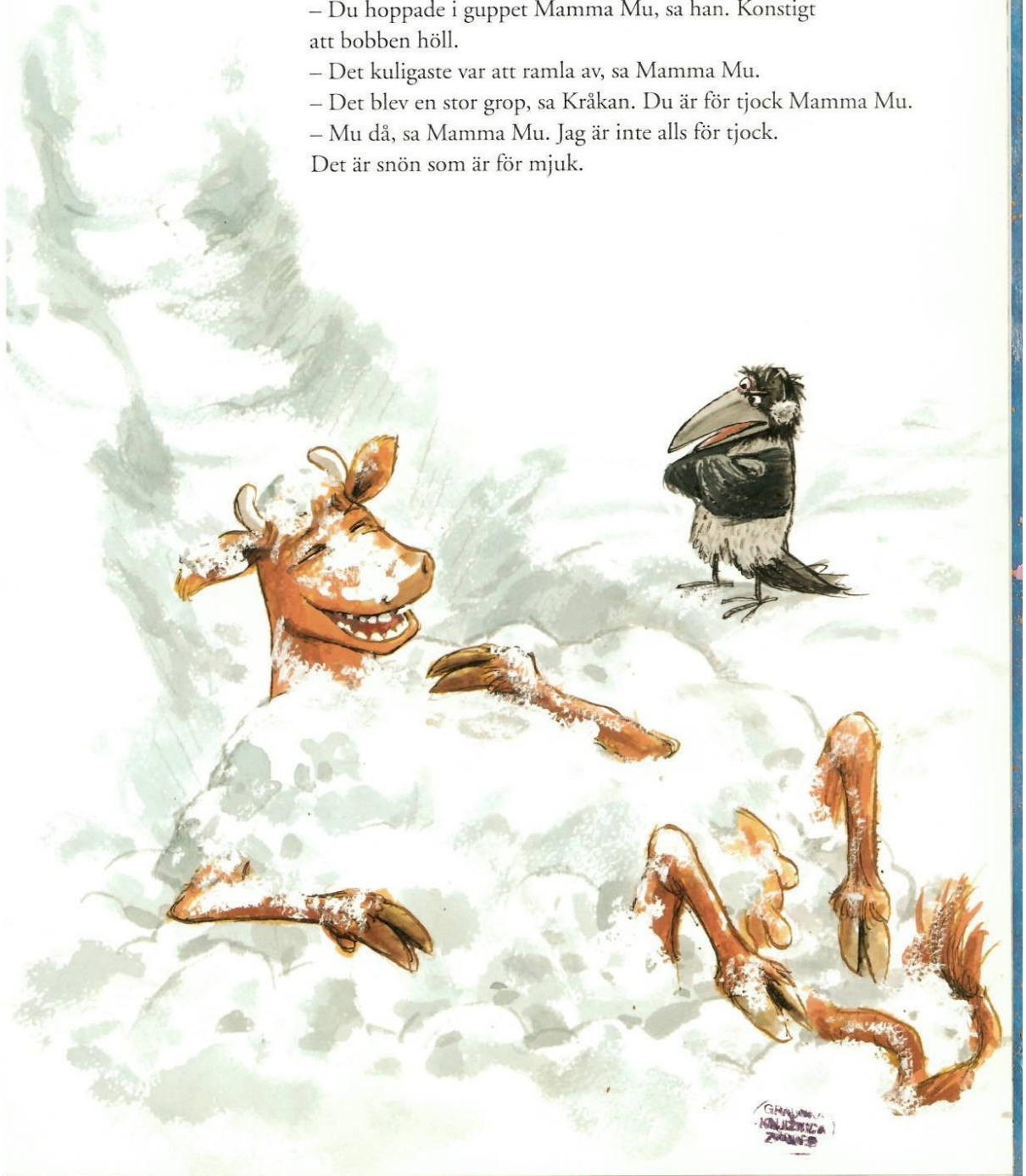




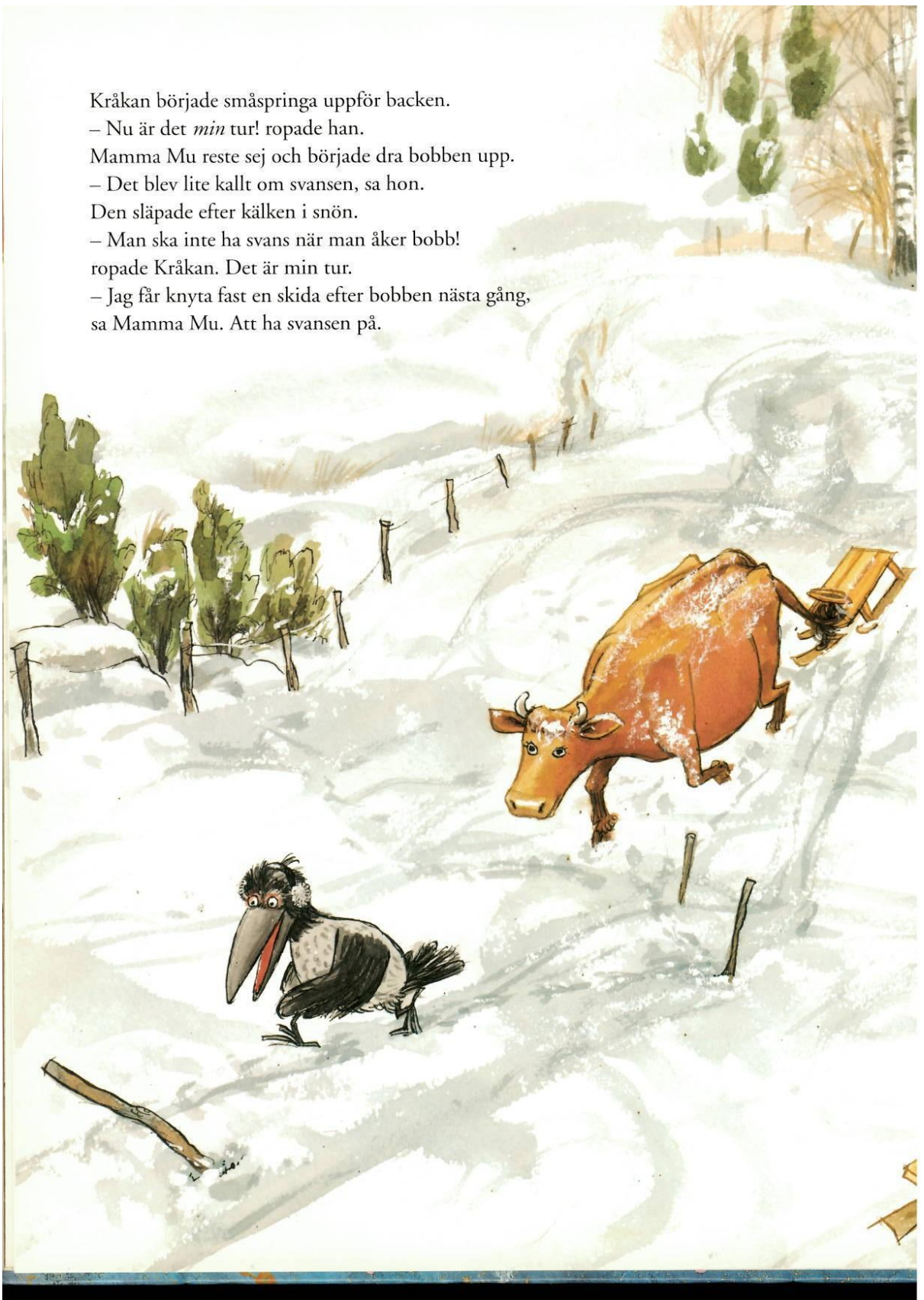
Bobben grävde sej djupt ner
i snön och välte.
Mamma Mu ramlade av
och rullade en lång bit.
När hon stannade såg hon ut
som en stor snöboll
med horn.

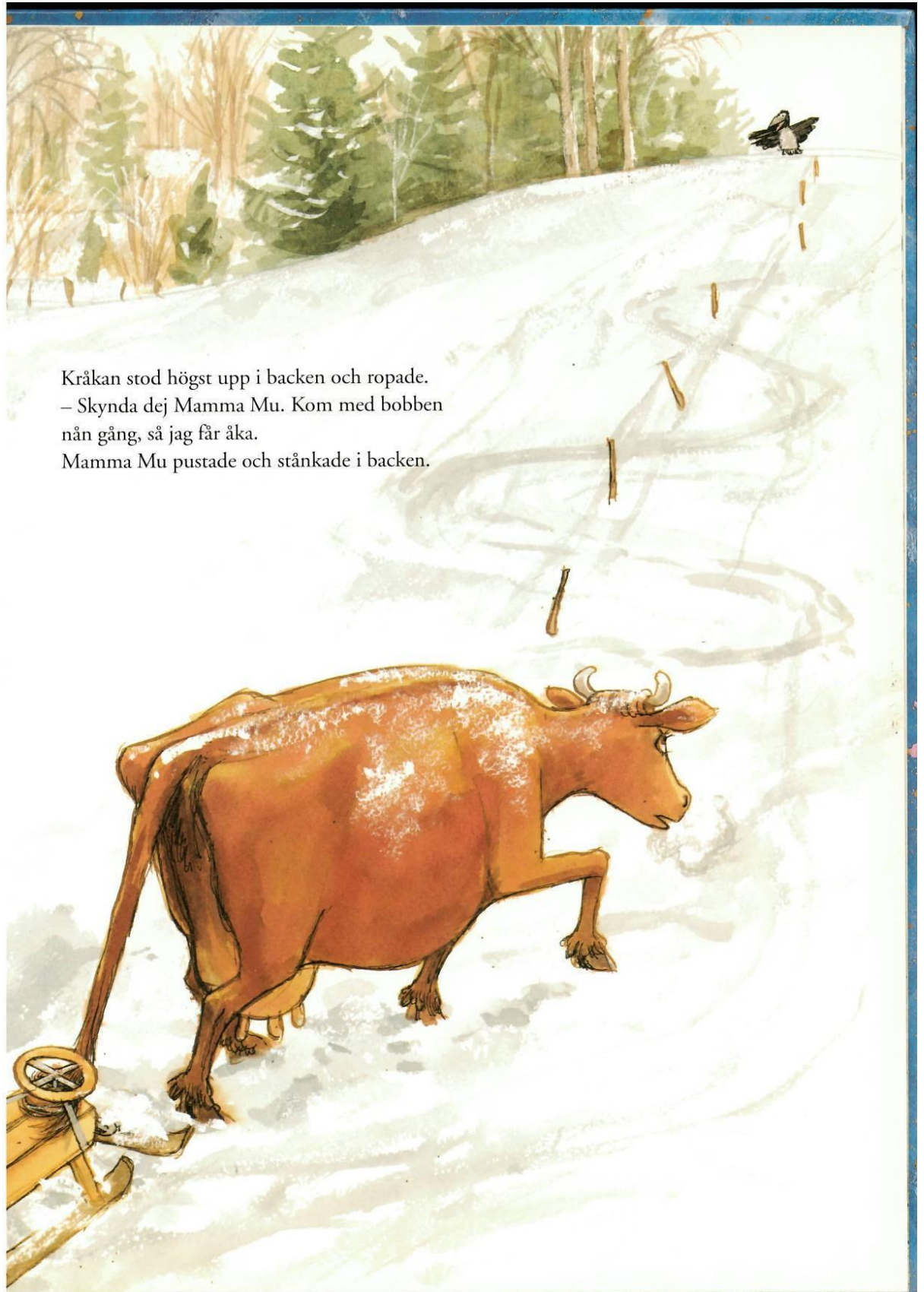


När Kråkan kom fram låg Mamma Mu i snön och skrattade.
Kråkan la vingarna i kors och tittade strängt på henne.
– Du körde på alla slalompinnarna, sa han. Varenda en!
– Mu vad kul det var, sa Mamma Mu och skrattade.
– Du hoppade i guppet Mamma Mu, sa han. Konstigt
att bobben höll.
– Det kuligaste var att ramla av, sa Mamma Mu.
– Det blev en stor grop, sa Kråkan. Du är för tjock Mamma Mu.
– Mu då, sa Mamma Mu. Jag är inte alls för tjock.
Det är snön som är för mjuk.



Kråkan började småspringa uppför backen.
– Nu är det *min* tur! ropade han.
Mamma Mu reste sej och började dra bobben upp.
– Det blev lite kallt om svansen, sa hon.
Den släpade efter kälken i snön.
– Man ska inte ha svans när man åker bobb!
ropade Kråkan. Det är min tur.
– Jag får knyta fast en skida efter bobben nästa gång,
sa Mamma Mu. Att ha svansen på.

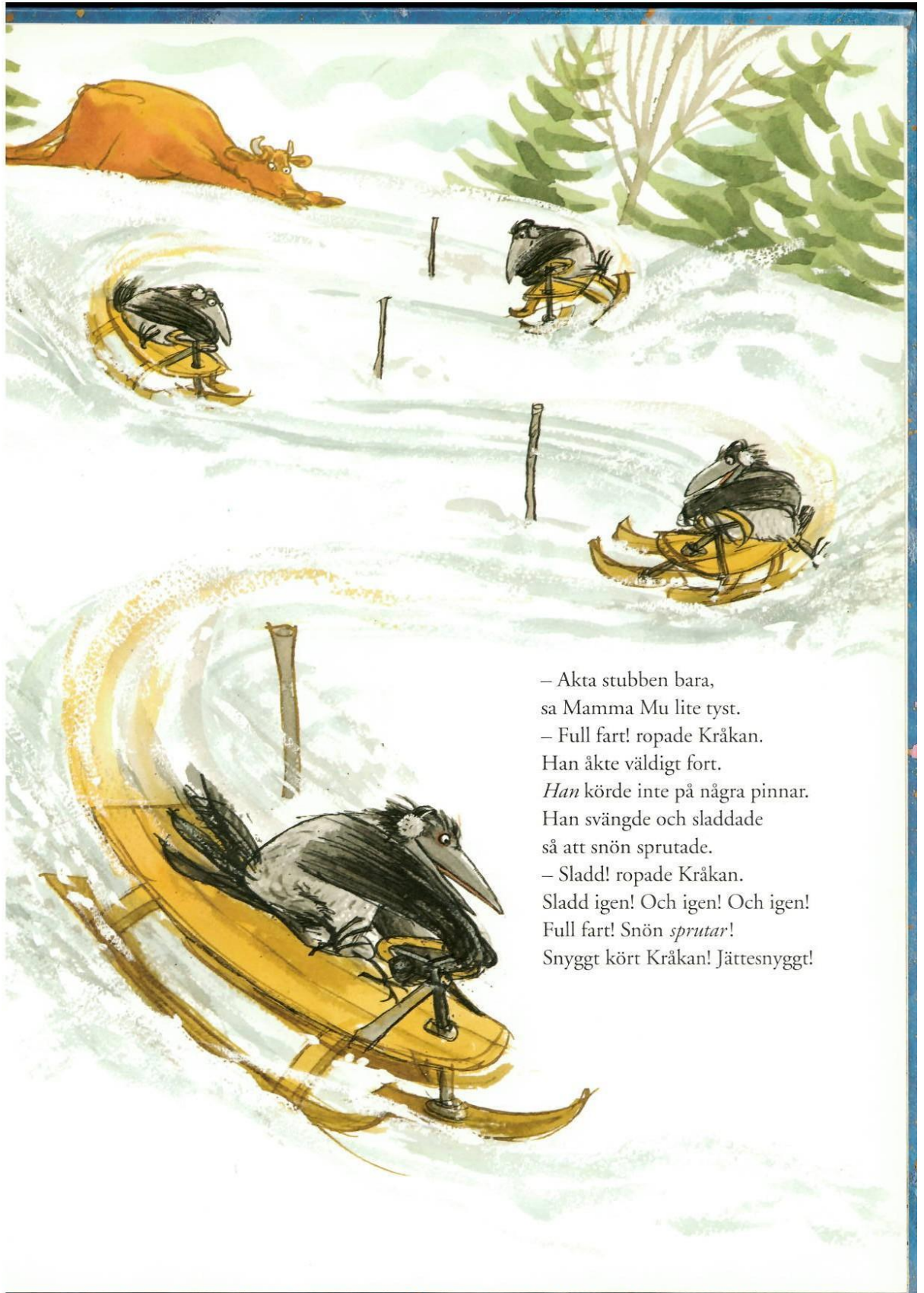




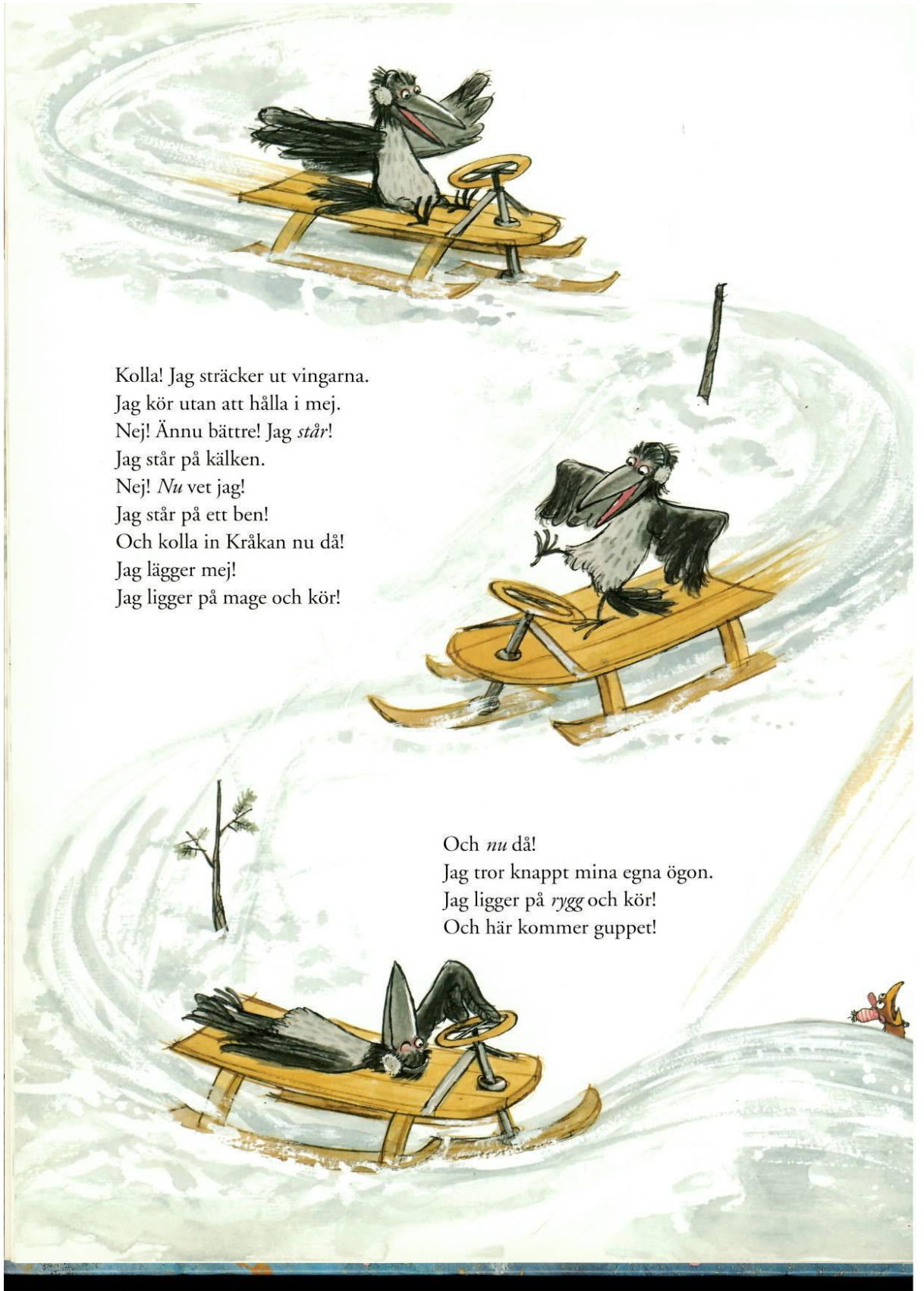
Kråkan stod högst upp i backen och ropade.
– Skynda dej Mamma Mu. Kom med bobben
nån gång, så jag får åka.
Mamma Mu pustade och stänkade i backen.



Så fort hon kom upp slängde han sej på bobben.
– Spring och putta Mamma Mu! ropade Kråkan.
Nu ska du få se på slalom!
– Vad kul Kråkan . . .
– Och nu ska du få se på *hopp* Mamma Mu.
– Jag springer och puttar Kråkan.
– Fortare! Man måste ha faaart!
Kråkan åkte iväg.



– Akta stubben bara,
sa Mamma Mu lite tyst.
– Full fart! ropade Kråkan.
Han åkte väldigt fort.
Han körde inte på några pinnar.
Han svängde och sladdade
så att snön sprutade.
– Sladd! ropade Kråkan.
Sladd igen! Och igen! Och igen!
Full fart! Snön *sprutar!*
Snyggt kört Kråkan! Jättesnyggt!



Kolla! Jag sträcker ut vingarna.
Jag kör utan att hålla i mej.
Nej! Ännu bättre! Jag *står*!
Jag står på kälken.
Nej! *Nu* vet jag!
Jag står på ett ben!
Och kolla in Kråkan nu då!
Jag lägger mej!
Jag ligger på mage och kör!

Och *nu* då!
Jag tror knappt mina egna ögon.
Jag ligger på *rygg* och kör!
Och här kommer guppet!



Bobben flög högt upp i luften.
Då släppte Kråkan taget och flög.
När bobben kom ner igen landade han.
Rakt på ratten.
– Jag sitter på ratten och styr!
ropade Kråkan. Det du.
Det gör du inte om Mamma Mu.

Ännu bättre! ropade Kråkan.
Jag *står* på ratten och styr.
Utan att hålla i mej!
Det trodde inte ens *jag* att jag kunde.



Otroligt! Jag vänder mej om.
Jag står på ratten.
Åker baklänges utan att hålla i mej.
Vilken konst! Suveränt!

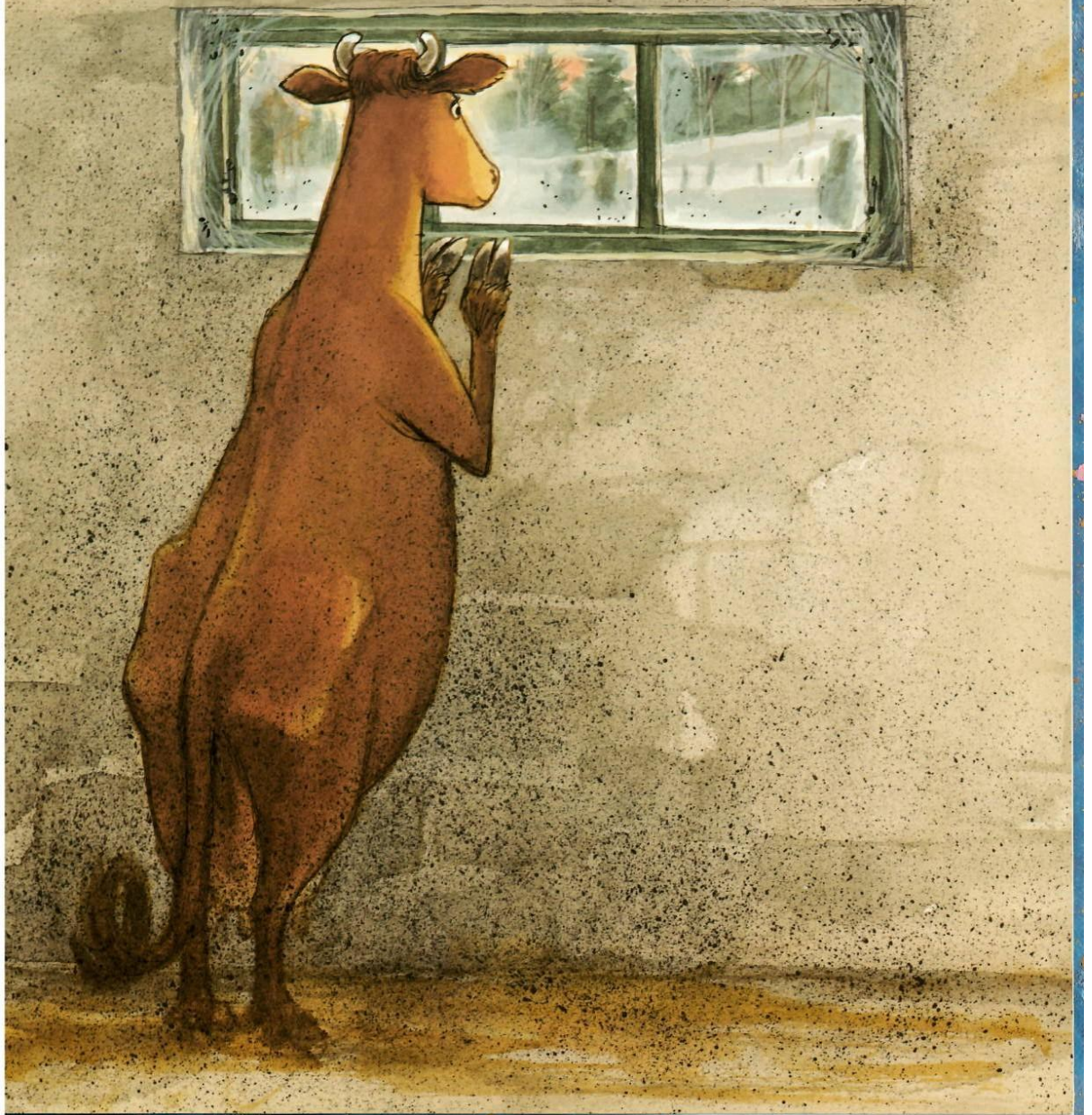
Nu står jag på ratten, åker baklänges
utan att hålla i mej, blundar och håller för ögonen.
Jag är otrolig! Full fart! Ner mot stubben.
Det är *kul* att åka bobb. Stubben!?
Vilken stubb . . .



– Du körde på stubben Kråkan, sa Mamma Mu.
Du åkte genom luften och landade på rumpan.
– Du Mamma Mu, sa Kråkan stilla. Jag glömde att flyga.
– Hur gick det Kråkan? Slog du dej i rumpan?
– Nej, sa Kråkan och kände på rumpan.
Jag slog mej inte, Men snön slog mej. I rumpan.
– Stackars lilla Kråkan, sa Mamma Mu. Glömde du att flyga?
– Ynk, sa Kråkan. Det är konstigt att snö som är så mjuk
kan vara så hård. Jag ska hem.
– Ska du hem? sa Mamma Mu. Redan?
– Ja, sa Kråkan. Det är långt att gå.
– Ska du gå?
– Ja, sa Kråkan stilla. Det gör lite ont i rumpan.
Jag kan nog inte flyga mer idag.
Jag får gå hem och klättra upp i mitt bo.
Hej då, sa Kråkan och pulsade hemåt i snön.

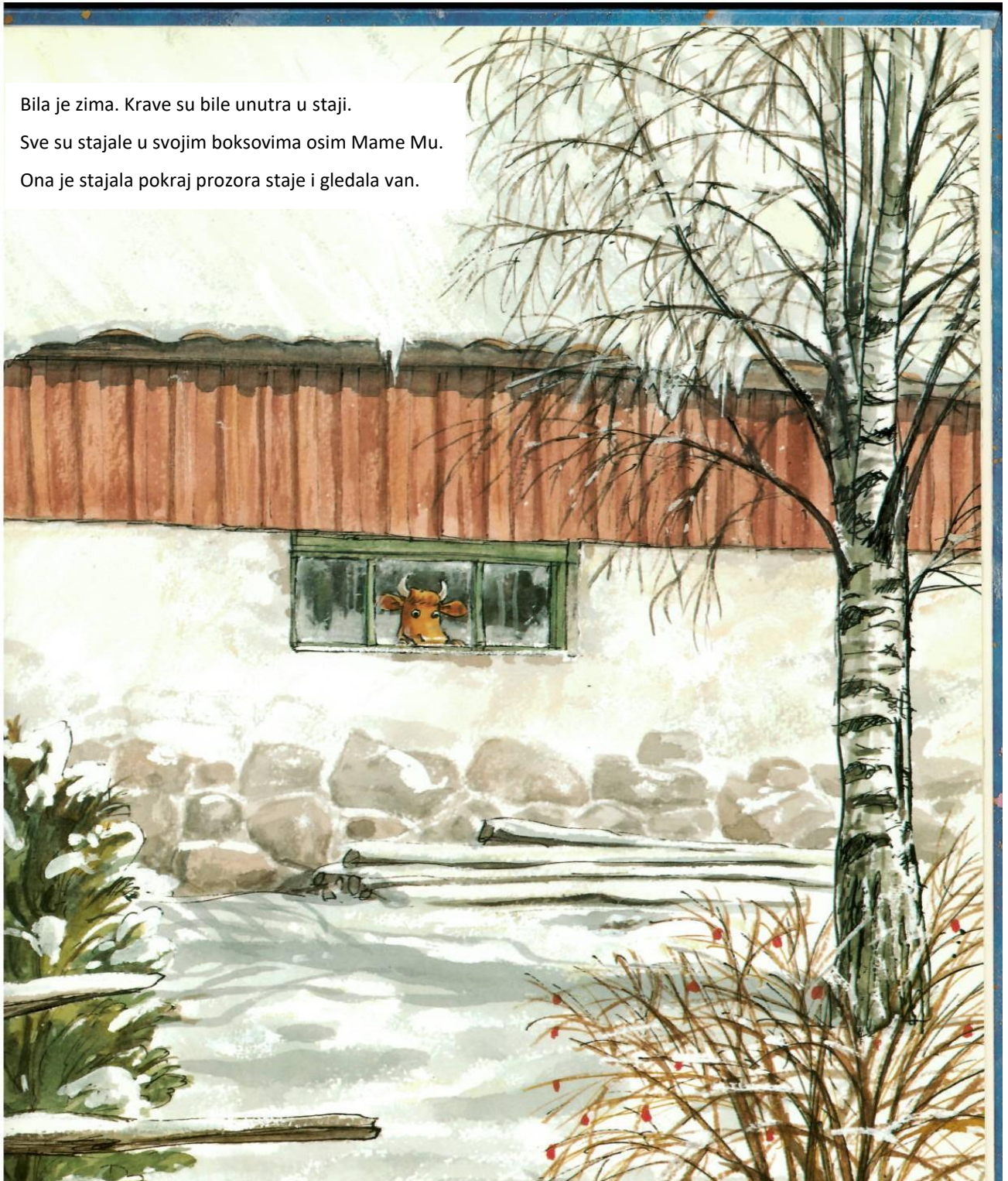


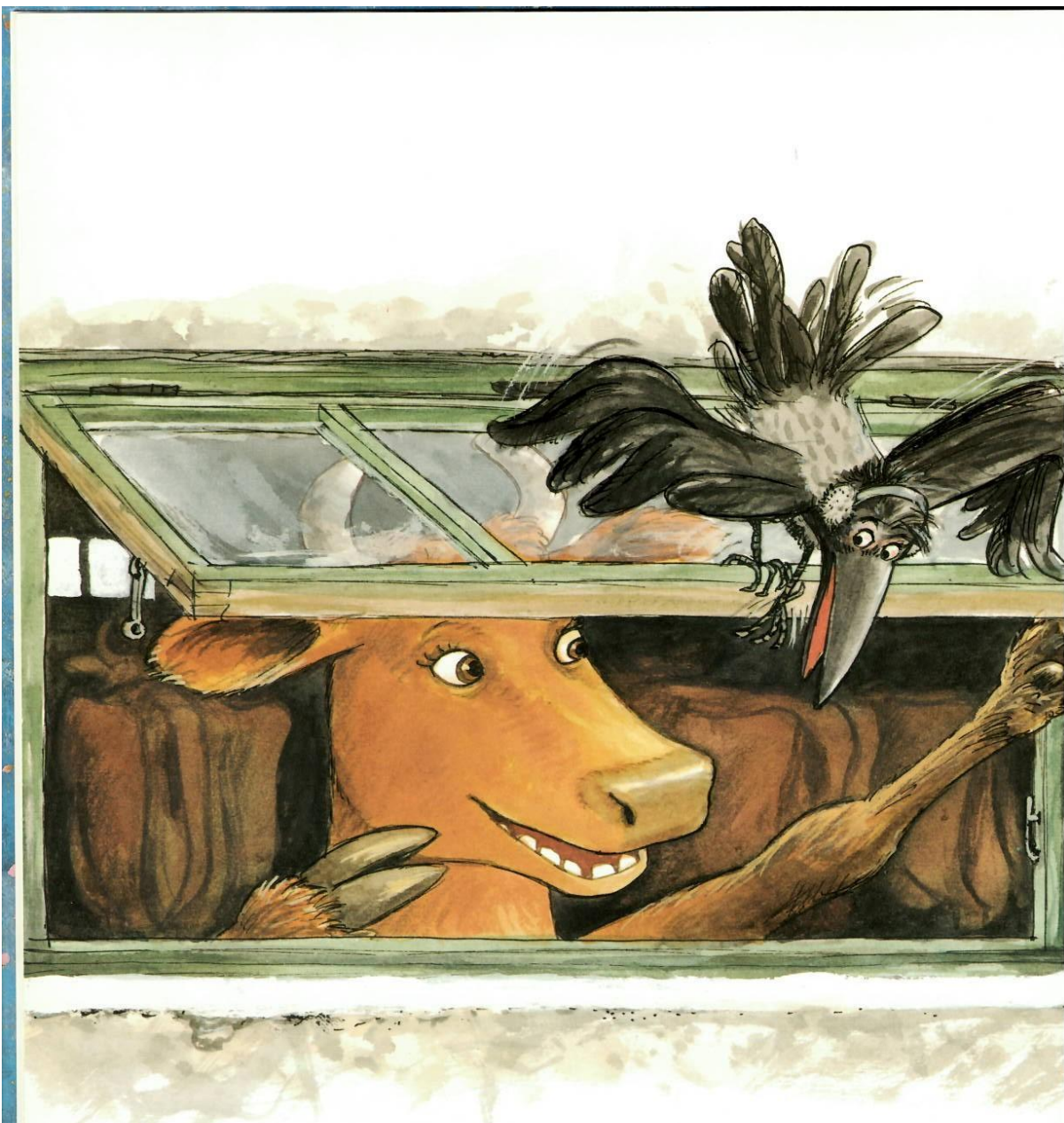
– Kråkan fick gå hem idag, sa Mamma Mu.
Men han verkade inte vara så ledsen för det.
Jag tror han tyckte om att åka bobb,
bara han fick flaxa och kraxa lite först.
Det var kul att åka bobb tycker jag.
Men det kuligaste var att ramla av.



6.2. Översättningen – Mama Mu se sanjka

Bila je zima. Krave su bile unutra u staji.
Sve su stajale u svojim boksovima osim Mame Mu.
Ona je stajala pokraj prozora staje i gledala van.





Netko je pokljucao po prozoru.

Mama Mu je otvorila. Bio je to Vlado Vrana.

– Hej, Vlado Vrana – rekla je. Jesi li vidio djecu?

– Jesam – odgovorio je Vlado Vrana. Puno puta.

– Sanjkaju se! – rekla je Mama Mu.

Muu, kako to fora izgleda! Gle!

Djevojčica iz sela vozila se velikom brzinom.
Tako je jurila da je snijeg prskao okolo.
Sanjkama je vozila slalom.
Skoro je udarila u granu,
ali ju je uspjela zaobići.

Došla je do izbočine.
Hop....tup.
Dugo je letjela zrakom
i dalje sjedeći na sanjkama.

Kakva brzina!
Došla je do panja.
Skoro je naletjela na njega,
ali je zaokrenula sanjke.

Sanjke su se prevrnule.
Djevojčica je pala
i otkotrljala se u snijeg.
Bilo joj je zabavno.
Oh, kako se smijala!



– Ali pala je! – rekao je Vlado Vrana.

– Ali smije se – rekla je Mama Mu. Muu, kako je djeci zabavno.

– Ali kra-kra! – rekao je Vlado Vrana. Mislim da više leže u snijegu nego što sjede na sanjkama. Je li to fora!?

– Fora je baš zato što padneš – rekla je Mama Mu. Fora je pasti.

– Pa onda im za to ne trebaju sanjke – rekao je Vlado Vrana. Onda mogu samo leći u snijeg i smijati se. Ako je to sad tako fora.





– Idemo tamo – rekla je Mama Mu. Zvučala je jako sretno.

– Kamo? – pitao je Vlado Vrana.

– Do djece na brežuljku.

– Do djece na brežuljku!? – pitao je Vlado vrana i namrštio se.

Zašto?

– Možda možemo posuditi jedne sanjke, Vrano.

Sigurno ćemo ih dobiti. Seoska su djeca jako draga.

Vlado Vrana je poletio.

– Ne, nikako! – povikao je i odmahivao glavom:

Ništa me ne može natjerati da se sanjkam po brežuljku.

– Ali muu – rekla je Mama Mu. Mislila sam da bismo mogli ići zajedno.

– Sigurno ne idem s kravom! Idem doma!

Vlado Vrana otvorio je prozor. Žurilo mu se.

Već je raširio krila da poleti.

– Ne, ma naravno – rekla je Mama Mu. Nisam se toga sjetila. To nikako *ne bi išlo*.

– Ne bi? – pitao je Vlado Vrana i spustio krila.

– Ne. Pa sanjke imaju *upravljač*. A ja ne mogu upravljati jer nemam ruke. A ni vrane se ne sanjkaju.

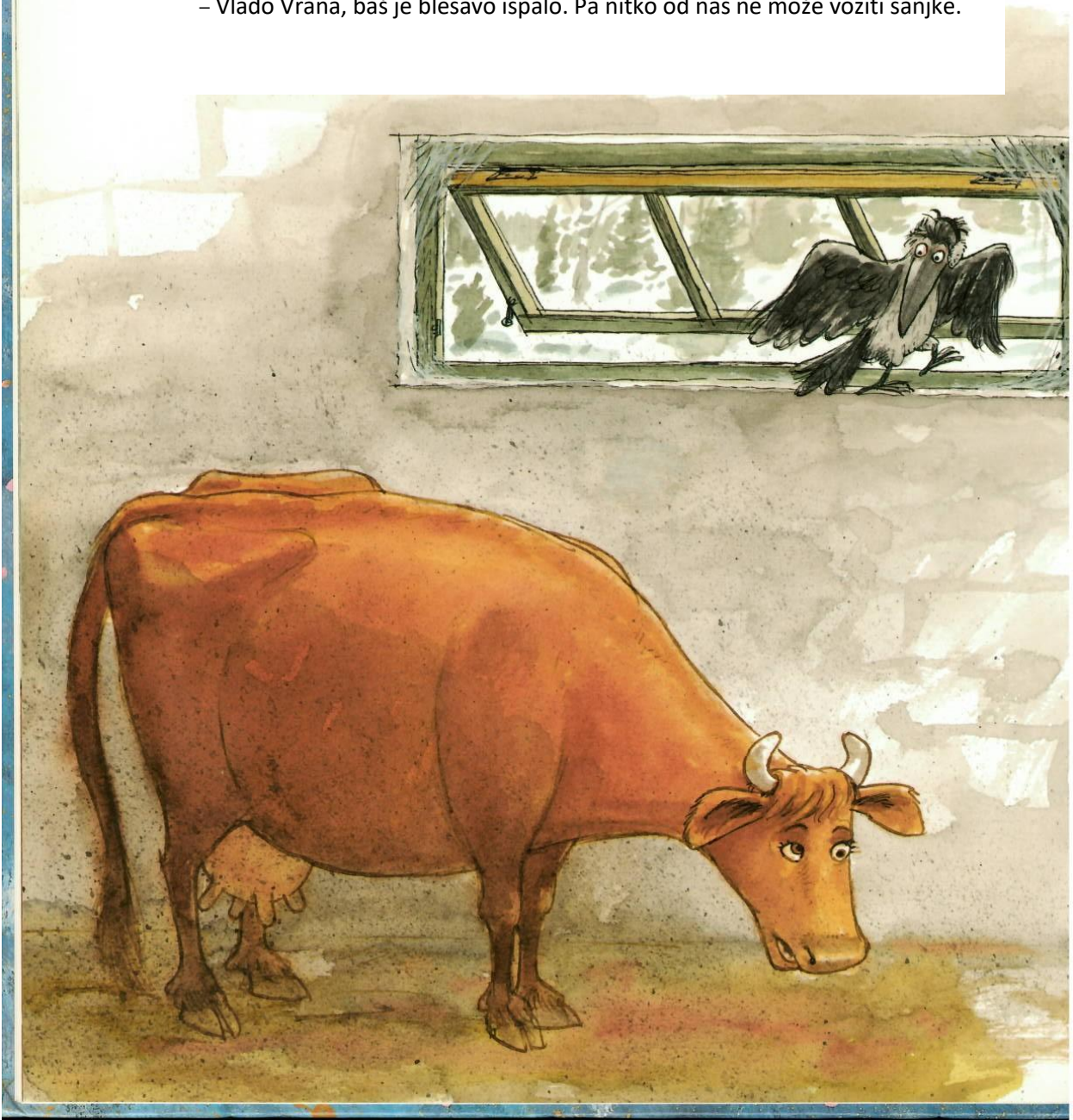
– Ne sanjkaju se? – pitao je Vlado Vrana i okrenuo se.

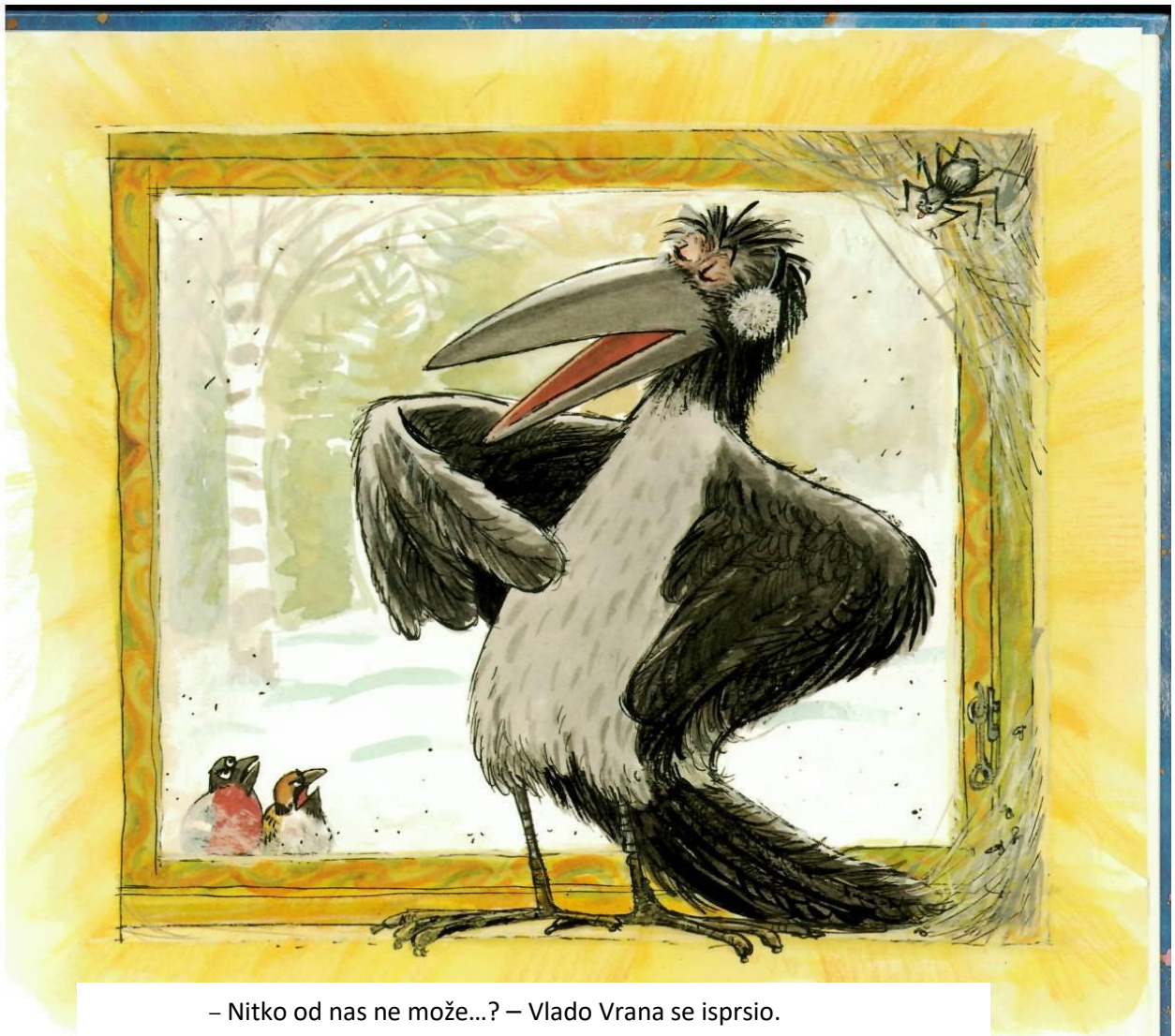
– Tako da ni ti ne možeš upravljati – rekla je Mama Mu.

– Ne mogu? – rekao je Vlado Vrana i vratio se.

Protegnuo se.

– Vlado Vrana, baš je blesavo ispalo. Pa nitko od nas ne može voziti sanjke.





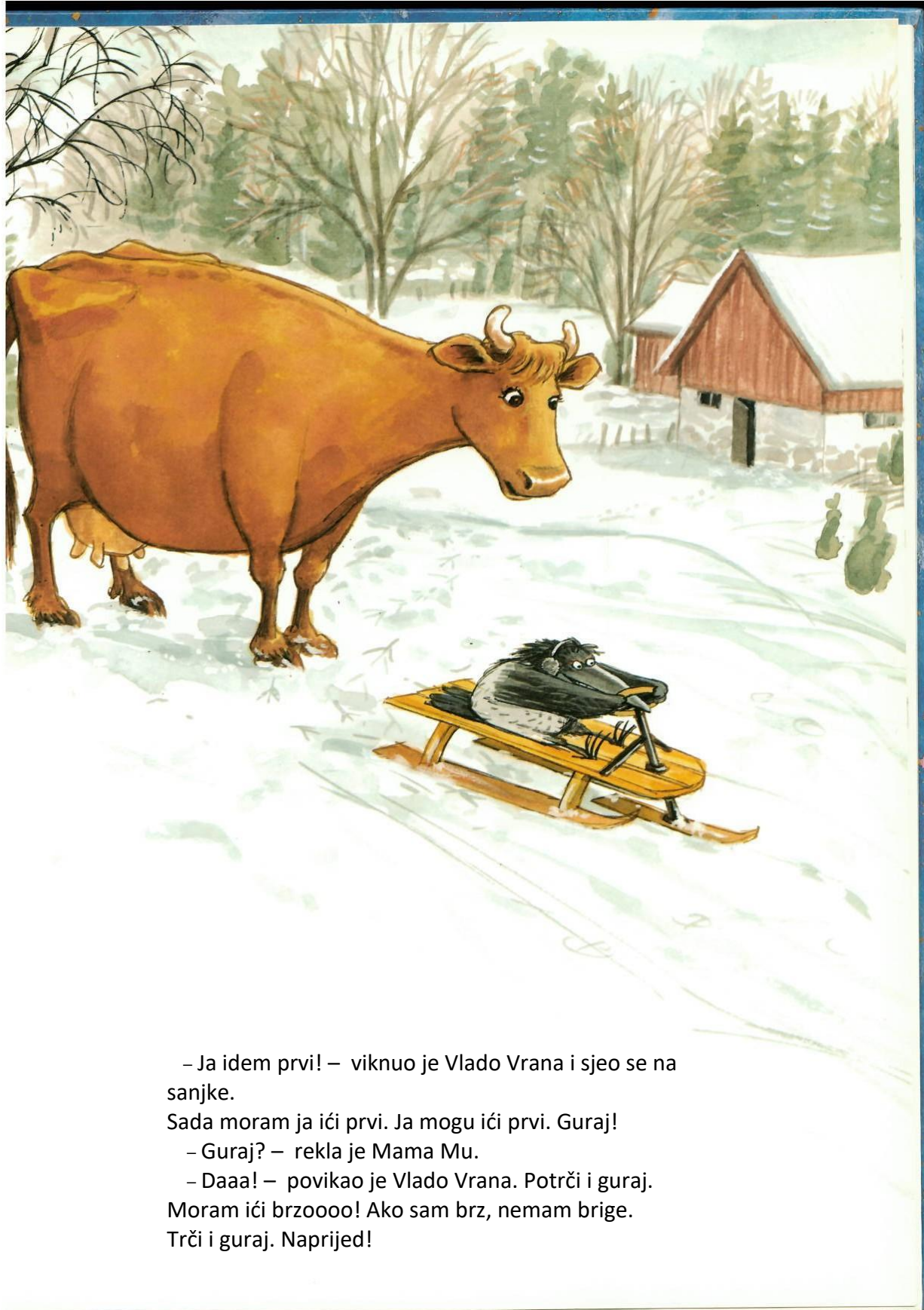
- Nitko od nas ne može...? – Vlado Vrana se isprsio. Pročistio je grlo. Ptice selice, Mama Mu – rekao je. Znaš li što je to?
- Ptice selice? – rekla je Mama Mu.
- To su plave zebe i frapci i zračnoperke i kljunovci...
- Kljunovci?
- Da, ili kako se već zovu sve te ptičice koje lete u toplije krajeve kada ovdje dođe zima. Znaš li zašto vrane ne idu s njima?
- Ne – rekla je Mama Mu. Zašto?
- Da ostanu doma i sanjkaju se – rekao je Vlado Vrana.
- Muu – rekla je Mama Mu – je li zato?
- Samo zato – rekao je Vlado Vrana. Ja sam se sanjkao kad sam bio mali. Sve vrane su se sanjkale. Po cijele dane. Svaki dan. Cijele zime. I ja sam uvijek bio taj koji je sjedio naprijed i upravljao.
- Ali muu, Vlado Vrana – rekla je Mama Mu. Kamo sreće! Pa onda ti možeš upravljati.



Sada je Vlado Vrana bio miran. Otvorio je prozor i skočio van.
Pokazao je jednim krilom prema naprijed.

– Prema brežuljku! – povikao je i odjurio.

– Kako dobro da su djeca otišla doma. Sada možemo posuditi
sanjke – rekla je Mama Mu i uzela jedne.



– Ja idem prvi! – viknuo je Vlado Vrana i sjeo se na sanjke.

Sada moram ja ići prvi. Ja mogu ići prvi. Guraj!

– Guraj? – rekla je Mama Mu.

– Daaa! – povikao je Vlado Vrana. Potrči i guraj.
Moram ići brzoooo! Ako sam brz, nemam brige.
Trči i guraj. Naprijed!



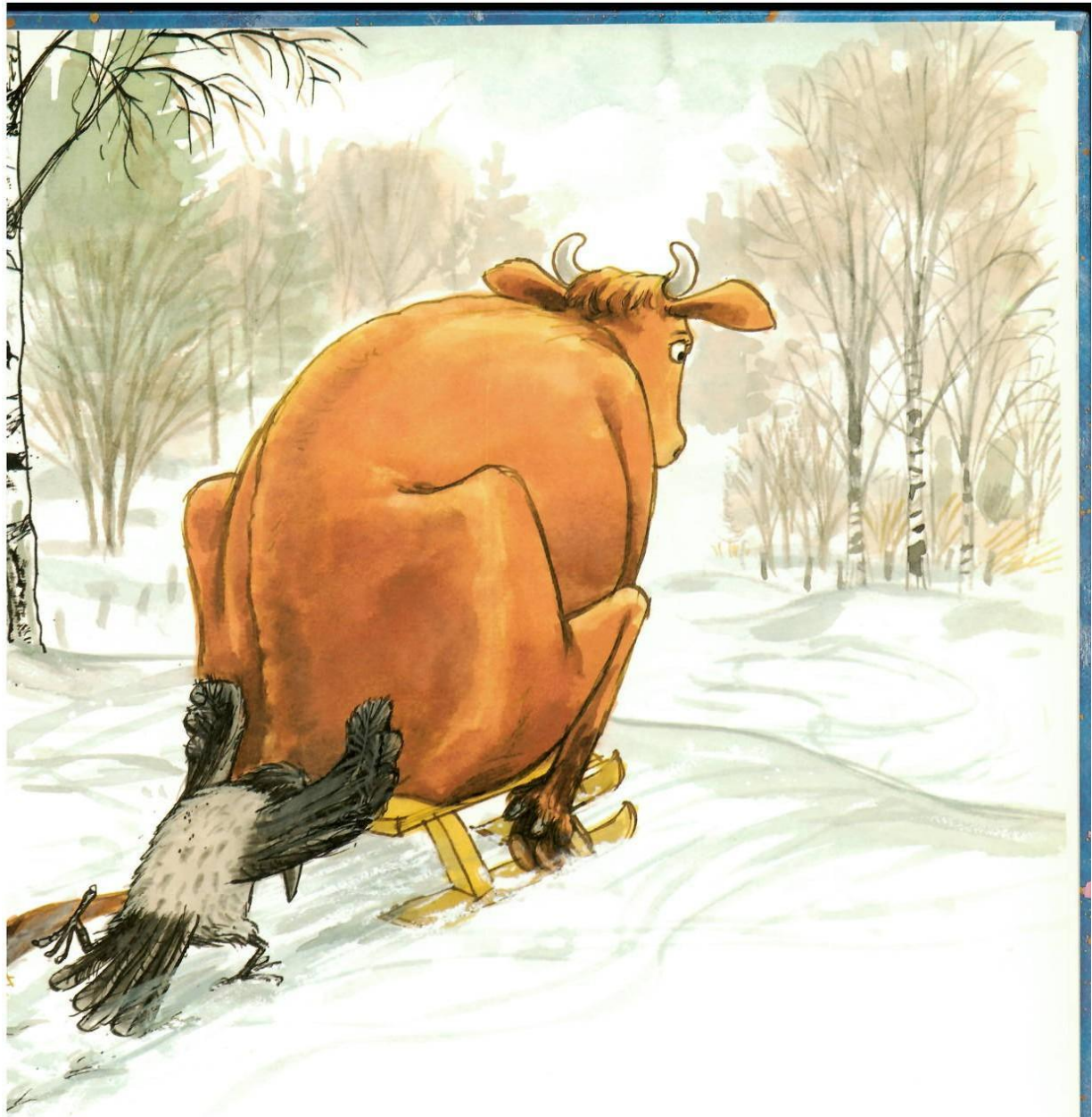
Mami Mu nije bilo tako jednostavno trčati i gurati. Noge su joj utonule u snijeg, a i trbuh joj je smetao.

Udah. Dahtaj.

– Trčati i gurati? – rekla je Mama Mu. Kako se to radi?

– A što ti znaš! – povikao je Vlado Vrana i odletio sa sanjki.

Sjedni se na sanjke pa ću ti pokazati.



Mama Mu se sjela i – tup! Sanjke su zaškripale, ali su izdržale.

– Ovako se trči i gura! – povikao je Vlado Vrana i gurao tako jako da je postao crven u licu.

Sanjke su počele kliziti niz padinu.

– Drži se stara kravice! – viknuo je Vlado Vrana Mami Mu.



- Uh-oh - rekla je Mama Mu. Pa ja se sanjkam!
Kako to ide? Kako brzo ide! Pa ja ne mogu upravljati!
Bum! Zabila se ravno u prvi slalom štap.
- Uh-oh! Zabila sam se u štap - rekla je Mama Mu.
Bum! Zabila se u još jedan.
Bum! I u još jedan.
Bum! I još jedan. I još jedan. I još jedan.

Nije skretala. Zabila se ravno u svaki štap na stazi.

– Vozim se ravno! – vikala je Mama Mu.

Tada je naišla na izbočinu na stazi. Sanjke su poskočile.

Nije letjela tako visoko niti tako dugo i onda...



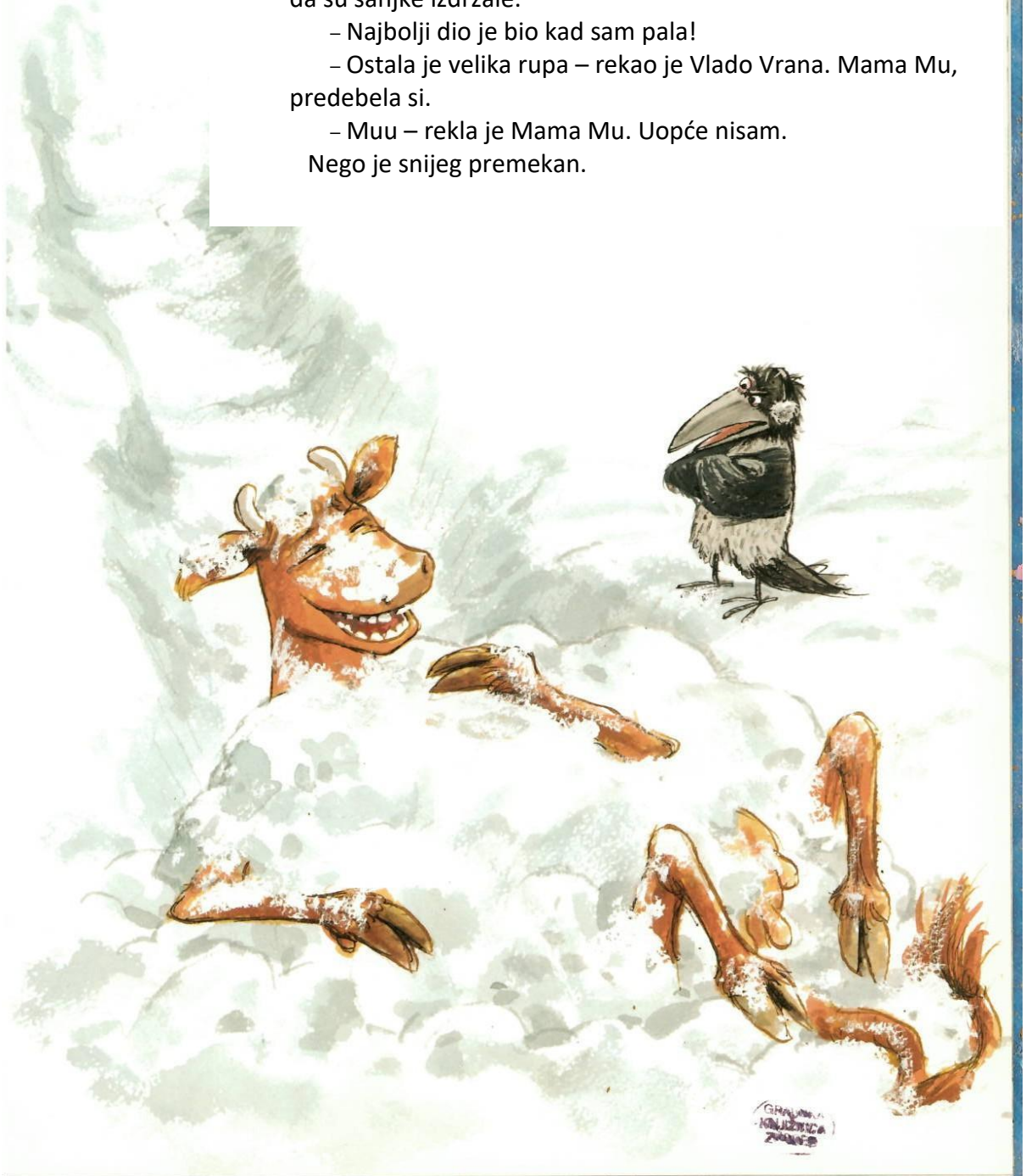


Sanjke su se ukopale duboko
u snijeg i prevrnule se.
Mama Mu je pala
i daleko se otkotrljala.
Kada je stala, izgledala je kao
velika lopta od snijega s
rogovima.



Kada je Vlado Vrana došao, Mama Mu je ležala u snijegu i smijala se. Vlado Vrana je prekrizio krila i strogo ju pogledao.

- Zabila si si se u svaki slalom štap – rekao je. Sve i jedan!
- Muu, ali kako je bilo fora! – rekla je Mama Mu smijući se.
- Poletjela si preko izbočine na snijegu – rekao je. Čudno da su sanjke izdržale.
- Najbolji dio je bio kad sam pala!
- Ostala je velika rupa – rekao je Vlado Vrana. Mama Mu, predebela si.
- Muu – rekla je Mama Mu. Uopće nisam. Nego je snijeg premekan.



Vlado Vrana je počeo trčati uzbrdo.

– Sada je *moj* red! – povikao je.

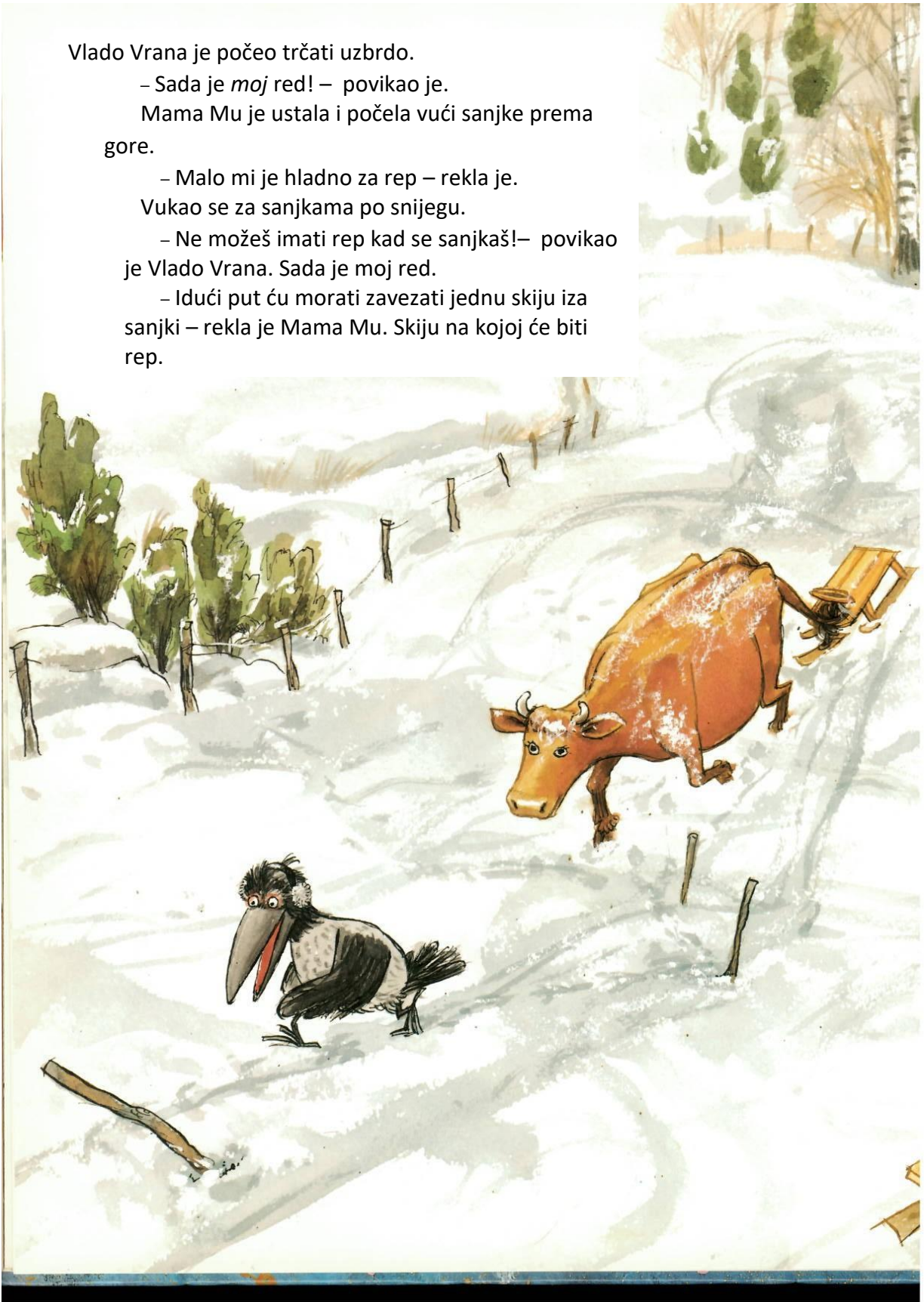
Mama Mu je ustala i počela vući sanjke prema gore.

– Malo mi je hladno za rep – rekla je.

Vukao se za sanjkama po snijegu.

– Ne možeš imati rep kad se sanjkaš!– povikao je Vlado Vrana. Sada je moj red.

– Idući put ću morati zavezati jednu skiju iza sanjki – rekla je Mama Mu. Skiju na kojoj će biti rep.





Vlado Vrana stajao je na vrhu brda i vikao.

– Požuri se, Mama Mu! Dođi već jednom sa sanjkama da mogu ići.

Mama Mu je uzdisala i dahtala uspinjući se uz brdo.



Čim je došla gore, sjeo je na sanjke.

– Potrči i guraj, Mama Mu! – povikao je Vlado Vrana.

–Sada ćeš vidjeti kako se vozi slalom!

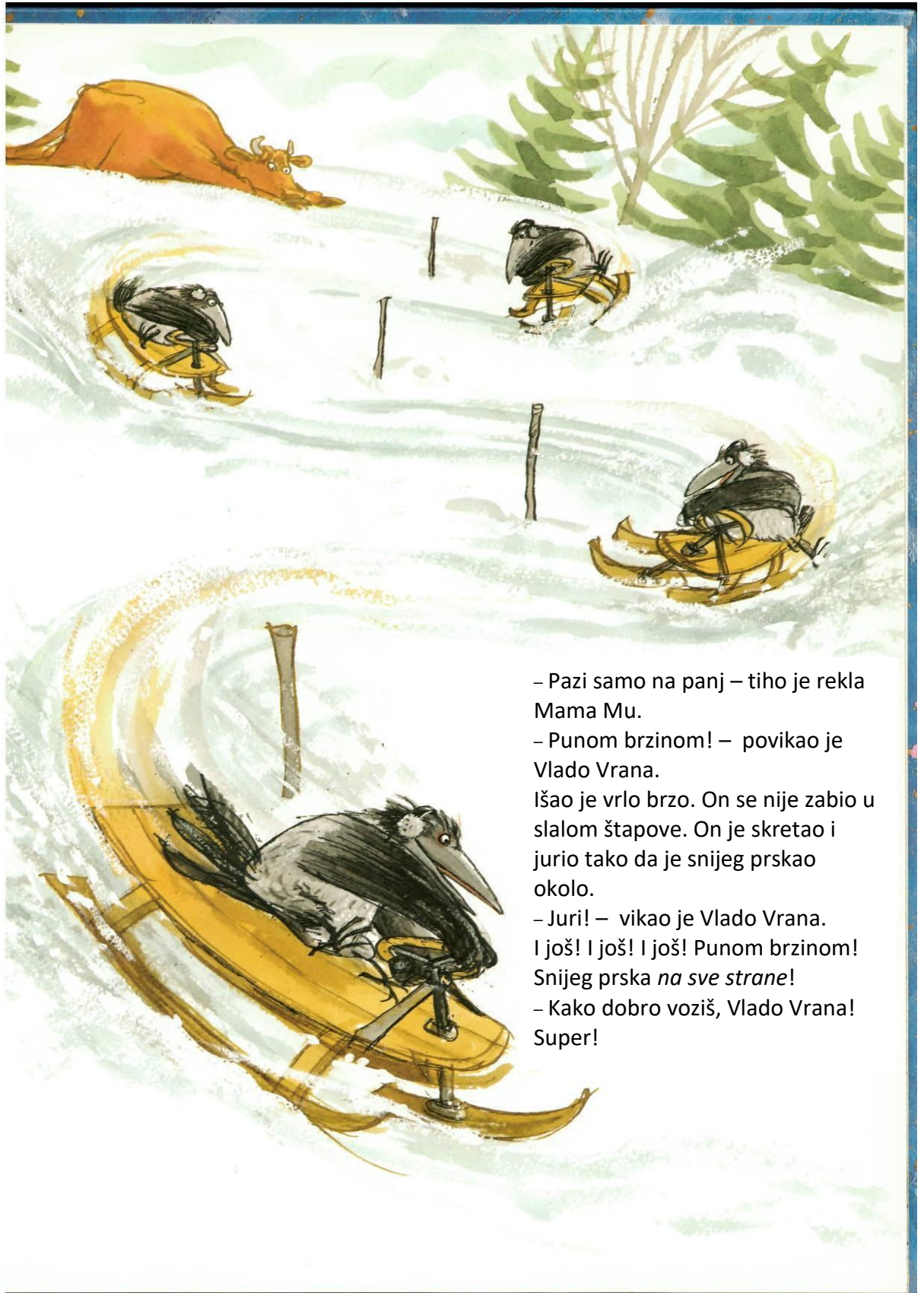
– Kako fora, Vlado Vrana...

– I sada ćeš vidjeti pravi *skok*, Mama Mu.


– Trčim i guram, Vlado Vrana!

– Brže! Treba mi brzineee!

Vlado Vrana se odvezao.

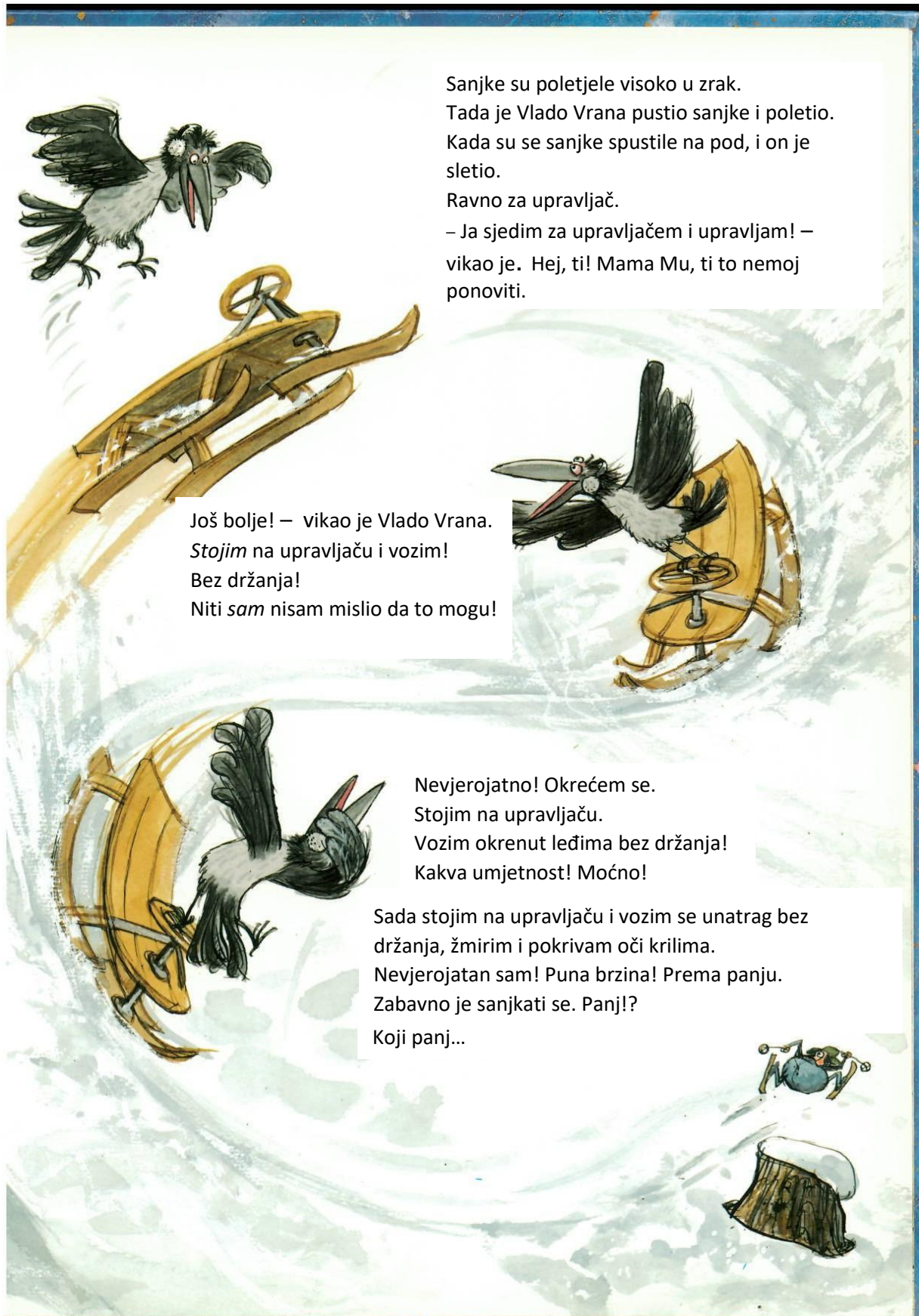


– Pazi samo na panj – tiho je rekla
Mama Mu.
– Punom brzinom! – povikao je
Vlado Vrana.
Išao je vrlo brzo. On se nije zabio u
slalom štapove. On je skretao i
jurio tako da je snijeg prskao
okolo.
– Juri! – vikao je Vlado Vrana.
I još! I još! I još! Punom brzinom!
Snijeg prska *na sve strane!*
– Kako dobro voziš, Vlado Vrana!
Super!



– Gledaj! Raširio sam krila.
Vozim bez držanja!
Ne! Još bolje! Ja *stojim!*
Stojim na sanjkama.
Ne! *Sada* znam!
Stojim na jednoj nozi!
Gledaj sada Vladu Vranu!
Ležim! Ležim na trbuhu i
vozim!

I *sad!*
Ne vjerujem svojim očima.
Ležim na *leđima* i vozim!
I evo izbočine u snijegu!



Sanjke su poletjele visoko u zrak.
Tada je Vlado Vrana pustio sanjke i poletio.
Kada su se sanjke spustile na pod, i on je
sletio.
Ravno za upravljač.
– Ja sjedim za upravljačem i upravljam! –
vikao je. Hej, ti! Mama Mu, ti to nemoj
ponoviti.

Još bolje! – vikao je Vlado Vrana.
Stojim na upravljaču i vozim!
Bez držanja!
Niti *sam* nisam mislio da to mogu!

Nevjerojatno! Okrećem se.
Stojim na upravljaču.
Vozim okrenut leđima bez držanja!
Kakva umjetnost! Moćno!

Sada stojim na upravljaču i vozim se unatrag bez
držanja, žmirim i pokrивam oči krilima.
Nevjerojatan sam! Puna brzina! Prema panju.
Zabavno je sanjkati se. Panj!?
Koji panj...



– Zabio si se u panj – rekla je Mama Mu. Letio si zrakom i sletio na guzu.

– Oh, Mama Mu – rekao je Vlado Vrana tiho. Zaboravio sam letjeti.

– Kako je bilo, Vlado Vrana? Jesi li se udario?

– Ne – rekao je Vlado Vrana i opipao guzu. Nisam se ja udario, snijeg me udario. U guzu.

– Jadan mali Vlado Vrana – rekla je Mama Mu. Zaboravio si letjeti?

– Jao – rekao je Vlado Vrana. Čudno da snijeg koji je tako mekan može biti tako tvrd. Idem kući.

– Kući? – pitala je Mama Mu. Već?

– Da – rekao je Vlado Vrana. Dug je to put.

– *Hodat ćeš?*

– Da – rekao je tiho. Malo me boli guza. Danas više ne mogu letjeti. Popet ću se do svoje kuće.

– Bok – rekao je Vlado Vrana i krenuo pješaćiti prema doma po snijegu.



Vlado Vrana danas mora doma, rekla je Mama Mu. No nije se činilo da je tužan jer mora ići. Mislim da mu se svidjelo sanjkanje, samo da je najprije mogao malo lepršati okolo i kraktati. Mislim da je bilo zabavno sanjkati se, ali najzabavnije je bilo pasti.



6.3. Min vän Percy, Buffalo Bill och jag

Kapitel 1

Jag blir en blodsbroder

Vissa dagar väntar man mera på än andra. På den här hade vi väntat nästan ett helt år. Solen sken in genom klassrumstönstret. Den spred sitt muntra ljus över våra vattenkammade skallar och över det röda äpple som Ann-Kristin hade lagt på katedern. Vi hade redan städat ur bänkarna. Livet var så härligt som det kunde bli. För idag skulle sommarlovet börja. Och jag tänkte bara trevliga tankar. Vad tänkte jag då. Jo, jag tänkte på Klasse, på Pia, på doften av brännässlor, på min ilskna, tjocka farfar och på hur härligt det skulle bli att dyka ner i dom frasande vågorna efter skärgårdsbåtarna. Då knackade min vän Percy mig plötsligt på axeln och stack till mig en skrynklig papperslapp.

'NÄR DET BLIR SÅNG. SÅ STICKER VI! stod det på den.

Det dröjde inte länge förrän fröken gick fram till orgeln.

- Nu sjunger vi, sa hon.

Hon hette Märta Lindkvist och var vikarie. Hon hade rödmålade läppar, röda skor och ett smalt rött skärp av äkta plast om midjan. När hon rörde sig böljade den gula klänningen som ett sädesfält för vinden. Hon doftade liljekonvalj. Och när hon log, log vara föräldrar också, för hon hade ett mycket smittande leende.

- Jag hoppas att alla sjunger med, log hon.

Så började hon spela. Det blev När som sädesfälten böja sig för vinden, för det var den vackraste sång hon visste. Själv rörde jag bara lite på läpparna för att inte förstöra den goda stämningen. Det gjorde dom flesta andra med. Men inte mamma, hon sjöng lika högt och dallrande som hon brukade. Då blinkade jag åt Percy att vi skulle ge oss av. Jag visste att mamma skulle bli sur. Men vad skulle hon sjunga så där för?

Hallå, vart ska ni? sa fröken.

Vi börjar sommarlovet nu, för vi kan inte vänta, sa Percy.

Glad sommar, sa jag-

Tack detsamma, sa fröken. Och välkomna tillbaka i höst

Percy tog med äpplet från katedern när han gick. Vi sprang genom korridoren. När vi slutligen slog upp skolporten så möttes vi av den bländande solen, av det muntra kvittret av osynliga fåglar och av himlen som aldrig tog slut.

Nu sablar, tänkte jag.

Vi tog vår tillflykt till Enskedefältets hopptorn. Vi satt högst upp, där backhopparna brukade vänta på sin tur att få susa ner på sina breda skidor om vintrarna. Nu susade en ljum vind i träställningen och rufsade till våra prydliga frisyrer. Vi stoppade våra skolavslutningsslipsar i byxfickorna och tog av oss strumpor och skor, så att tårna skulle få sommarlov dom med.

Percy delade äpplet som han hade snott med sig så rättvist han kunde med sin fickkniv. Sen tog han den största biten.

- Och vad ska du göra i sommar, då? undrade han.

- Jag ska åka till landet, sa jag. Det gör Jag varje ar.

- Vad gör man där?

- Allt möjligt. Och du, då?

Det svarade inte Percy på. Han rynkade pannan, spottade ut några äppelkärnor mot jorden och tittade bort åt Slakthuset till. Ett tag såg han nästan bekymrad ut. Men så prövade han eggen på kniven mot tummen och sken upp.

- Vi har ju känt varandra rätt länge nu, eller hur?

- Ja, sa jag.

- Hur länge är det nu egentligen?

- Tre år.

-Just det, sa han. Tre år. Då är det verkligen på tiden att vi blir blodsbröder.

- Blodsbröder, vad är det? sa jag.

Då förklarade Percy vad det var.

- Det är när man skär håll i varsitt finger och blandar blod, sa han. Vilken himla tur att jag tog med mig kniven. Han torkade av det smutsiga knivbladet mot byxbenet. Jag mindes plötsligt alla gånger som jag hade tagit blodprov. Och att jag inte alls hade tyckt om det.

- Det vore skoj. Men det kan bli infekterat, sa jag. Får man blodförgiftning så kan man dö, vet du. Min pappa var tandläkare, så jag visste en del om bakterier.

- Javisst. sa Percy. Men inte om man hettar upp bladet först.

Då kom jag inte på någonting mer at säga. Percy hade alltid en tändsticksask i fickan. Han fick fyr på en tändsticka och höll knivbladet över lågan tills det blev svart av sot. Sen skar han ett smalt jack först i sin egen tumme och så i min. Det sved. Men det kändes ändå bra och liksom högtidligt.

- Så där ja, sa han. Nu är vi blodsbröder. Vet du vad det innebär?

- Nä, sa jag

- Det innebär att man får följa med varandra till landet, sa Percy. Men jag har ju inget. Så då måste jag fa följa med till ditt.

Jag visste inte om jag ville det. Visserligen var Percy min bästa vän. Men på landet hade jag en massa andra vänner. Där fanns Klasse och Benke och Uffe E och Leffe. Och sa fanns Pia där. Jag var inte sa säker på att Percy skulle passa ihop med dem. Dessutom trodde jag inte

på att mamma och pappa skulle tycka att det var en bra idé att ta dit honom. Och definitivt inte min brorsa. Och helt bombsäker var jag på att farfar inte ville ha flera barn i huset. Min bror och jag var redan två stycken för många. Farfar tyckte inte om barn. Och inte så värst mycket om vuxna och djur heller.

- Jag vet inte, sa jag. Farfar är jämt så himla arg av sej.

- Det spelar ingen roll, sa Percy. Jag har aldrig varit på landet. Och jag är inte rädd.

- Lovar du att inte reta honom då?

- Du känner väl mig.

Det var just det jag gjorde. Och det var det som gjorde mej så orolig. Var det någon som kunde reta upp vem som helst, så var det Percy. Men jag kunde ändå inte säga nej till en nybliven blodsbrorsa.

- Du får komma efter i så fall, sa jag. Så att jag hinner förbereda alla och sa

- När kan jag komma, då?

- Kom den tolfte juli. Då fyller jag år, sa jag.

Då kramade Percy om mej så att vi rullade nerför hoppbacken.

- Grattis i förskott! sa han.

När jag kom hem var mamma så upprörd att det osade vidbränt fläsk ända ner i bottenvaningen.

- Hur kunde du kila iväg så där innan avslutningen ens var slut, sa hon. Hur kunde du hitta på nåt så dumt? Nu har jag bränt maten och allt. Vad var det egentligen som flög i dig, Ulf?

- Jag blev kissnödig, sa jag.

- Och Percy, då? sa hon.

- Han också, sa jag.

Jag hade plockat en nyponros från tant Ohlsons häck, för jag visste ju att mamma skulle bli arg. Nu räckte jag fram den för att lätta upp stämningen. Jag log mitt snyggaste leende.

- Var så god, mamma, sa Jag.

- Tack, sa hon. Men du ska hur som helst veta att det inte var väluppfostat att göra så där. Du måste tänka på att pappa är tandläkare.

- Oj, det glömde jag, sa jag.

Jag böjde huvudet som om jag skämdes. Det brukade hjälpa.

- Och så har du fått blodfläckar på dom nya gåbortsbyxorna, suckade mamma fast rösten lat redan lugnare.

- Jag rispade mig på en tagg när jag skulle plocka rosen.

- Nåja, sa mamma. Jag har ju tvättmaskin. Men ibland undrar jag om det är så lämpligt att du är så mycket med den där Percy. Han är ju visserligen rar innerst inne. Men han hittar på så mycket otyg. Vet du vad, jag tror att det är riktigt bra att vi åker till landet, så att ni kommer ifrån varandra ett tag. Eller vad tror du?

- Jo, det är det nog, sa jag.

- Då säger vi ingenting till pappa om det här, sa mamma.

- Näe, sa Jag

Och jag sa ingenting om att jag hade bjudit Percy till landet heller.

Så därför var pappa på bra humör vid middagen. Han var glad för att det snart var dags att sticka iväg till farmor och farfar. Han älskade att resa bort från alla bekymmer. Han fyllde

munnen med stuvad vitkål. Han log mot min bror som passade på att skjuta iväg en torr snorkråka mot min tallrik. Han märkte inte att fläsket var vidbränt. Han skämtade.

- Vad det ska bli skönt med lugn och ro och utsikt mot en ko, sa han.

Ingen skrattade.

Kapitel 2

Jag ramlar i vattnet med kläderna på

Det blev inte av att säga till mamma och pappa att jag hade bjudit Percy till landet innan vi åkte. Vi hade så mycket att packa.

Jag packade en bit herrgårdsost som var kvar i kylskåpet, ett ritblock och en slidkniv som jag hade fått av morfar. Min bror Jan packade en trave Stålmannen och Fantomen i sin bag. Mamma stoppade två väskor och en koffert fulla med saker. Och pappa stoppade sin pipa.

- Nu far vi, sa han.

Vi åkte i egen båt. Den hette Pretto. Det var en motorbåt med två master, så att man kunde hissa segel om man fick motorstopp på havet. Mesta tiden höll jag till i det lilla rum som kallas ruff och som fanns längst bak. Jag åt upp osten och sen pressade jag pannan mot durken så att hela huvudet skakade. För då glömde jag att jag mådde illa av sjön.

Och sen tänkte jag på Pia av samma skäl. Jag tog fram ritblocket. PIA skrev jag med stora bokstäver högst upp på pappret. Jag kände mig redan bättre. Men hur såg hon ut? Jag kom ihåg att hon hade mörkt hår och en trevlig figur. Men hur såg läpparna ut? Och näsan och ögonen? Hur kan man tycka om någon som man inte kommer ihåg hur hon ser ut?

Det fick bli ett ansikte utan näsa, ögon eller mun. Och hakan kändes ända fel. Jag ritade dit ett öga och suddade ut det igen. Till och med ögonbrynen var fel.

- Fan, sa jag så tyst att jag inte hörde det.

Sen försökte jag föreställa mig hennes skratt. Det gick något bättre. Det var ett hest skratt som fick det att pirra i mig. I alla fall hade det gjort det förra sommaren. Jag undrar om det låter likadant i år? tänkte jag. Just då drog Jan upp luckan och dök ner rakt på den näs- och munlösa bilden.

- Snyggt, sa han.

- Kan du inte knacka innan du brakar in?

- Oj då, ursäkta, förlåt, förlåt, sa han.

Han hämtade en Fantomen ur packningen och hoppade ut i solen igen.

Efter ett tag gick jag också ut. Jag vek teckningen till ett flygplan och kastade iväg den i vinden. Först cirklade den omkring riktigt snyggt, sen störtök den och guppade iväg på vattnet som en nödlandad skrattnås.

Pappa stod vid ratten och visslade förnöjt. Han hade satt sin vita båtmössa lite på svaj för att han var så glad. Det var han jämt när vi skulle fara ut till landet. Han visslade *Nu är jag pank och fågelfri* och rökte pipa samtidigt. Tonerna blåste iväg som små moln. Han kisade mot vattenytan och nickade mot holmarna och skären som for förbi.

Mamma satt i aktern och stickade på en tröja. Jan tittade i sin serietidning. Och fast pappa hatade serietidningar så sa han ingenting om det. För nu var vi på väg till landet. Jag blundade och försökte låta bli att tänka på magen.

- Titta åt babord, vad ser du där, Ulf? sa pappa

Då tittade jag så klart åt fel håll. Jag såg några måsar som dök mot en brygga och en gubbe som kom ut från dass-

- Jag vet inte, sa jag.

- Jag förstår inte att du aldrig kan lära dig att skilja på babord och styrbord, sa pappa.
Men det kommer väl.

- Ja, det gör väl det, sa jag.

Jag borde ha sett en fyr. Varje år när vi åkte förbi den så skulle vi äta, för då var vi precis halvvägs. Nu packade mamma upp matsäcken på motorhuven. Det var mjölk och smörgåsar med falukorv och gurka.

- Är det inte underbart? sa pappa.

Han släppte ratten för att smeka mamma över kinden och nå en smörgås.

- Vilket då? sa mamma.
- Alltsammans, sa han.

Han menade att få slippa tandläkarpraktiken och vardagen och tandsköterskan som jämt skruvade åt kranarna så att packningarna sprack.

Han menade att få frid i sin själ.

- Jo, det är det väl, sa mamma.
- Kan du inte sjunga nåt? Föreslog pappa.
- Nej, inte när vi äter, sa hon.

Men hon log i alla fall. Och även om hon inte var lika entusiastisk som pappa, så tänkte jag att detta var rätta tillfället att ta upp Percys kommande visit.

- Jo, det är en sak som jag skulle vilja säga, sa jag
- Är det någonting trevligt? undrade mamma.
- Ja. det är det väl.
- Vad är det då? sa pappa.

Då lyfte Jan blicken från Guran och Den vandrande vålnaden.

- Han vill bara säga att han älskar Pia och tänker gifta sej med henne! sa han. I Storkyrkan!
- Du är så sabla asdum, tjöt jag och skvätte ut all mjölk i hans ansikte.

Om det hade varit som vanligt skulle pappa ha blivit arg. Men nu skulle vi till landet, så då fångade han bara in Jan som kom farande, med haret droppande av mjölk för att ge mej en smäll.

- Du ska inte retas. Jan. Känslor är känsliga saker. Och du Ulf ska inte svära, sa han och vände sej till mej. Det är allt bäst att du borstar tänderna två gånger ikväll. Sluta att kivas, barn. Vill du ha mera mjölk?

Det ville jag inte. Tag mådde ända illa.

- Nå Ulf, vad var det du ville säga? sa mamma.
- Inget särskilt, sa jag och sen vände jag mej till pappa. Men varför måste du alltid köra så himla söligt för?

Pappa körde högst sju knop. Det gjorde han alltid. För han ansåg att man skulle ha tid att njuta av utsikten. Och dessutom gick det åt mindre bränsle. Jag slank tillbaka in i ruffen och la pannan mot durken.

Jag kom ut igen när pappa tutade tre långa signaler och en kort. Då visste jag att vi var nästan framme. Högst upp på bergskränet låg farfars och farmors hus som en vit jättemaräng. Farfar hade själv byggt det. Det hade två torn, platt tak och en balkong där farmor stod och vinkade med en dammtrasa. Farfar höll som oftast till i trädgården och grävde upp stora stenar ur jorden. Han lyfte spaden till hälsning när vi puttrade förbi

Dagen till ära hade han hissat flaggan.

- Lugn och ro. Nu börjar den himmelska friden, sa pappa när vi hade kommit in till bryggan i viken och Jan hade kastat ankar.

- Var inte så säker på det, sa mamma.
- Nä, jag tänker i alla fall inte ta det lugnt, sa Jag.

Det verkade inte som om naturen tänkte göra det heller. För över våra huvuden skrånade ett helt moln av tärnor, måsar och trutar. På bergtungan som stack ut i vattnet på andra sidan viken stod nämligen Pia och rensade en gädda.

- Där har du ju din älskling, sa Jan och nöp mig i låret, men i smyg så att ingen skulle se det.
- Jag struntar väl i henne, väste jag.

Fast jag kunde ända inte lata bli att kasta en blick på hennes läppar, ögon, näsa och haka och hennes röda baddräkt. Javisst, det var så hon såg ut. Kroppen var lika trevlig som jag kom ihåg den, fast den hade vuxit en del sen sist. Nu höll hon upp gäddan i luften och vinkade med den.

- Hej Uffe, ropade hon. Kommer du till piren och badar sen!
- Jag tror inte det. Jag ska träffa Klasse idag, svarade jag eftersom brorsan stod bredvid och hörde på.
- Okej, sa hon och lät gäddan sjunka.

Pappa hade just dragit ut kofferten ur framruffen.

- Det var verkligen en riktig bjässe du har där, pustade han.
- Äsch, den är bara på två och tre. Jag fick den vid ångbåtsbryggan, sa hon och fortsatte att skära ut inälvorna ur fisken.

Vi lyckades med gemensamma ansträngningar få kofferten till bryggan.

- Jag får gå och hämta kärran, sa pappa.

Lasta av det andra så länge.

Farfar hade ställt dragkärran bland alarna vid pumpen så att vi skulle slippa att gå ända upp till huset för att hämta den, det gjorde han alltid.

När jag var på väg över däckets med en låda stövlar, paraplyer och regnrockar i famnen kom jag plötsligt att tänka på Pias skratt. Jag undrar om hennes skratt låter likadant i år också, tänkte jag. Då kom fötterna med ens på att dom skulle snubbla på en repstump. Jag släppte lådan, viftade naturtroget med armarna och ramlade i vattnet med ett plask.

Det var varmare än jag hade trott.

Och när jag kom till ytan fick jag höra hennes skratt. Det blandade sej med måsarnas skrån. Det var lika hest och vilt och fräckt som förut.

- Snacka om att vara klumpig! fnyste Janne.

Jag sa ingenting. Jag bara log, hostade och sprutade vatten av lycka.

- Vad var det? ropade pappa boruttran alsnåret.

Det var bara Uffe som slängde regnkläderna i sjön, ropade Janne tillbaka-

- Åh herregud, sa pappa.

6.4. Översättningen

Moj prijatelj Percy, Buffalo Bill i ja

1. poglavlje

Postao sam brat po krvi

Neke dane iščekujemo više no druge.

Ovaj smo dan čekali skoro cijelu godinu. Sunce je sijalo kroz prozor u učionici i širilo svoje vedro svjetlo preko naših počešljanih glava i preko crvene jabuke koju je Ann-Kristin stavila na katedru. Već smo pospremili klupe. Život je bio najdivniji što može biti jer su počinjali ljetni praznici. Imao sam samo vesele misli.

O čemu sam razmišljao?

Pa, razmišljao sam o Klasseu, o Piji, o mirisu kopriva, o svom debelom, ljutom djedu i o tome kako će biti divno zaroniti u šum valova s brodova u arhipelagu. Tada me moj prijatelj Percy iznenada lupio po ramenu i dobacio mi zgužvani papirić .

„KADA PJESMA POČNE, ODLAZIMO!“, pisalo je.

Nije prošlo puno vremena prije no što je učiteljica sjela za orgulje.

– Sada pjevamo – rekla je.

Zvana se Märta Lindkvist i bila je učiteljica na zamjeni. Imala je crveno našminkane usne, crvene cipele i uski crveni plastični remen oko struka. Kada se kretala, žuta haljina bi joj lepršala poput polja pšenice na vjetru. Mirisala je na đurđice. A kada se smiješila, smiješili su se i naši roditelji jer je imala vrlo zarazan osmijeh.

– Nadam se da će svi pjevati – smiješila se.

Zatim je počela svirati. Pjevala je „Kada se polja pšenice povijaju pod vjetrom“ jer je to bila najljepša pjesma koju je znala. Ja sam samo malo pomicao usne da ne pokvarim dobro raspoloženje. To su većinom radili i drugi. Ali ne i mama, ona je pjevala jednako glasno i glasom koji podrhtava kao i inače.

Tada sam namignuo Percyju da krenemo. Znao sam da će mama biti ljuta. Ali zašto je tako pjevala?

- Hej, kamo ćete? – Začudeno će učiteljica.
- Počinjemo s ljetnim praznicima odmah jer ne možemo čekati. – rekao je Percy.
- Uživajte u praznicima – rekao sam.
- Hvala, također – rekla je učiteljica. – I dobrodošli natrag na jesen.

Percy je uzeo jabuku s katedre kada je izlazio. Trčali smo kroz hodnik. Kada smo napokon otvorili ulazna vrata škole, dočeka nas je blistavi sunčev sjaj, veselo cvrkutanje ptica i beskrajno plavetnilo.

Napokon! – pomislio sam.

Pronašli smo utočište na skakaonici u kvartu Enskedefältet. Sjedili smo na vrhu gdje skakači obično čekaju svoj red da se zimi strmoglave niz padinu na širokim skijama. Sada je blagi vjetar fjučkao kroz drvenu konstrukciju i pomrsio naše uredne frizure. U džepove hlača stavili smo kravate koje smo nosili za završetak školske godine i skinuli čarape i cipele kako bi naši prsti mogli doživjeti ljetne praznike.

Percy je podijelio jabuku koju je ukrao svojim sklopivim nožem koliko je pošteno mogao. Zatim je uzeo najveći zalogaj.

- I što ćeš ti raditi ovo ljeto? – pitao me.
- Ići ću na otok – rekao sam. Kao i svake godine.
- I što radiš tamo?
- Sve živo. A što ćeš ti?

Percy mi nije odogovrio. Namrštio se, ispljunuo na zemlju nekoliko koštica jabuke i pogledao u noćni klub Slakthuset u daljini. Na trenutak je izgledao gotovo zabrinuto, no onda je opipao nož palcem i razvedrio se.

– Sada se već baš dugo znamo, zar ne?

– Da – rekao sam.

– Zapravo koliko točno dugo?

– Tri godine.

– Upravo tako – rekao je. Tri godine. Onda je zbilja vrijeme da postanemo braća po krvi.

– Braća po krvi, što je to? – rekao sam.

Percy je objasnio što je to.

– To je kada si obojica porežemo prst i pomiješamo krv – rekao je. Koja sreća da sam ponio nož.

Obrisao je prljavu oštricu noža o nogavicu hlača. Iznenada sam se sjetio svakog puta kada sam vadio krv i da mi se to nimalo nije sviđalo.

– Bilo bi zabavno, ali se može inficirati, rekao sam. Ako dobiješ trovanje krvi možeš umrijeti, znaš.

Moj tata je bio zubar pa sam znao ponešto o tome.

– Jasno, rekao je Percy. Ali ne ako najprije zagriješ oštricu.

Više nisam imao što reći na to. Percy je uvijek imao kutiju šibica u džepu. Zapalio je jednu i držao oštricu noža preko plamena dok nije postala crna od čađe. Tada je napravio mali rez prvo u svom palcu pa u mom. Peckalo je, no istovremeno je osjećaj bio dobar, nekako svečan.

– Eto – rekao je. Sada smo braća po krvi. Znaš li što to znači?

– Ne – rekao sam.

– To znači da sada možemo ići jedan kod drugoga na otok – rekao je Percy. Ali ja nemam vikendicu na otoku, tako da moram ići s tobom u tvoju.

Nisam znao jesam li to htio. Percy je svakako bio moj najbolji prijatelj, ali sam na otoku imao hrpu drugih prijatelja, Klassea i Benkea i Uffea E i Leffea. A tamo je i Pia. Nisam baš bio siguran da bi se Percy dobro uklopio. Osim toga nisam mislio niti da bi mama i tata mislili da je dobra ideja da ga povedemo. A moj brat još manje. I apsolutno sam bio siguran da djed ne bi htio imati više djece u kući. Moj brat i ja smo već bili dvoje previše. Djed ne voli djecu, a nisu mu nešto previše dragi ni odrasli ni životinje.

- Ne znam – rekao sam. Djed je uvijek toliko ljut.
- Nije važno – rekao je Percy. Nisam nikad bio na otoku i nije me strah.
- Obećaješ da ga nećeš razljutiti?
- Pa dobro me poznaješ.

I stvarno sam ga dobro poznao i to je ono što me činilo nemirnim. Ako je netko mogao razljutiti bilo koga, to je bio Percy. Ali nisam mogao reći ne novom bratu po krvi.

- Ako je tako, možeš doći – rekao sam. Tako da stignem ostale pripremiti na to.
- Kada onda mogu doći?
- Dođi 12. srpnja. Tada slavim rođendan, rekao sam.

Tada me Percy tako zagrljio da smo se otkotrljali niz skakaonicu.

- Sretan rođendan unaprijed! – rekao je.

Kada sam došao kući, mama je bila toliko uznemirena da je mirisalo na zagorjelu slaninu sve do prizemlja.

- Kako si mogao otići tako prije nego što je svečanost završila, rekla je. Kako si mogao napraviti takvu glupost? Sada mi je zagorjela hrana i sve. Što te spopalo, Ulf?
- Trebao sam na WC, rekao sam.
- A Percy, što je s njim? – rekla je.
- On isto – rekao sam.

Ubrao sam ružu iz živice gospođe Ohlson jer sam znao da će mama biti ljuta. Pružio sam ju mami da popravim atmosferu. Osmjehnuo sam se svojim najljepšim osmijehom.

- Evo, mama – rekao sam.
- Hvala – rekla je. Ali ipak moraš znati da nije bilo pristojno učiniti takvo što. Moraš misliti na to da je tata zubar.
- O, zaboravio sam – rekao sam.

Nagnuo sam glavu kao da se sramim. Obično je to pomagalo.

- I imaš krvave mrlje na tim hlačama – uzdahnula je mama, iako je njezin glas već bio mirniji.
- Posjekao sam se na trnje dok sam brao cvijeće.
- Ma – rekla je mama. Imamo perilicu rublja. Ali ponekad se pitam je li prikladno što si toliko s tim Percyjem. On je zapravo drag u dubini duše, ali stalno upada u nevolje. Znaš što, mislim da je stvarno dobro da idemo u vikendicu da se malo udaljite jedan od drugog. Što misliš?
- Da, vjerojatno je to dobro – rekao sam.
- Onda nećemo ništa reći tati o ovome – rekla je mama.
- Nećemo – rekao sam.

I nisam ništa rekao ni o tome da sam pozvao Percyja na otok.

Zato je tata bio dobre volje za večerom. Bio je sretan što uskoro krećemo baki i djedu. Volio je otputovati od svih briga. Napunio je usta kiselim kupusom i smješкао se mome bratu koji je iskoristio priliku da nacilja suhi šmrkalj prema mom tanjuru. Nije primijetio da je slanina zagorjela. Šalio se.

- Kako će biti lijepo biti odmoriti glave i gledati u krave – rekao je.

Nitko se nije smijao.

2. poglavlje

Pao sam u vodu u odjeći

Nisam uspio reći mami i tati prije no što smo otišli da sam pozvao Percyja na otok. Imali smo toliko toga za spakirati.

Spakirao sam komadić polutvrdog sira koji je ostao u frižideru, blok za crtanje i nož u koricama koji sam dobio od djeda. Moj brat Jan spakirao je hrpu stripova o Supermenu i Fantomu u svoju torbu. Mama je spakirala dvije torbe i jedan kofer pun stvari, a tata je spakirao svoju lulu.

– Sad krećemo – rekao je.

Vozili smo se vlastitim brodom. Zvao se Pretto. Bio je to motorni čamac s dva jarbola, tako da smo mogli podići jedra ako bi nam motor stao usred mora. Većinu vremena boravio sam u maloj kabini koja se nalazila u stražnjem dijelu broda. Pojeo sam sir, a zatim sam pritisnuo čelo uz pod tako da mi je cijela glava podrhtavala. Tako zaboravim da mi more izaziva mučninu.

I onda sam pomislio na Piu iz istog razloga. Izvadio sam blok za crtanje. Velikim slovima sam napisao PIA na gornji dio papira. Već sam se osjećao bolje. Ali kako je ona izgledala? Sjećam se da je imala tamnu kosu i lijepu figuru. Ali kako joj izgledaju usne? I oči i nos? Kako mi se može sviđati netko ako se ne sjećam kako izgleda?

Postala je lice bez nosa, očiju i usta. I brada joj je izgledala nekako krivo. Nacrtao sam joj oko i opet ga izbrisao. Ni obrve joj nisu odgovarale.

– Kvragu – rekao sam tako tiho da se ni sam nisam čuo.

Onda sam pokušao zamisliti njen smijeh. To mi je već bolje išlo. Bio je to promukli smijeh od kojeg su me prolazili trnci. Barem sam se tako osjećao prošlo ljeto. Pitam se hoće li biti isto i ove godine. Upravo je tada Jan otvorio vratašca i zagledao se ravno u sliku bez usta i nosa.

- Zgodno – rekao je.
- Zar ne možeš pokucati prije nego što uletiš u sobu?
- Oh, oprost, žao mi je, žao mi je – rekao je.

Uzeo je Fantoma iz torbe i iskočio natrag van na sunce.

Nakon nekog vremena sam i ja izašao. Savio sam avion od papira na kojem je bio crtež i bacio ga u vjetar. Najprije je baš lijepo kružio oko nas, a zatim je naglo zaronio i poskakivao po vodi kao riječni galeb koji je prisiljen na slijetanje.

Tata je stajao za upravljačem i zadovoljno zviždao. Nosio je svoju kapu malo ukoso jer je bio tako dobro raspoložen. Uvijek je takav kada idemo na otok. Zviždao je „Sada sam bez novca i bez briga“ i pušio lulu istovremeno. Otpuhivao je tonove kao male oblake. Škiljio je prema površini mora i kimao glavom prema otočićima i hridima pored kojih smo prolazili.

Mama je sjedila na krmi i plela pulover. Jan je čitao svoj strip. I iako je tata mrzio stripove, nije rekao ništa o tome jer sada smo išli na otok. Zatvorio sam oči i pokušao ne razmišljati o truhu.

- Gledaj u pramac broda, što tamo vidiš, Ulf? – pitao je tata.

Naravno da sam pogledao u krivu stranu. Vidio sam nekoliko galebova koji su se spustili prema pristaništu i starca koji je izlazio iz WC-a.

- Ne znam – rekao sam.
 - Ne razumijem kako nikako ne možeš naučiti razliku pramca i krme – rekao je tata.
- Ali budeš.
- Da, vjerojatno – rekao sam.

Trebao sam vidjeti svjetionik. Svake godine kada prolazimo pored njega jedemo jer smo tada točno na pola puta. Mama je izvadila hranu i stavila ju na poklopac motora – mlijeko i sendviče s falunskim kobasicama i krastavcima.

– Nije li predivno? rekao je tata.

Pustio je upravljač kako bi pomilovao mamu po obrazu i dohvatio sendvič.

– Što točno? – rekla je mama.

– Sve – rekao je.

Mislio je na bijeg od zubarske ordinacije i svakodnevice i dentalne asistentice koja uvijek krivo barata stomatološkim instrumentima.

Mislio je na mir u svojoj duši.

– Da, vjerojatno je – rekla je mama.

– Hoćeš li zapjevati nešto? – predložio je tata.

– Ne, ne dok jedemo – rekla je.

No svejedno se nasmijala. Iako nije bila jednako entuzijastična kao tata, mislio sam da je dobra prilika da spomenem Percyjev posjet.

– Ima nešto što sam vam htio reći – rekao sam.

– Je li nešto veselo? – pitala se mama.

– Da, mislim da je.

– Što želiš reći? – pitao je tata.

Tada je Jan podigao pogled sa stripa.

– Samo želi reći da voli Piu i da se planira oženiti njome! – rekao je. U crkvi!

– Ti si tako prokleta glup! – povikao sam i izlio mu cijelu čašu mlijeka ravno u lice.

Tata bi se naljutio da je sve kao inače, ali sada smo išli na otok, pa je samo uhvatio Jana koji je pojurio da me udari, dok mu je iz kose kapalo mlijeko.

- Ne smiješ zadirkivati Ulfa, Jane. Osjećaji su osjetljiva stvar. A ti Ulfe ne smiješ psovati, rekao je i okrenuo se prema meni. Najbolje da večeras dva puta opereš zube. Prestanite se svađati, djeco. Hoćeš li još mlijeka?

Nisam htio još. I dalje mi je bilo zlo.

- Nego Ulf, što si htio reći? – rekla je mama.
- Ništa posebno – rekao sam i okrenuo se prema tati. Zašto moraš uvijek voziti toliko sporo?

Tata je vozio najviše sedam čvorova. Uvijek je to radio jer je mislio da treba imati vremena za uživanje u pogledu. Osim toga, tako smo trošili manje goriva. Ušuljao sam se natrag u kabinu i naslonio čelo na pod.

Ponovno sam izašao kada je tata zatrubio tri puta dugo i jednom kratko. Tada sam znao da smo skoro stigli. Na vrhu brda stajala je djedova i bakina kuća kao ogromna bijela puslica. Djed ju je sam izgradio. Imala je dva tornja, ravni krov i balkon na kojem je stajala baka i mahala krpom za prašinu. Djed je kao i obično bio u vrtu i vadio veliko kamenje iz zemlje. Podigao bi lopatu da nas pozdravi kad prolazimo.

Podigao je zastavu u čast ovom danu.

- Mir i tišina. Sada počinje božji mir – rekao je tata kad smo pristali na mol u uvali, a Jan je bacio sidro.
- Ne budi tako siguran u to – rekla je mama.
- Ne, ja se u svakom slučaju ne planiram opuštati – rekao sam.

Izgledalo je kao da niti priroda to nema u planu. Iznad naših glava kričalo je cijelo jato čigri te burnih i srebrnastih galebova. Na stijeni koja je stršala iz vode s druge strane uvale stajala je Pia i čistila štuku.

- Evo tvoje drage – rekao je Jan i uštupnuo me za bedro tako da nitko ne vidi.
- Nije me briga za nju – siknuo sam.

Unatoč tome nisam mogao izdržati da ne bacim pogled na njene usne, oči, nos, bradu i njen crveni kupaći kostim. Naravno, pa tako je izgledala. Imala je lijepu figuru kako je se i sjećam, iako je od tada poprilično narasla. Uto je podigla štuku u zrak i mahnula njome.

- Hej, Ulfe – povikala je. Dolaziš li do mola kupati se?
- Mislim da neću, danas se nalazim s Klasseom – odgovorio sam jer je brat stajao pored mene i osluškivao.
- Okej – rekla je i spustila štuku.

Tata je taman izvukao kofere iz prednje kabine.

- Ovdje stvarno nosiš nekakvog gorostasa – dahtao je.
- Ma daj, samo dva ili tri. Dobila sam ih u pristaništu – rekla je i nastavila vaditi iznutrice iz ribe.

Zajedničkim smo naporima uspjeli dovući kofere do mola.

- Idem po prikolicu – rekao je tata. Iskrcajte i ostalo.

Djed je stavio prikolicu među johe kraj pumpe kako bismo izbjegli penjanje sve do kuće, to je uvijek činio.

Kada sam hodao prema palubi s kutijom punom čizama, kišobrana i jakni za kišu, odjednom sam se sjetio Pijinog smijeha. Pitao sam se zvuči li njezin smijeh isto i ove godine. Tada su mi noge iznenada odlučile zapeti za komad užeta. Pustio sam kutiju, mahao rukama kao da pokušavam poletjeti i pao u vodu uz pljusak.

Bilo je toplije nego što sam očekivao.

I kada sam izronio, čuo sam njezin smijeh. Miješao se s krikovima galebova. Bio je jednako promukao, divlji i drzak kao i prije.

- Toliko o spretnosti – frknuo je Jan.

Nisam ništa rekao. Samo sam se smješkao, kašljao i prskao vodom od radosti.

- Što je bilo? – vikao je tata s vrha brežuljka.
- To je samo Ulf bacio odjeću za kišu u jezero – odgovorio je Jan.
- Ah, Bože – rekao je tata.

6.5. Nidstången

ÅSA LARSSON

INGELA KORSELL

HENRIK JONSSON

BONNIER CARLSEN

MARIEFRED

HJORTHAGEN

ORANGERIET

MÄSTER SKRÄDDARES GÅRD

SKOLAN

MARIEFREDSKYRKA

ESTRIDS & MAGNARS HUS

GRIPSHOLMS SLOTT

KAPITEL 1

Döden dö

- DÖ! ALLIHOP! SKRIKER det lilla odjuret med sin vassa röst.

På stenbordet i biblioteket står en bur. I den rasslar odjuret omkring. Springer på bakbenen som en människa. Sticker ut sina långa armar genom gallret och klöser med sina gula klor i luften. Huden är hårlös och blank, som skinnet på en groda. Skallen är platt. Ögonen små och svartblanka.

Estrid smäller till buren så det tjongar i gallret.

- Dö själv, ditt lilla monster, morrar hon. Vad ar det här för någonting, Magnar?

Det sista säger hon till sin bror som står bakom henne.

- En imp, säger Magnar bistert. Jag såg en for länge sedan. När jag var barn. Det var mor som hade fångat en. Den här överraskade jag i källaren. Den försökte öppna den hemliga dörren.

Estrid böjer sig ner över buren för att se impen lite bättre. Det är ganska mörkt i biblioteket, för det finns inga fönster. Fotogenlampor kastar sitt svaga sken på stenväggarna och alla rader av gamla böcker.

Magnar tittar på sin syster. Estrids ansikte är fårat som ett gammalt träd. Håret är mörkgrått med tvärklippt lugg och uppsatt i en knut uppe på huvudet med pinnar igenom.

- Vad skulle den här att göra? frågar hon.
- Dö! väser impen. Döden dö.
- Ja, vad ar det som händer? frågar Magnar. En imp som försöker bryta sig in i biblioteket. Och det där!

Han pekar upp mot taket där det har lossnat bitar av puts och bruk.

- Biblioteket rämnar, säger han.
- Tiden pulsar och mörkret vandrar in, säger Estrid. Var det inte så mor brukade säga?
"Det är lätt att vakta biblioteket ända tills tiden pulsar och mörkret vandrar in."

Har du sett något i orakelkorten? undrar Magnar och nickar mot bortre änden av stembordet där det ligger en cirkel med kort som föreställer olika figurer och symboler.

Estrid går dit och sjunker ner på en av stolarna i snidat mörkt trä.

- Åh, jag har sett ... Men kan du få det där kräket att sluta väsnas?

Impen greppar tag i burgallret och skakar det, så att hela buren skramlar. Den skrattar gällt och smäller med svansen mot burgolvet.

- Tyst! ryter Magnar och smäller till buren han också.

Estrid tar ett djupt andetag.

- Är biblioteket i fara? undrar Magnar oroligt. Är vi i fara?

Estrid nickar långsamt.

- Jag har lagt cirkeln tre gånger. Tre gånger har Havsvågen lagt sig på Djävulen. Och tre gånger har Liemannen, Döden, lagt sig på Barnet. Jag kan inte tolka det på något annat sätt än att det onda kommer över oss. Och oskyldiga kommer att dö.
- Under! Gå uuundeer! skriker impen. Mörkret er äta! Köttfärs ni blir. Ha haaaa!
- Om katter räknas, så har impen redan dödat en oskyldig, säger Magnar bister. Det var den som sprättade upp Wikners katt och hängde den i trädet nedanför kyrkan i förgår.

Estrid ser upp från korten.

- Jaså? Folk säger att det var några tonåringar.

-Men folk har fel, säger Magnar. Impen berättade själv. Skröt om det när jag fångade honom.

- Hihiii, katten, skriker impen från buren och gnider sina sylvassa tänder mot burgolvet så det gnisslar. Kunde skrika! Den katten! Roligt!

- Satans impar, fortsätter Magnar, de är inte att leka med. Dödar gärna smådjur, hundar och katter.

- Barn, säger impen och smackar och slickar sig om munnen med sin ormaktiga tunga. Tycker om små barn äta!

Magnar ser på den med avsky, en vidrig varelse är den. Inga öron, ingen nos, bara hål rakt in i huvudet. Bara tanken på att en sådan där ska klättra ner i en barnvagn...

- Det var tur att det bara var en, säger han. Så jag kunde fånga den. Två sådana där vet jag inte om jag hade klarat.

Impen fräser, sträcker ut sin magra arm och försöker komma åt att klösa Magnar. När det inte går klättrar den runt i buren. Runt, runt tills buren välter med ett brak. Då griper den tag i sin egen hårlösa svans, som om den var en fiende, och börjar tugga på den.

Magnar ruskar på huvudet och går fram till Estrid. Hennes ansikte lyser vitt i halvdunklet. Säkert har hon en sprängande huvudvärk nu. Det drar kraft ur henne att använda korten. Han vet det. Ibland är hon sjuk flera dagar efteråt. Hon rätar på ryggen och försöker låtsas som ingenting. Men Magnar känner henne väl.

- Mor brukade säga att när tiden pulsar dras mörkret hit, säger Estrid. Makter som vill åt kunskapen och kraften i biblioteket. Jag skulle ljuga om jag sa att jag inte var rädd. Aldrig trodde jag väl att tiden skulle pulsa medan vi var väktare för biblioteket.
- Som ung flicka önskade du att det skulle hända, svarar Magnar med ett blekt leende.
- För att jag inte hade bättre förstånd än en gråsugga!
- Gråsugga! hojtar impen. Gotti!
- Ser du bara elände i korten? frågar Magnar lågt.

- Nej, inte bara. Se här. Regnbagskortet betyder ju hopp. Och här! Kortet på De Två Korparna!

- Ja?

- Korparna är guden Odens hjälpare. De är listiga och läragtiga. Jag tror att vi kommer att få hjälp. Och se här! Krigaren Med Svärd I Varje Hand.

- Vad betyder det?

- De som kommer är krigare. Det kommer två skickliga, listiga krigare och hjälper oss försvara biblioteket.

-Tack och lov, säger Magnar. Men vi då? Vad ska vi göra? Bara vänta?

- Ja, säger Estrid. Men först ...

Hon reser sig från stolen och går fram till buren. Impen fräser hotfullt och hugger mot hennes fingrar när hon öppnar luckan.

- Ska du inte ta handskar på dig? frågar Magnar oroligt, men Estrid har redan greppat impen över nacken. Hon ser in i impens svarta blick. Den spottar henne i ansiktet, men hon tycks knappast märka det.

- Tiden pulsar och mörkret vandrar in, säger hon. Det är nu det börjar. Och den här sortens ogräs...

Hon ruskar impen fram och tillbaka.

- ...drar jag själv upp med rötterna.

Så vrider hon nacken av impen. Det låter som när man knäcker en liten trädgren. Hon slänger ner den döda kroppen i buren. Och torkar av händerna mot sin gröna overall.

KAPITEL 2

Två bröder

- VARFÖR KAN VI inte bo hos mamma? Hon mår bra nu.

Viggo plockar upp några stenar från gatan och försöker träffa en lyktstolpe. Han missar och den första stenen studsar mot ett av fönstren.

Alrik slår till Viggos hand så att han tappar resten av stenarna. Alrik ser oroligt mot fönstret, men ingen öppnar och skriker åt dem. Det är väl ingen hemma.

- Lägg av med det där! fräser han till sin lillebror. Vi måste sköta oss nu. Fatta det! Och nej, vi kan inte bo hos mamma. Nu bor vi hos Laylah och Anders. Gå på så vi inte kommer för sent till skolan.

Viggo ser ner i backen. Mamma lät så glad i telefonen igår. Hon sa själv att hon mådde mycket bättre. Och att hon saknade dem. Alla vuxna pratade alltid om att deras mamma var sjuk. En sjukdom som fick henne att dricka sig full. Och ibland bara försvinna och lämna dem ensamma hemma.

"Är du frisk nu?" frågade Viggo henne igår. "Snart", sa hon. Men när han frågade om de inte kunde få komma hem, så hade hon blivit tyst. Sedan ville hon prata med Alrik. Men han vägrade. "Säg att jag inte är här" sa han bara. Och mamma försökte låta glad på rösten när hon sa: " Hälsa honom det". Och sedan skickade hon helt överdrivet många pussar genom telefonen. Hon och Viggo skrattade, lite för länge, för att liksom inte låta den andra förstå att det fanns en massa ledsenhet inuti dem. Och Viggo skrek att hon var pinsam och låtsades att han kvävdes av alla pussar. Han till och med föll omkull på golvet och rullade runt med telefonen fastän hon inte kunde se honom. Tur att inga kompisar såg honom då.

Kompisar ja, nu är det dags att försöka skaffa nya igen. Det är mitt i höstterminen och nu ska de iväg till skolan första dagen. Den här gången ska de gå i klass 4A och 6C.

Längre bort på gatan kommer en kvinna gående mot dem. Hon har en lurvig, ljusbrun liten hund i koppel. Och då har minsann Alrik inte bråttom till skolan. Han stannar och frågar om han får halsa och klappa hunden. Så gör han alltid. Alrik är galen i hundar. Viggo suckar.

- Visst får du hälsa, säger kvinnan. Då blir Tusse glad.

Alrik sätter sig på huk och hunden Tusse far upp i hans famn och slickar honom i ansiktet som en galning.

- Är det ni som har flyttat in hos Laylah och Anders i Mäster Skräddeles gård?

Husen har sådana där namn i Mariefred. Överallt hänger gamla skyltar med namn som Skomakargården, Bryggargården eller Snickargården.

- Ja, svarar Alrik samtidigt som hunden nu försöker komma åt att slicka honom i öronen. Jag heter Alrik och det där är min brorsa Viggo.

Tanten tittar på dem uppifrån och ner.

- Ja, även om ni har olika hårfärg, så kan man se att ni är bröder, konstaterar hon. Ni har samma form på ögonen. Och likadana halsband har ni också. Fina!

- Tack! säger Alrik och fortsätter att gosa med hunden.

- Ja men, välkomna till Munkhagsgatan då, kvittrar tanten. Det är väl den sötaste gatan i Mariefred? Den sötaste gatan i hela världen kanske? Nej, nu måste jag och Tusse gå vidare. Säg hejdå till pojkarna, Tusse!

Hon fortsätter sin vandring.

- Den söötaste gatan i hela väärlden! jollrar Viggo och killar Alrik under hakan. Du vet väl om att precis innan lilla Tusse-pusse slafsade runt i ditt ansikte, så hade han slickat både sin snopp och väärldens gulligaste lilla bajshal?

- Lagg av, väser Alrik och knuffar undan honom.

Och du! Var fick du den där ifrån?

Han stirrar på en telefon som Viggo har i handen.

Viggo rycker på axlarna.

- Snodde du den? Från henne? Du är ju inte klok!

Alrik rycker telefonen ur Viggos hand och springer efter tanten.

- Hallå! ropar han. Vänta! Ursäkta, sakta, du tappade den här!

Tanten tar förvånad emot telefonen. Hunden viftar ivrigt på svansen och börjar hoppa mot Alriks ben.

- Men oj, säger hon. Den måste ha ramlat ur väskan.

Vad konstigt! Tack snälla du.

- Du är ju dum i huvudet på riktigt, säger Alrik till Viggo när de börjar gå mot skolan igen. Du är en jävla tjuv och du kommer att sabba det här! Fattar du inte att Laylah och Anders är bra? Du kommer väl ihåg hur det var på det förra stället?

Alrik tänker på Laylah. Hon är skrattig, fast inte på ett fejkat sätt. Hon har jättelångt svart hår i en tjock fläta och jobbar som tandläkare. Anders har rakat huvud och ett skägg som börjat få några gråa strån. Anders har egen firma och kan laga nästan vad som helst som är trasigt. Han går omkring i en blå overall som det står "Din handige man" på. Man kan inte tro att Laylah och Anders har vuxna barn som flyttat hemifrån. Alrik tycker att de ser yngre ut än mamma

Alrik lägger armen om Viggo och drar honom intill sig. Boxar honom lekfullt mot pannan med den fria handen.

- Du vet ju vad en lillebrorsa är, säger han. Något litet, som stinker och är sjukt irriterande. Som en finne i arslet ungefär. Bara det att en brorsa blir man aldrig av med.

Viggo flinar. Knuffar inte undan honom. De går i takt. Det ar verkligen ovanligt varmt för att vara i oktober. Viggo drar med handen genom håret så att det står rakt upp som en borste. Alrik slänger med huvudet for att få sitt hår åt sidan, så att det inte hänger ner i ansiktet

- Du kan väl lova mig att du försöker, säger Alrik. Inget bråk och inga trix.

-Ja, jag lovar, säger Viggo.

Och Viggo håller sig i skinnet. Ganska länge för att vara han. Exakt i en timme och fyrtiosju minuter faktiskt.

6.6. Översättningen

Tama dolazi

ÅSA LARSSON

INGELA KORSELL

HENRIK JONSSON

BONNIER CARLSEN

MARIEFRED

PAŠNJAK ZA JELENE

STAKLENIK

POSJED GOSPODINA SKRÄDDAREA

ŠKOLA

CRKVA U MARIEFREDEU

ESTRIDINA & MAGNAROVA KUĆA

DVORAC GRIPSHOLM

1. POGLAVLJE

Smrt umri

– CRKNITE! SVI ZAJEDNO! – VRIŠTI zvjerka svojim oštrim glasom.

Na kamenom stolu u knjižnici stoji kavez. U njemu zvjerka divlja i trči na stražnjim nogama kao čovjek. Ispružila je svoje duge ruke kroz rešetke i žutim pandžama grebe po zraku. Koža joj je sjajna i nema dlake, poput žablje. Lubanja je plosnata, a oči malene i sjajno crne.

Estrid udari kavez tako da rešetke počnu odzvanjati.

– Crkni ti, čudovište malo – zareži Estrid. Što je ovo, Magnar?

Rekla je to bratu koji stoji iza nje.

– Varog – reče Magnar strogo. Davno sam vidio jednog, kada sam bio dijete. Mama ga je ulovila. Ovog sam iznenadio u podrumu, pokušao je otvoriti tajna vrata.

Estrid se sagne nad kavezom kako bi ga bolje vidjela. Dosta je mračno u knjižnici jer nema prozora. Petrolejske svjetiljke bacaju slabu svjetlost na kamene zidove i redove starih knjiga.

Magnar pogleda svoju sestru. Estridino lice naborano je poput starog drveta. Ima šiške, kosa joj je tamnosiva i ukosnicama podignuta u punđu na vrhu glave.

– Što ovaj radi tu? – upita ona.

– Umri! – sikće varog. Smrt umri.

– Da, što se to događa? – upita Magnar. Varog koji pokušava provaliti u knjižnicu. I još ovo!

Uperio je prstom u strop gdje su otpali komadi žbuke i morta.

– Knjižnica se raspada – reče.

– Vrijeme otkucava i tama dolazi – reče Estrid. Nije li tako majka govorila? „Lako je čuvati knjižnicu sve dok vrijeme ne otkucava i tama ne dolazi“.

– Jesi li vidjela nešto u proročkim kartama? – upita Magnar i kimne prema udaljenom kraju kamenog stola gdje leži krug karata koje prikazuju različite likove i simbole.

Estrid ode do karata i sjedne na jednu od stolica od izrezbarenog tamnog drva.

– Ah, vidjela sam... Možeš li ušutkati to prokleta krečalo?

Varog zgrabi rešetke kaveza i protrese ih tako da cijeli kavez zveckaa. Glasno se nasmije i lupi repom o dno.

Tišina! – naredi Magnar i udari kavez.

Estrid duboko udahne.

– Je li knjižnica u opasnosti? – upita Magnar zabrinuto. Jesmo li mi u opasnosti?

Estrid polako kimne glavom.

– Postavila sam karte u krug tri puta. Tri se puta Oceanski Val poklopio s Vragom. I tri puta se i Žeteoc, Smrt, preklopio s Djetetom. Ne mogu to protumačiti na drugi način osim onog da zlo dolazi. I da će nevini umrijeti.

– Propast! Propaaaast! – vrišti varog. Tama vas pojesti! Mljeveno meso vi postati! Ha haaaa!

– Ako se mačka broji, varog je već ubio nevinog – reče Magnar suho. On je bio taj koji je rasporio Winkerovu mačku i prekjučer ju objesio na drvo pored crkve.

Estrid podigne pogled s karata.

– A da? Ljudi kažu da su to bili neki tinejdžeri.

– U krivu su – reče Magnar. Varog je sam to ispričao. Hvalio se time kada sam ga ulovio.

– Hihiii, mačka – viče varog iz kaveza i trlja svoje oštre zube o rešetku tako da škripi. Kako se derala! Mačka! Smiješno!

- Sotonski varozi – nastavlja Magnar – s njima se ne treba šaliti. Rado ubijaju male životinje, pse i mačke.
- Djeca – reče varog i mljacka, oblizujući se svojim zmijolikim jezikom. Voljeti jesti mala djeca!

Magnar ga pogleda s gnušanjem, gadna je to zvijer. Nema uši, nema nos, samo dvije rupe u glavi. Sama pomisao da bi se takva zvijer mogla popeti u dječja kolica...

- Imali smo sreće što je bio samo jedan pa sam ga mogao uloviti – reče. Ne znam bih li mogao uloviti dva takva.

Varog sikće, ispruži svoje mršave ruke i pokušava ogrebat i Magnara. Kada mu to ne uspije, počne se penjati po kavezu okolo naokolo dok se kavez ne prevrne. Tada ulovi svoj vlastiti bezdlaki rep, kao da je on neprijatelj, i počne ga žvakati.

Magnar protrese glavom i priđe Estrid. Njeno lice svijetli bijelo u polutama. Zasižno ima strašnu glavobolju. Korištenje karata isiše joj svu snagu i on to zna. Ponekad bude bolesna nekoliko dana nakon toga. Ispravila je leđa i pravila se da joj nije ništa, no Magnar je dobro poznaje.

- Majka je govorila da tama dolazi ovamo kada vrijeme otkucava – rekla je Estrid. Sile koje žele znanje i moć knjižnice. Lagala bih kada bih rekla da me nije strah. Nisam nikada mislila da će vrijeme otkucavati dok smo mi čuvari knjižnice.
- Kao djevojčica si se nadala da će se dogoditi – odgovori Magnar s blijedim osmijehom.
- Jer sam tada imala mozak veličine zlatne ribice!
- Mozak! – poviče varog. Njam!
- Vidiš li samo nesreću u kartama? – upita Magnar potišteno.
- Ne, ne samo to. Pogledaj. Karta s dugom znači nadu. I ovo! Dva Gavrana!
- Da?

- Gavrani su pomoćnici boga Odina. Lukavi su i brzo uče. Mislim da ćemo imati pomoć. I pogledaj ovdje! Borac s Mačem u Svakoju Ruci.
- Što to znači?
- Oni koji dolaze su borci. Dolaze dva spretna, lukava borca i pomoći će nam da obranimo knjižnicu.
- Sve sreća – reče Magnar. Ali što je s nama? Što ćemo mi učiniti? Samo čekati?
- Da – rekla je Estrid. Ali najprije...

Ustane sa stolice i priđe kavezu. Varog prijeteće sikće i pokušava ju ugristi za prste dok otvara kavez.

- Nećeš li obući rukavice? – nemirno upita Magnar, ali je Estrid zvijer već uhvatila za vrat. Gleda u njegov crni pogled. Varog joj pljune u lice, ali ona kao da to i ne primjećuje.
- Vrijeme otkucava i tama dolazi – reče. I počinje sada. A ovu ću vrstu korova....

Prodrma ga.

- ...sama iščupati zajedno s korijenom.

Tada mu zavrne vratom. Zvučalo je kao kada se prelomi grančica. Baci mrtvo tijelo u kavez i obriše ruke o svoj zeleni kombinezon.

2. POGLAVLJE

Dva brata

– ZAŠTO ne možemo živjeti s mamom? Sada joj je dobro.

Viggo skupi nekoliko kamenčića s ceste i pokuša pogoditi uličnu svjetiljku. Nakon promašaja, prvi se kamenčić odbije od jednog od prozora.

Alrik udari Viggovu ruku tako da baci ostatak kamenčića. Nemirno gleda prema prozoru, ali nitko ga ne otvara niti više na njih. Vjerojatno nitko nije doma.

– Prestani s time! – sikne na svog mlađeg brata. Sada se moramo brinuti sami za sebe. Shvati to! I ne, ne možemo živjeti s mamom. Sada živimo kod Layle i Andersa. Hodaj da ne zakasnimo u školu.

Viggo pogleda prema tlu. Mama je jučer zvučala tako sretno preko telefona. Sama je rekla da se osjeća puno bolje i da joj nedostaju. Svi odrasli su uvijek govorili da je njihova mama bolesna. Bolest zbog koje se napijala i od koje je ponekad nestajala i ostavljala ih same doma.

– Jesi li sada zdrava? – pitao ju je Viggo jučer. – Uskoro – rekla je. Ali kada ju je pitao može li doći kući, ušutjela je. Potom je htjela razgovarati s Alrikom. No on je oklijevao. – Reci da nisam tu – reče. Onda je mama pokušala zvučati sretno kada je rekla – Pozdravi ga. – Potom je poslala pretjerano puno poljubaca preko telefona. Ona i Viggo su se smijali, malo predugo, kao da ne dozvole da onaj drugi shvati koliko su zapravo tužni. Viggo je povikao da je neugodna i pravio se da će se ugušiti od svih poljubaca. Čak je se i bacio na pod i kotrljao se okolo s telefonom iako ga ona nije mogla vidjeti. Sreća da ga prijatelji tada nisu vidjeli.

Da, prijatelji, sada je vrijeme da ponovno upoznaju nove. Sredina je prvog polugodišta i prvi im je dan u školi. Ovaj će put ići u razrede 4a i 6c.

Na ulici im se jedna žena približavala iz daljine. Držala je malog, kuštravog svijetlo smeđeg psa na uzici. Alriku se odjednom uopće nije žurilo u školu. Zastao je i pitao smije li pozdraviti i podragati psa. Uvijek to radi, lud je za psima. Viggo uzdahne.

– Naravno da smiješ – rekla je žena. To će veseliti Tussea.

Alrik čučne i psić Tusse mu skoči u zagrljaj i počne ga lizati po licu kao lud.

– Jeste li se vi uselili kod Layle i Andersa u kuću gospodina Skräddarea?

Kuće imaju takve nazive u Mariefredu. Posvuda vise stari natpisi s imenima kao *Skomakargården*, *Bryggargården* ili *Snickargården*.

– Da – odgovara Alrik dok ga pas pokušava polizati po uhu. – Ja se zovem Alrik i ovo je moj brat Viggo.

Teta ih pogleda odozdola i odozgora.

– Da, može se vidjeti da ste braća iako imate drugačiju boju kose – zaključila ona. Imate isti oblik očiju. I slične lijepe ogrlice!

– Hvala! reče Alrik i nastavi se maziti sa psom.

– Nego, onda dobrodošli u ulicu Munkhagsgatan – zacvrkuće teta. Nije li najslađa ulica u Mariefredu? Možda i na cijelom svijetu? A sada Tusse i ja moramo ići dalje. Pozdravi se s dečkima, Tusse!

Ona nastavi svoju šetnju.

– Naaajslađa ulica na cijelom svijeteetuu! guguće Viggo i škaklja Alrika po bradi. Ti valjda znaš da je mali Tusse-pusse taman prije nego što je zaslino tvojim lice oblizao i svoj pimpač i svoje naajslađe dupence na svijetu?

– Prekini – sikne Alrik i odgurne ga.

A ti! Odakle ti to?

Zurio je u telefon kojeg je Viggo imao u rukama.

Viggo slijegne ramenima.

– Drpio si ga? Njen telefon? Ti nisi pri sebi.

Alrik mu istrigne telefon iz ruke i potrči za tetom.

– Oprostite! – poviče Alrik. Čekajte! Pardon, usporite, ispalo vam je ovo!

Teta se iznenadi kad vidi telefon. Pas počne ushićeno mahati repom i skakati po Alrikovoj nozi.

– O, joj – kaže ona. Mora da je pobjegao iz torbe.

Kako čudno! Hvala ti.

– Ti si stvarno glup, kaže Alrik Viggu kada opet krenu prema školi. Ti si vražji lopov i prestat ćeš s time! Zar ne shvaćaš da su Laylah i Anders dobri? Valjda se sjećaš kako je bilo kod prošlih?

Alrik pritom misli na Laylu. Vedra je, ali ne na lažan način. Ima vrlo dugu crnu kosu u debeloj pletenici i radi kao zubarica. Anders ima obrijanu glavu i bradu s nekoliko sijedih pramenova. Ima vlastitu tvrtku i može popraviti gotovo sve što je pokvareno. Hoda u plavom kombinezonu na kojem piše „Tvoj majstor“. Teško je za povjerovati da Laylah i Anders imaju odraslu djecu koja su se odselila od kuće. Alrik misli da izgledaju mlađe od njegove mame.

Alrik stavi ruku oko Vigga i povuče ga k sebi. Prijateljski ga lupka po čelu slobodnom rukom.

– Znaš što je mlađi brat – kaže on. Nešto maleno, smrdljivo i užasno naporno. Otprilike kao prištić u guzici. Samo što se brata nikada ne riješiš.

Viggo se smiješi. Ne odgurne ga. Hodaju zajedno. Zaista je neobično toplo za listopad. Viggo prolazi rukom kroz kosu tako da mu stoji uspravno poput četke. Alrik baca glavu unatrag kako bi pomaknuo kosu u stanu da mu ne visi preko lica.

– Možeš li mi barem obećati da ćeš pokušati – kaže Alrik. Bez svađa i fora.

– Da, obećajem – kaže Viggo.

I Viggo se klonio nevolje. I to vrlo dugo za njegova mjerila, čak točno jedan sat i 46 minuta.

6.7. Statistik om psykisk hälsa i Sverige

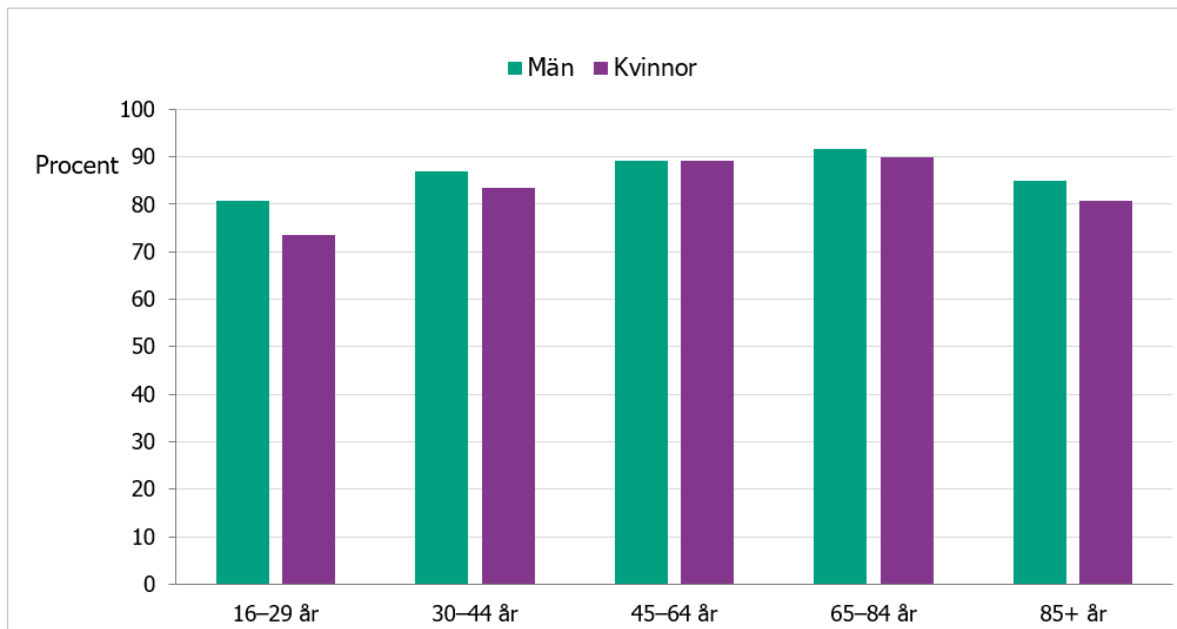
Flertalet barn och vuxna i Sverige svarar att de har en god allmän hälsa och ett gott psykiskt välbefinnande. Samtidigt är det vanligt att ha olika typer av psykiska besvär, såsom oro, stress och sömnbesvär. Det är också fler idag än tidigare som får psykiatrisk vård. Här sammanfattar vi den senaste statistiken om psykisk hälsa i befolkningen, baserat på våra vanligaste datakällor.

Psykiskt välbefinnande

Våra enkätundersökningar visar att de flesta barn och vuxna i Sverige har en god självskattad hälsa och ett gott psykiskt välbefinnande. Psykiskt välbefinnande kan bland annat handla om hur nöjd man är med livet (livstillfredsställelse). Bland skolbarn i åldern 11, 13 och 15 år finns en relativt god livstillfredsställelse 2022 och utvecklingen under 2000-talet har varit stabil. Pojkar skattar generellt sin livstillfredsställelse högre än flickor och 11-åringar gör högre skattningar är 13- och 15-åringar.

Psykiskt välbefinnande kan också handla om hur man klarar av olika saker i vardagen. Det kan handla om att ha bra relationer, kunna lösa utmaningar eller att ha en ljus syn på framtiden. Med detta sätt att mäta svarade 86 procent av befolkningen 16 år eller äldre att de har ett gott psykiskt välbefinnande. Andelen var högst i åldersgruppen 65–84 år (91 procent) och lägst bland 16–29-åringarna (77 procent). I alla åldrar var andelen med gott psykiskt välbefinnande högre bland män än kvinnor.

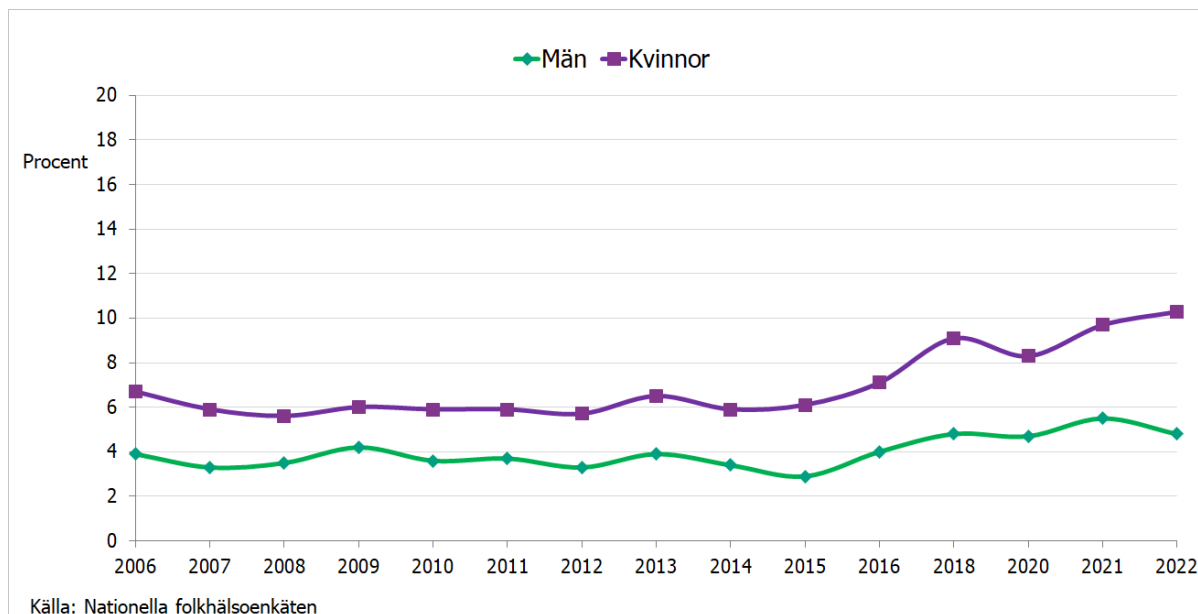
Figur 1. Andel män och kvinnor i olika åldersgrupper som uppger gott psykiskt välbefinnande, 2022. Källa: Nationella folkhälsoenkäten.



Psykiska besvär

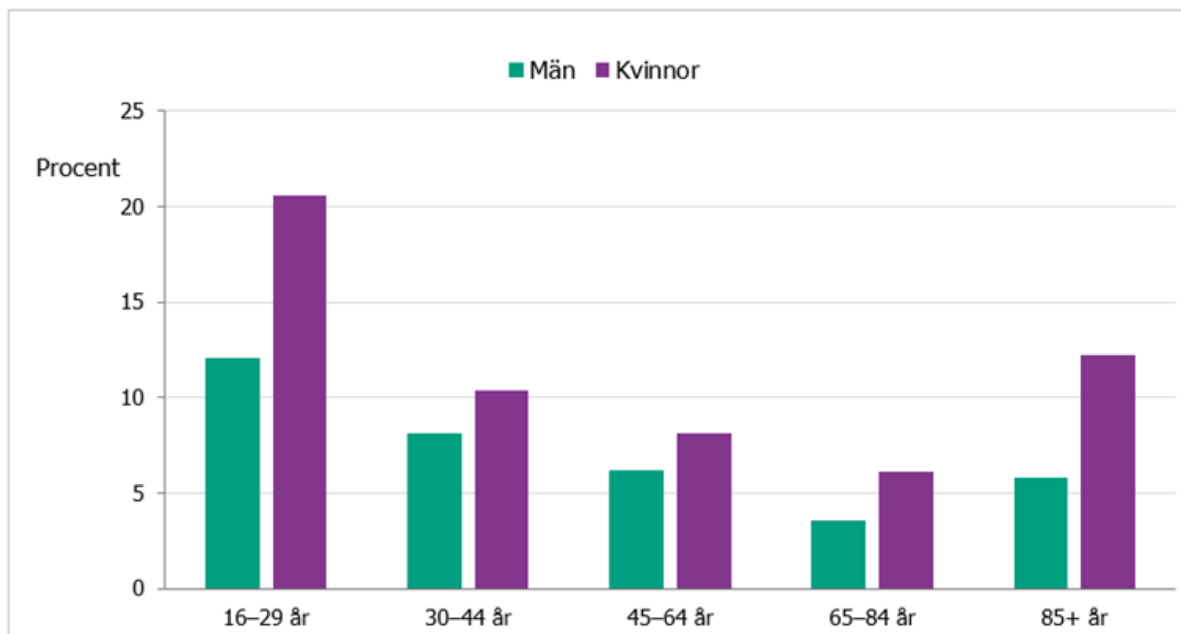
Även om de flesta har gott psykiskt välbefinnande eller god livstillfredsställelse är psykiska besvär vanligt. Bland skolbarn kan det handla om att känna sig irriterad eller på dåligt humör, att ha svårt att somna eller att känna sig nedstämd. Bland vuxna är det vanligt med ångslan, oro eller ångest och sömnbesvär. Högst andel som uppger psykiska besvär finns bland flickor och kvinnor och bland tonåringar och unga vuxna. Under 2000-talet har andelen med besvär ökat (figur 2), bland både barn och vuxna.

Figur 2. Andel kvinnor och män 16–84 år som svarar att de har svåra besvär av ängslan, oro eller ångest, 2006–2022. Källa: Nationella folkhälsoenkäten.



Illvarlig psykisk påfrestning innebär att man har en relativt hög nivå av besvär så som oro, nedstämdhet och hopplöshetskänslor, vilket innebär att man skulle kunna ha ett psykiatriskt tillstånd. Allvarlig psykisk påfrestning är vanligast i den yngsta åldersgruppen, särskilt bland kvinnor (figur 3), men även bland de äldsta kvinnorna finns en högre andel jämfört med övriga åldersgrupper.

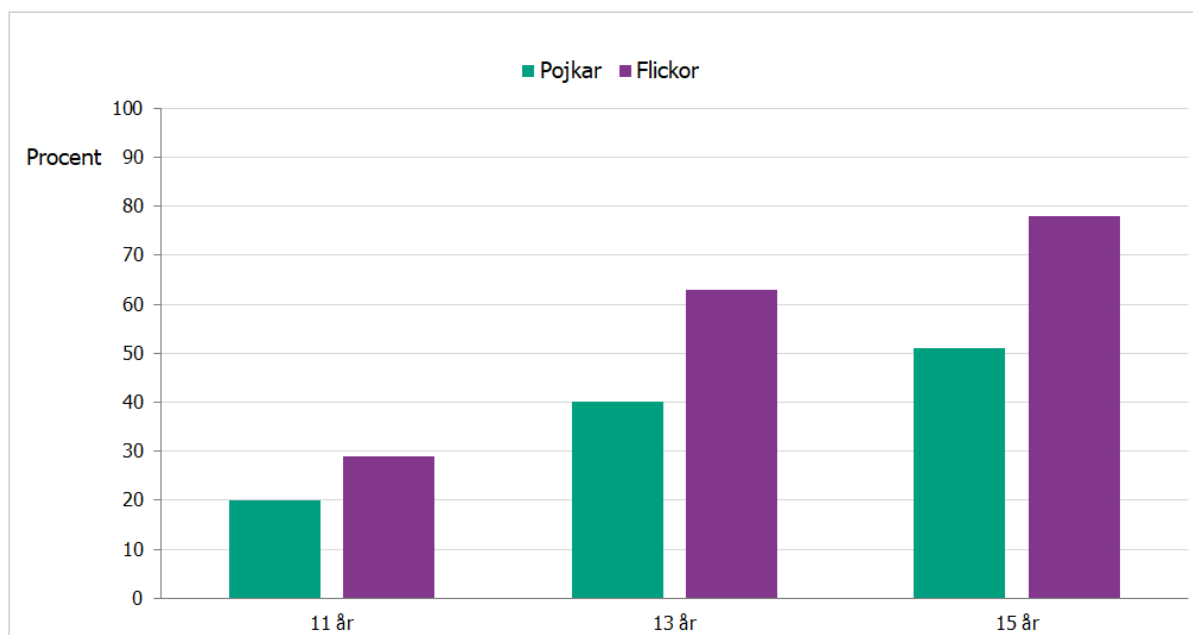
Figur 3. Andel män och kvinnor i olika åldersgrupper som uppger allvarlig psykisk påfrestning, 2022. Källa: Nationella folkhälsoenkäten.



Stress

Både skolbarn och vuxna under 30 år svarar oftare än andra att de känner sig stressade. För skolbarn handlar stressen ofta om skolarbetet. Flickor svarar oftare än pojkar att de känner sig stressade på grund av skolarbetet, men bland både pojkar och flickor är andelen stressade högst bland 15-åringar och lägst bland 11-åringar (figur 4).

Figur 4. Andel pojkar och flickor i olika åldrar som svarar att de känner sig ganska eller mycket stressade av skolarbetet, 2021/22. Källa: Skolbarns hälsovanor.



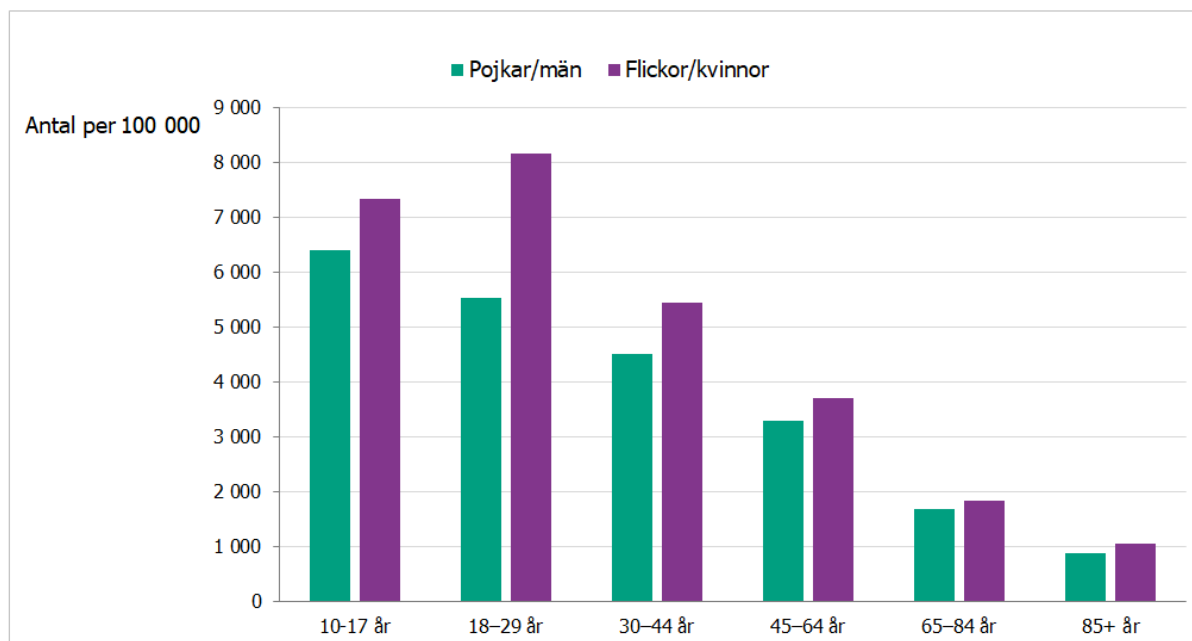
Även bland vuxna är det vanligt att uppge stress och andelen är högst bland unga. Av kvinnorna i åldern 16–29 år svarade 37 procent 2022 att de känner sig ganska eller mycket stressade. Bland männen var denna andel hälften så hög (17 procent). Bland personer över 65 år är andelen som uppger stress låg (5 procent). Över tid har andelen som uppger stress ökat i gruppen 16–29 år och i viss mån bland 30–44 åringar.

Vård för psykiatriska tillstånd

Under hela 2000-talet har det skett en gradvis ökning av andelen som får vård för psykiatriska tillstånd. Det gäller både läkarbesök och läkemedelsuttag. Andelen som har fått psykiatrisk vård är högre bland flickor och kvinnor i alla åldrar, men bland äldre är könsskillnaden mindre. Bland barn och yngre vuxna var adhd den vanligaste diagnosen 2022 och det gäller båda könen. För kvinnor från 45 år och uppåt var stress och depression vanliga orsaker till vård,

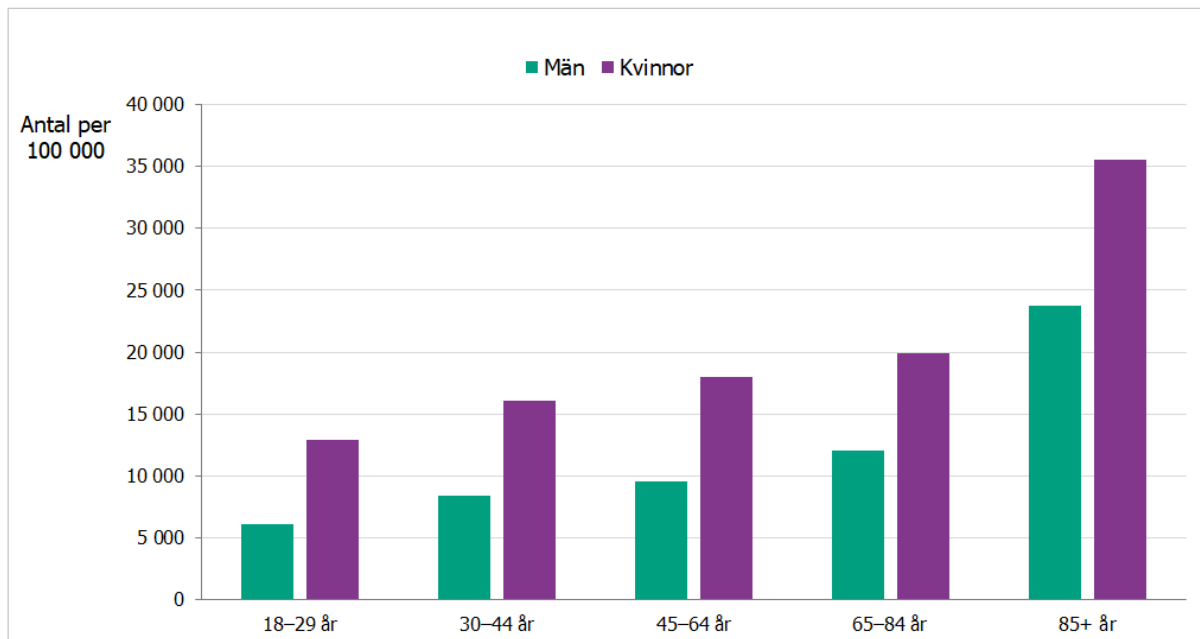
medan det för män i samma ålder oftast rörde substansberoende. Det är dock relativt få personer över 65 år som vårdas i den specialiserade vården (figur 5).

Figur 5. Antal individer per 100 000 invånare i olika åldersgrupper och uppdelat på kön som har gjort ett läkarbesök i psykiatrin (sluten och specialiserad öppenvård), 2022. Källa: Patientregistret.



Även om äldre åldersgrupper sällan får specialiserad vård har de betydligt högre uttag av exempelvis antidepressiva läkemedel. Högst uttag av dessa mediciner har personer 85 år och äldre där var fjärde man och var tredje kvinna tagit ut antidepressiva 2022 (figur 6). Under 2000-talet har andelen som hämtar ut antidepressiva ökat i alla åldersgrupper och bland båda könen, även bland barn.

Figur 6. Andel män och kvinnor i olika åldersgrupper som har hämtat ut antidepressiva läkemedel, 2022. Källa: Läkemedelsregistret.



6.8. Översättning

Podaci o mentalnom zdravlju u Švedskoj

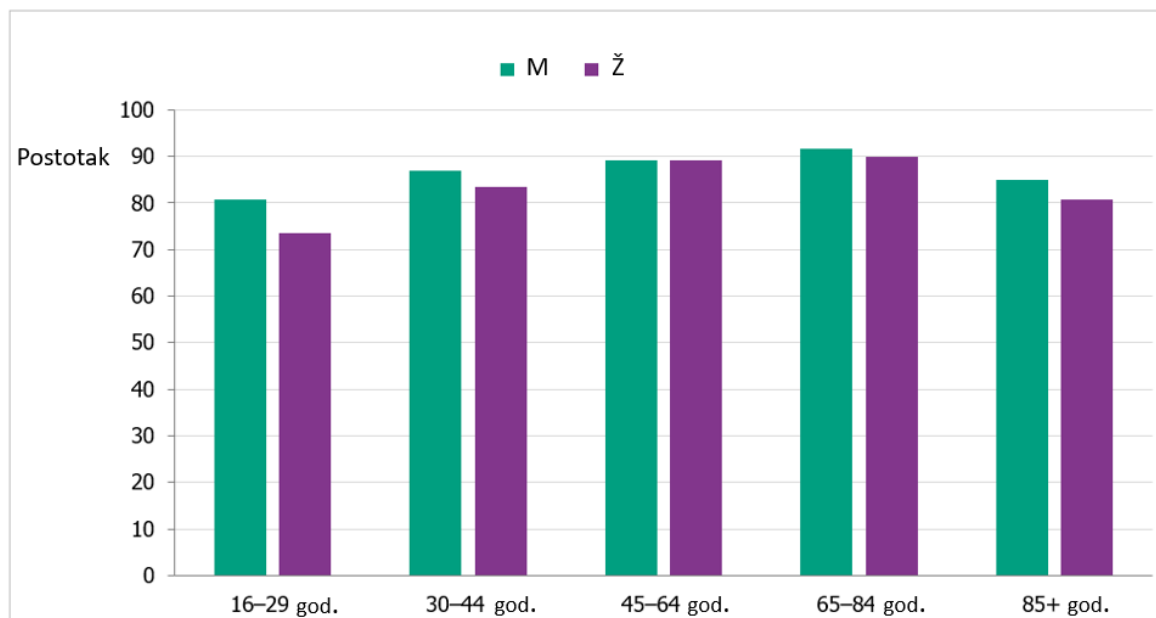
Većina djece i odraslih u Švedskoj navodi da imaju dobro opće zdravlje i dobro mentalno zdravlje, no ujedno su uobičajene i razne vrste mentalnih tegoba poput tjeskobe, stresa i problema sa spavanjem. Više ljudi nego prije traži pomoć psihijatra. Ovdje sažimamo najnoviji pregled statistike o mentalnom zdravlju u populaciji temeljen na našim uobičajenim izvorima podataka.

Mentalno zdravlje

Naši anketni podaci pokazuju da većina djece i odraslih u Švedskoj, prema vlastitoj procjeni, ima dobro opće i mentalno zdravlje. Na mentalno zdravlje, između ostalog, utječe i zadovoljstvo životom. Među djecom školske dobi od 11, 13 i 15 godina 2022. godine relativno je visoko zadovoljstvo životom. Razvoj spomenutog bio je stabilan tijekom 21. stoljeća. Dječaci u prosjeku navode da su zadovoljniji životom nego djevojčice, a 11-godišnjaci daju više ocjene od 13- i 15-godišnjaka.

Pokazatelj mentalnog zdravlja je i koliko se lako nosimo sa svakodnevnim situacijama. Može se odnositi na kvalitetu odnosa, sposobnost savladavanja izazova ili optimističan pogled na budućnost. Uzevši u obzir navedene parametre, 86 posto populacije u dobi od 16 godina ili starije izjavljuje da ima dobro mentalno zdravlje. Najviši postotak zabilježen je u dobnoj skupini od 65 do 84 godine (91 posto), dok je najniži bio među osobama od 16 do 29 godina (77 posto). U svim je dobnim skupinama postotak ljudi s dobrim mentalnim zdravljem bio veći među muškarcima nego među ženama.

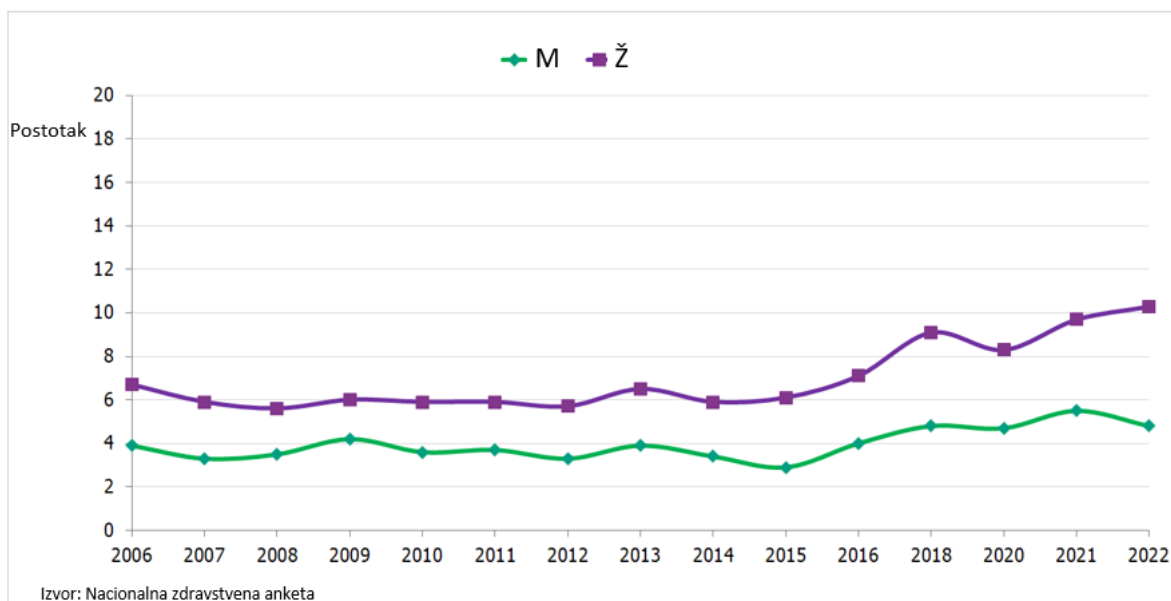
Slika 1. Postotak muškaraca i žena u različitim dobnim skupinama koji procjenjuju svoje mentalno zdravlje kao dobro, 2022. Izvor: Nacionalna zdravstvena anketa.



Mentalne tegobe

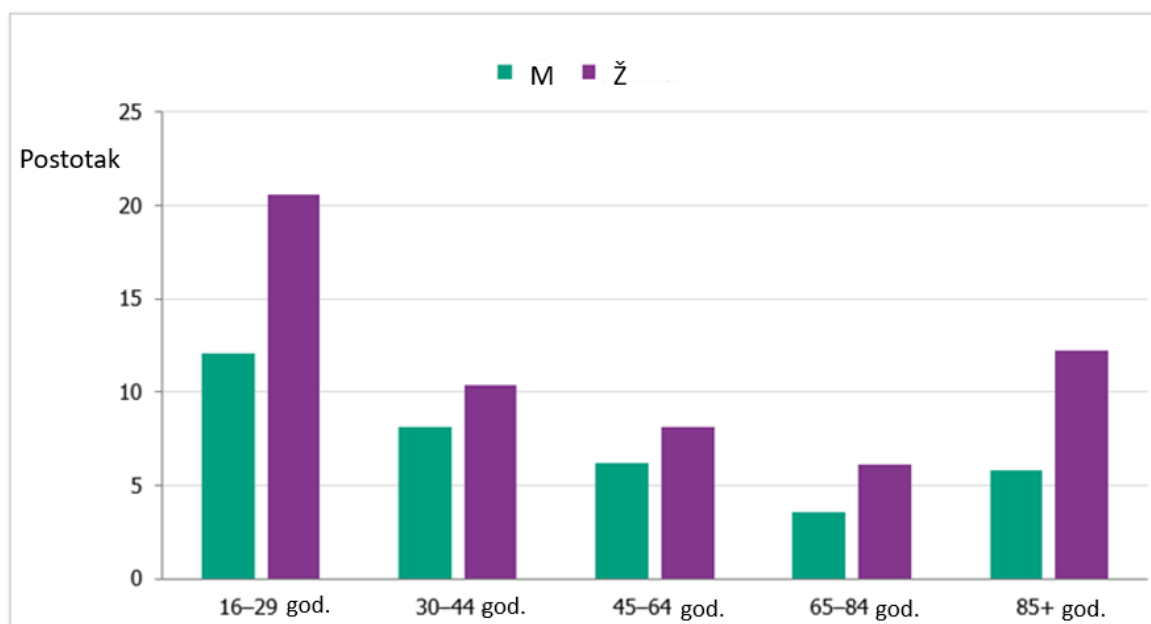
Iako većina ispitanika ima dobro mentalno zdravlje ili visoko zadovoljstvo životom, uobičajene su i mentalne tegobe. Kod djece školske dobi radi se o razdražljivosti, lošem raspoloženju, poteškoćama sa spavanjem ili potištenosti, dok je kod odraslih česta tjeskoba, nemir ili anksioznost te problemi sa spavanjem. Najviši udio ispitanika koji navodi mentalne tegobe su djevojčice i žene te adolescenti i mladi odrasli. Tijekom 2000-ih godina udio je mentalnih tegoba rastao (slika 2) i među odraslima i među djecom.

Slika 2. Udio žena i muškaraca u dobi od 16–84 godine koji navode da imaju velike poteškoće s tjeskobom, nemirom ili anksioznosti, 2006–2022. Izvor: Nacionalna zdravstvena anketa.



Veliko psihičko opterećenje znači da osoba ima relativno visoku razinu problema poput zabrinutosti, potištenosti i osjećaja beznadnosti, što može ukazivati na psihijatrijsku dijagnozu. Veliko psihičko opterećenje najčešće se javlja u najmlađoj dobnoj skupini, posebno među ženama (slika 3), ali i među najstarijim ženama postoji veći udio u usporedbi s ostalim dobnim skupinama.

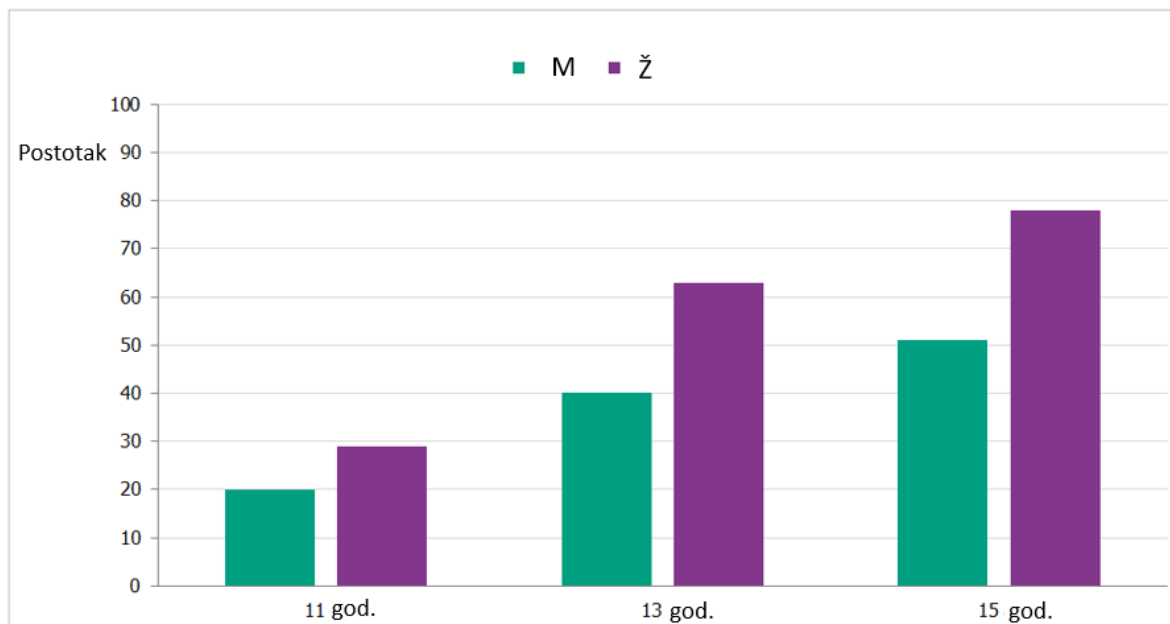
Slika 3. Udio muškaraca i žena u raznim dobnim skupinama koji navode da imaju veliko psihičko opterećenje, 2022. Izvor: Nacionalna zdravstvena anketa.



Stres

I kod školske djece i kod odraslih mlađih od 30 godina češće se javlja osjećaj stresa nego kod drugih dobnih skupina. Kod školske djece, stres je često povezan sa školskim obavezama. Djevojčice izjavljuju češće od dječaka da se osjećaju pod stresom zbog školskih obveza, ali kod oba je spola udio onih koji se osjećaju pod stresom najviši među 15-godišnjacima, dok je najniži među 11-godišnjacima (slika 4).

Slika 4. Udio dječaka i djevojčica u različitim dobnim skupinama koji imaju osjećaj da su pod umjerenim ili jakim stresom zbog školskih obveza, 2021./22. Izvor: Zdravstvene navike školske djece.



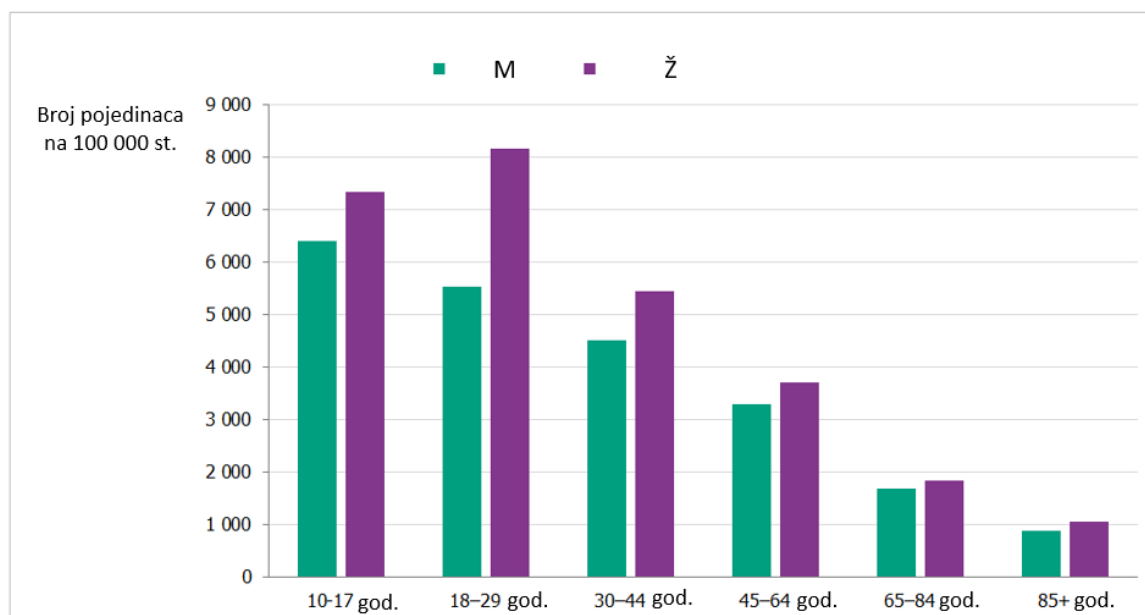
Čak je i među odraslima uobičajeno da prijavljuju osjećaj stresa, a udio je najviši među mladima. Kod žena u dobi od 16–29 godina 37% je odgovorilo 2022. godine da su pod umjerenim ili jakim stresom. Među muškarcima spomenuti je udio upola manji (17%). Među osobama starijima od 65 godina je udio onih koji navode da su pod stresom nizak (5%). Tijekom vremena se udio onih koji navode da su pod stresom povećao u dobnj skupini od 16–29 godina i u određenom udjelu među ispitanicima od 30 do 44 godine.

Liječenje mentalnih poremećaja

Tijekom 2000-ih godina došlo je do postupnog povećanja postotka onih koji liječe mentalne poremećaje, a pritom se misli na posjete liječniku i uzimanje terapije. Udio bolesnika koji primaju psihijatrijsku skrb viši je među djevojčicama i ženama svih dobi, no među starijima je manja razlika između spolova. Među djecom i mladima ADHD je najčešća dijagnoza za oba

spola 2022. godine. Kod žena od 45 godina i više su stres i depresija česti razlozi za liječenje, dok se kod muškaraca iste dobi najčešće radi o ovisnosti o psihoaktivnim tvarima. Relativno je malo osoba iznad 65 godina koje se liječe u specijaliziranim ustanovama (slika 5).

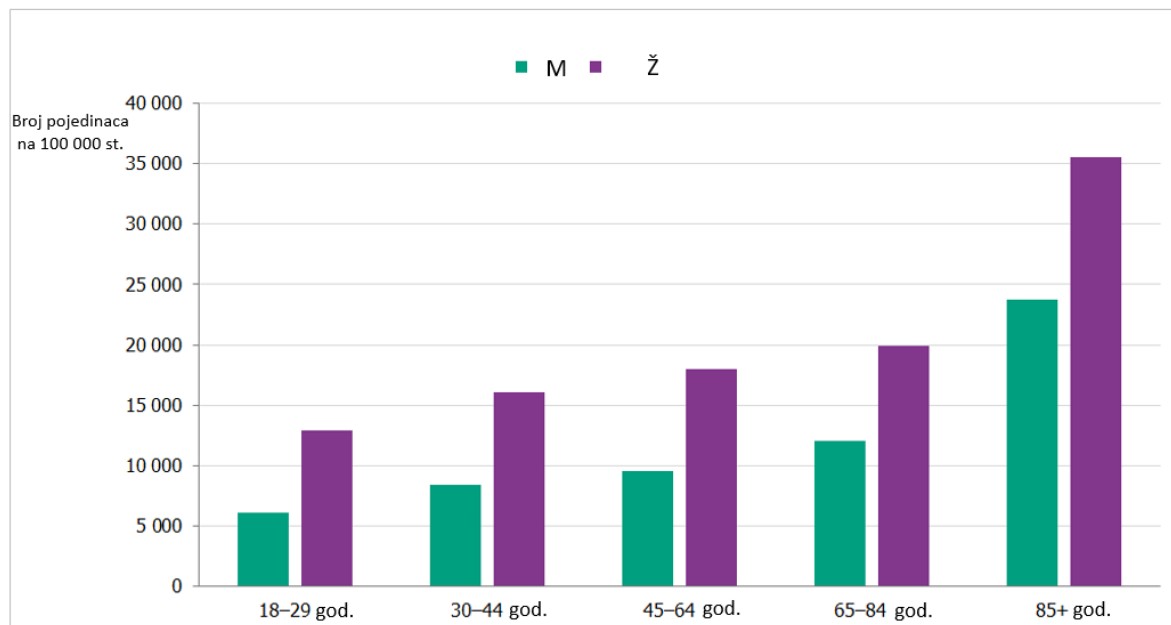
Slika 5. Broj pojedinaca na 100 000 stanovnika u raznim dobnim skupinama i podijeljenima prema spolu koji su se liječili u psihijatrijskoj ustanovi (bolnička i specijalizirana izvanbolnička skrb), 2022. Izvor: Registar pacijenata.



Iako starija dobna skupina rijetko prima specijaliziranu skrb, značajno više uzima primjerice antidepresivne lijekove. Osobe u dobi od 85 godina i starije najčešće uzimaju spomenutu terapiju, pri čemu je svaki četvrti muškarac i svaka treća žena uzimala antidepresive 2022 (slika 6). Tijekom 2000-ih godina povećao se udio osoba koje uzimaju antidepresive u svim dobnim skupinama i među oba spola, čak i među djecom.

Slika 6. Udio muškaraca i žena u svim dobnim skupinama koji su uzimali antidepresive, 2022.

Izvor: Registar lijekova.



7. Översättningen från kroatiska till svenska

7.1. Biser Jadrana prepun skrivenih uvala s rajskim okruženjem: evo zašto je otok Vis neizbježna ljetna destinacija

Bogata povijest i očaravajuća ljepota koju je prepoznala i holivudska produkcija, [najlepše plaže u Hrvatskoj](#), romantične uličice, miris borova, prekrasne kamene kuće, kristalno čisto more koje nikoga ne ostavlja ravnodušnim... Sve je to Vis, otok koji se s pravom naziva najljepšim na Mediteranu. Priznanje su mu dali i američki magazin Harper's Bazaar koji je proglasio Vis jednim od tri najromantičnija odredišta svijeta te portal European Best Destinations koji je svrstao plažu Stinivu na sam vrh ljestvice najljepših europskih plaža. Evo što sve morate posjetiti i doživjeti na Visu, jednom od najudaljenijih hrvatskih otoka koji danas broji nešto manje od 3 i pol tisuće stanovnika!

VIS – ŠARMANTNI GRADIĆ NA ISTOIMENOM OTOKU U KOJI ĆETE SE ZALJUBITI NA PRVI POGLED

U zagrljaju prekrasnih voda Jadranskog mora, u sigurnoj i mirnoj uvali sv. Jurja koja pruža utočište mnogim ribarima i jedrilicama, okružen gustom borovom šumom smjestio se grad Vis, biser Jadrana i cijelog Mediterana. Ovaj neodoljivi gradić mnogi smatraju rajem na zemlji, a kako i ne bi kad se radi o mjestu čije ulice pričaju životne priče iz bogate viške povijesti, dok svaki posjetitelj otkriva svoju priču u kamenu ili moru.

Vis je nastao spajanjem nekadašnjih manjih naselja Kut i Luka. Radi se o najstarijem gradu na Jadranu koji je bio naseljen u dalekoj prošlosti, još u neolitu, a na njegovom prostoru živjeli su brojni narodi poput Ilira, starih Grka, Rimljana, Mlečana... Svaki od njih je ostavio svoje prepoznatljive tragove koji se očitavaju u načinu življenja, stilu gradnje i arhitekturi te brojnim vjеровanjima.

Talijani su ga zvali Lissa, a stari Grci Issa, što je bio i naziv za nekadašnji grad kojeg su osnovali Grci. Issa je stoljećima bila samostalna država koja je imala uređene zakone, kovala vlastiti novac i osnivala svoje kolonije na kopnu. Bio je nekada grad i pod britanskom vladavinom, za čije je vrijeme bio centar krijumčarenja. No, krijumčarenje nije bila jedina zanimacija na Visu, stanovnici su se isticali pomorskim umijećem i gusarenjem te se sa susjednim Komižanima ubrajaju među najbolje ribare na Jadranu.

Prošetajte njegovim kamenim uličicama, razgledajte stare antičke spomenike, posjetite arheološki muzej, ribarnicu, Hrvatski dom, palače Gariboldi, Gazarović, Jakša i Radošević, imponantne sakralne objekte te uživajte u ambijentu kojeg samo Vis može ponuditi.

INTRIGANTNA KOMIŽA: GRAD S MNOGO ZAVODLJIVIH LICA KOJEM ĆETE SE UVIJEK RADO VRAĆATI

Na zapadnoj obali Visa, povučen i vrlo izoliran od ostalog dijela otoka, smjestio se živopisni grad Komiža. Na glasu kao jedan od najtoplijih gradova na Jadranu, ovaj viški biser se s pravom naziva malim rajem na zemlji. Poznat po dugogodišnjoj ribolovnoj tradiciji, intrigantnoj povijesti, zavodljivim okusima morskih delicija i autohtone vinske sorte vugave, očarat će vas i natjerat da se doslovno zaljubite u njega.

O nastanku Komiže i njenoj srednjovjekovnoj povijesti još uvijek malo toga znamo, a prvi zapisi sežu u 12. stoljeće kada je spominjana pod imenom *Val Comeza* u darovnici zadarskog kneza koji je vladao dalmatinskim otocima. Kasnije su Komižom vladale mletačke i austrijske vlasti, a u svojoj novijoj povijesti poslužila je kao izuzetno važno uporište vojnim snagama. Od Drugog svjetskog rata pa sve do 1990. godine Komiža je bila u potpunosti izolirana, a 50 godina izolacije omogućilo je ovom viškom biseru da zadrži izgled u svom izvornom obliku.

Ljubitelji avantura ovdje mogu uživati u ronjenju, speleologiji i padobranskom letenju, a sve veći interes je i za vojnim turama. Prošetajte do Komune – mletačkog kaštela iz 16. stoljeća

čiju gradnju su financirali komiški ribari, crkve Gospe Gusarice, organizirajte izlet do Modre špilje, a možete i planinariti na obližnji Hum koji je najviši vrh cijelog otoka.

PLAŽE NA OTOKU VISU KOJE MORATE POSJETITI

[Plaže na otoku Visu](#) već godinama intrigiraju posjetitelje diljem svijeta. Najpoznatija i najatraktivnija uvala na otoku Visu nebrojeno je puta proglašena među najljepšim plažama, a u izboru 300 najljepših plaža u Europi 2016. godine upravo je [Stiniva](#) ponijela titulu one najljepše. Stiniva se nalazi na južnoj strani otoka, a s obzirom na to da do nje ne vodi nikakva cesta – uspjela je sačuvati svoju prirodu ljepotu. Do nje je moguće doći brodicom ili pješice kroz slabo uređene staze i mediteranski krš. Bijeli šljunak, prekrasno čisto more i stijene koje kao čuvari okružuju plažu zaista su veličanstven prizor u kojem ćete zasigurno uživati.

Uvala Pritišćina se nalazi na južnoj strani otoka Visa, a do nje možete doći zahtjevnim makadamskim putem od Podhumlja ili pak ugodnom morskom vožnjom. Jedna je od najmanjih uvala na Visu, ali i jedna od omiljenih nautičarskih stanica. Kada jednom ugledate ovu nevjerojatnu šljunčanu plažu s kristalno čistim plavim morem koju je gotovo nemoguće dočarati fotografijama, brzo ćete zaboraviti na umor, stres i monotoniju svakodnevnog života.

Popularno zvana Pseća plaža, Vartalac je jedina plaža na otoku specijalizirana za kupanje kućnih ljubimaca. Smještena je u mirnoj i izoliranoj uvali, nalazi se 15-tak minuta hoda od centra grada Komiže, a okružena je bujnom vegetacijom i stijenama vulkanskog podrijetla što je čini idealnim mjestom za relaksaciju i užitak.

Tu su i šarmantna uvala i plaža Stončica, prava ljetna destinacija gdje zabave i veselja neće nedostajati, plaža Srebrena koja je prekrivena netipično velikim bijelim oblucima od vapnenaca, Mala Travna koju krasi prelijepa bijele stijene na kojima se možete sunčati, Grandovec i brojne druge.

PODHUMLJE – JEDNO OD NAJLJEPŠIH ETNO SELA U CIJELOJ DALMACIJI

Podno najvišeg vrha otoka Visa, Huma, smjestilo se jedno od najljepših [etno sela u Dalmaciji](#) koje je dobilo ime po svom položaju: Podhumlje, a koje je poznato po vrhunskom vinu i maslinovom ulju. Smješteno je oko 6 kilometara od [Komiže](#), a okruženo je brojnim arheološkim lokalitetima, kao što su neolitski bazen Lokve i ostaci stare rimske vile u Bačkovu. U zaseocima koji ga okružuju mogu se vidjeti kuće i gospodarski objekti iz 19. stoljeća, a u samom naselju nalazi se crkva sv. Nikole.

U Podhumlju je moguće iznajmiti smještaj u nekoj od starih kamenih kuća i kušati vrhunske viške specijalitete u konobi Peša s jednim od najboljih pogleda na cijelom otoku. U mjestu je u sezoni otvorena i kušaonica OPG-a Sviličić u kojoj vrijedi probati maslinovo ulje, ali i razne vrste domaće travarice i likera.

UZBUDLJIVE VOJNE TURE KOJE ĆE VAS VRATITI U PROŠLOST

Iako ste vjerojatno čuli da je na Visu vrijeme odavno stalo zbog dugogodišnje vojne izolacije, to je danas njegova najveća prednost zbog predivne, netaknute prirode i malo je onih koji su otišli s Visa rekavši da se više neće vratiti. Brojni mještani koji su preživjeli polustoljetnu izolaciju reći će vam kako je Tito unazadio Vis, ali ga je i spasio od turističke izgradnje i velike komercijalizacije.

Odaberite jednu od turističkih agencija i upoznajte vojnu povijest otoka Visa, njegove tajne kroz labirint podzemnih tunela, ostatke topova i napuštena skladišta. Istražite najveću vojnu bazu na otoku i popnite se do najvećeg vrha gdje će vas dočekati predivna crkvice Svetog Duha. Na kraju, saznajte sve o najznačajnijim povijesnim događajima i istražite predivnu Titovu špilju.

JEDNODNEVNI IZLET DO MODRE ŠPILJE

Udaljen tek pet nautičkih milja od prekrasne Komiže, otočić Biševo krije nadaleko poznatu Modru špilju. Prema riječima mnogih svjetskih putnika i časopisa, ovo prekrasno zdanje svojom ljepotom nadmašuje svjetski poznatu špilju Grotta Azzurra na otoku Capri u blizini Napulja. Špilja ima dva otvora: jedan je manji, onaj umjetno produbljen kroz koji može proći čamac, dok je drugi otvor poput svoda i nalazi se ispod razine mora.

Najbolje vrijeme za posjetiti ovu impresivnu morsku atrakciju je od 10 do 12 sati, zbog pozicije sunčevih zraka koje padaju na nju. Agencije, glisere i brodice do Modre špilje možete pronaći na komiškoj rivi, a kratki izlet koji uključuje obilazak u prosjeku traje do 2 sata.

GASTRONOMSKI RAJ: EVO U KOJIM RESTORANIMA I KONOBAMA NA OTOKU VISU MOŽETE DOBRO JESTI

[Viška pogača](#) ili pogača od slane ribe jako je popularna u cijeloj Dalmaciji, a u originalu se radi od tijesta za kruh koji se puni crvenim lukom, odnosno kapulom i slanim srdelama. Stanovnici Komiže u nju stavljaju još i umak od rajčica, zbog kojih je ovaj specijalitet dobio i svoju drugu inačicu – Komišku pogaču, no ne propustiti kušati obje – poslužuju ih svi restorani i bit će odličan zalogajčić prije glavnog jela.

Mnoga tradicionalna viška jela potječu još iz antičkog doba, a viška je gastronomija na glasu kao jedna od najboljih u Hrvatskoj. Provjereno se dobro jede u restoranima Pojoda, Vatica i Villa Kaliopa u gradu Visu, konobama Bako, Barba, Jastožera u Komiži, u plažnom objektu Beba u skrovitom mjestu Rukavac i u gostionici Aerodrom koja se nalazi u unutrašnjosti Visa, u mjestu Plisko polje.

7.2. Översättning

ADRIATISKA HAVETS PÄRLA, FULL AV GÖMDA VIKAR MED HIMMELSKA OMGIVNINGAR: ÖN VIS ÄR EN SJÄLVKLAR SOMMARDESTINATION

En rik historia och förtrollande skönhet som även uppmärksammats i Hollywood-produktioner, [de vackraste stränderna i Kroatien](#), romantiska gränder, doften av tallar, vackra stenhus, kristallklart hav som inte lämnar någon oberörd ... Allt detta är Vis, ön som rättmätigt kallas den vackraste i Medelhavet. Den fick även erkännande från den amerikanska tidningen Harper's Bazaar, som utnämnde Vis till en av de tre mest romantiska destinationerna i världen, samt från webbportalen European Best Destinations, som placerade stranden Stiniva högst upp på listan över de vackraste stränderna i Europa. Här är allt du måste besöka och uppleva på Vis, en av de mest avlägsna kroatiska öarna som idag har lite mindre än 3 500 invånare.

VIS - DEN CHARMIGA STADEN, PÅ ÖN MED SAMMA NAMN, GER KÄRLEK VID FÖRSTA ÖGONKASTET

Staden Vis är omgiven av det vackra Adriatiska havet. Den ligger i den skyddade och fridfulla viken av St. Juraj som erbjuder skydd för många fiskare och segelbåtar. Staden Vis är inbäddad i en tät tallskog. Staden är pärlan i Adriatiska havet och hela Medelhavet. Många anser att denna charmiga stad är ett paradiset på jorden. Det är inte underligt, eftersom det är en plats där gatorna bär på historiska livsberättelser, och varje besökare upptäcker sin egen historia i stenarna och vid havet.

Vis uppstod genom sammanslagningen av de tidigare små byarna Kut och Luka. Det är den äldsta staden i Adriatiska havet som har ett långt förflutet och var bebodd redan under den neolitiska perioden. Olika folkslag som illyrer, antika greker, romare, och venetianer har bott i området. Var och en av dem har lämnat sina karakteristiska spår som återspeglas i livsstilen, byggnadsstilen, arkitekturen och de många folkliga sederna.

Italienarna kallade staden för Lissa, medan de gamla grekerna kallade den för Issa, vilket också var namnet på den tidigare staden som grundades av grekerna. Issa var, under århundraden, en självständig stat med egna lagar, egna mynt och kolonier på fastlandet. Det var också en stad under brittiskt styre och under den tiden var den centrum för smuggling. Men smuggling var inte den enda sysselsättningen på Vis. Invånarna var duktiga inom sjöfart och piratverksamhet och räknas som några av de bästa fiskarna i Adriatiska havet tillsammans med grannarna i Komiža.

Här kan du promenera längs dess stenbelagda gator, utforska gamla antika monument, besök det arkeologiska museet, fiskemarknaden, det "Kroatiska Huset" (kro. Hrvatski dom, det kulturella centrumet i staden Vis), palatsen Garibaldi, Gazarović, Jakša och Radošević, samt andra imponerande religiösa byggnader och njut av den atmosfär som endast Vis kan erbjuda.

FÄNGSLANDE KOMIŽA: EN STAD MED MÅNGA LOCKELSER SOM DU ALLTID KOMMER ÅTERVÄNDA TILL MED GLÄDJE

På västkusten av Vis ligger den pittoreska staden Komiža som är avskild och mycket isolerad från resten av ön. Staden är bekant som en av de varmaste städerna vid Adriatiska havet. Denna pärla på Vis kallas med rätta för ett litet paradiset på jorden. Den är känd för sin långvariga fisketradition, spännande historia, sina delikatesser med förföriska smaker från havet och den inhemska vinsorten *vugava* som kommer att förtrolla dig och få dig att bokstavligen bli förälskad i staden.

Vi vet fortfarande inte så mycket om Komižas ursprung och dess medeltida historia. De tidigaste källorna går tillbaka till 1100-talet när en prins från Zadar, som styrde över Dalmatiens öar, benämnde den som *Val Comeza*. Senare styrdes Komiža av venetianska och österrikiska myndigheter. I dess nyare historia fungerade den som en mycket viktig bas för militära styrkor. Från andra världskriget fram till 1990 var Komiža helt isolerad, och 50 år av isolering har låtit denna pärla från Vis bevara sitt ursprungliga utseende.

Äventyrsälskare kan njuta av dykning, grottforskning och fallskärmshoppning här, och det finns allt större intresse för turer inom militära historien. Ta en promenad till Komuna – ett venetianskt slott från 1500-talet, vars byggnad finansierades av Komižas fiskare, besök kyrkan Gospa Gusarica, ordna en utflykt till Blå grottan (kro. Plava špilja), eller så kan du vandra till den närliggande byn Hum, som är öns högsta punkt.

STRÄNDERNA PÅ ÖN ATT BESÖKA

[Stränderna på ön Vis](#) har fascinerat besökare från hela världen i många år. Den mest kända och attraktiva viken på ön Vis har många gånger utsetts till en av de vackraste stränderna i världen. År 2016 vann Stiniva titeln som den vackraste stranden, bland de 300 vackraste stränderna i Europa. Stiniva ligger på södra sidan av ön Vis och eftersom det inte finns någon väg som leder till den, har den lyckats bevara sin naturliga skönhet. Du kan nå den med båt eller till fots genom dåligt underhållna stigar och hårdbladsvegetation. De vita stenarna, det kristallklara vattnet och de omgivande klipporna är verkligen en magnifik syn som du kommer att njuta av.

Viken Pritišćina ligger på södra sidan av ön Vis och du kan nå den om du går längs en utmanande grusväg från byn Podhumlje eller med en trevlig båttur. Det är en av de minsta vikarna på Vis, men också en av favoritplatserna för seglare. När du har sett denna fantastiska stenstrand med kristallklart blått vatten, som är nästan omöjligt att återge på bild, kommer du snabbt att glömma trötthet, stress och vardagens monotoni.

Populärt kallad "Hundstranden" är Vartalac den enda stranden på ön där ditt husdjur också får bada. Den är belägen i en lugn och isolerad vik, ungefär 15 minuters promenad från centrum av Komiža, omgiven av frodig vegetation och vulkaniska klippor, vilket gör den till en perfekt plats för avkoppling och njutning.

Här finns också den charmiga viken och stranden Stončica, ett fint sommarresmål där det inte saknas nöjen och glädje, stranden Srebrena som är täckt av ovanligt stora vita klapperstenar av kalksten, Mala Travna med sina vackra vita klippor där du kan sola, stranden Grandovec, och många andra.

PODHUMLJE – EN AV DE VACKRASTE TRADITIONELLA BYARNA I HELA DALMATIEN

Vid foten av kullen Hum, den högsta punkten på ön Vis, ligger en av de vackraste [traditionella byarna i Dalmatien](#). Den är uppkallad efter sitt läge: Podhumlje ("under Hum"). Den är känd för sin förstklassiga vin och olivolja. Den ligger cirka 6 kilometer från Komiza, och är omgiven av många arkeologiska fyndplatser, till exempel den neolitiska bassängen Lokve och resterna av en gammal romersk villa vid fyndplatsen Bačkovo. I de omgivande byarna kan du se hus och jordbruksbyggnader från 1800-talet, och i själva byn finns kyrkan St Nikola.

I Podhumlje kan du hyra boende i något av de gamla stenhusen och smaka på utsökta specialiteter från Vis på krogen Peša, med en av de bästa utsikterna på hela ön. Under säsongen finns också provsmakning på familjelantbruken (på kroatiska benämnda OPG, obiteljsko poljoprivredno gospodarstvo) Sviličić, där du kan prova olivolja och olika sorters hemlagad örtlikör och snaps.

SPÄNNANDE TURER SOM TAR DIG TILLBAKA I MILITÄRHISTORIEN

Även om du förmodligen har hört att tiden stått stilla på ön Vis på grund av dess långvariga militära isolering, är detta idag dess största fördel tack vare dess vackra, orörda naturen. Det finns få som har lämnat Vis och sagt att de aldrig kommer tillbaka. Många av de som överlevde en halvsekel lång isolering på ön Vis kommer att berätta för dig att Jugoslaviens ledare Tito har drivit Vis bakåt, men att han också räddade det från turistutveckling och stor kommersialisering.

Välj en av turistbyråerna och utforska öns militärhistoria, dess hemligheter genom labyrinten av underjordiska tunnlar, kvarlämnade kanoner och ödsliga förråd. Utforska den största militärbasen på ön och klättra till den högsta toppen där den vackra kyrkan Sveti Duh (sv. 'den Helige Ande') väntar på dig. Till sist, lär dig allt om de mest betydelsefulla historiska händelserna och utforska den vackra Tito-grottan.

DAGSTUR TILL DEN BLÅ GROTTAN

Endast fem sjömil från vackra Komiža gömmer ön Biševo den kända Blå grottan. Enligt många resenärer och tidningar överträffar denna vackra grotta i skönhet den välkända Grotta Azzurra på ön Capri nära Neapel. Grottan har två öppningar: en mindre som är konstgjort fördjupad och som en båt kan passera igenom, medan den andra öppningen är som ett valv och ligger under havsnivån.

Bästa tiden för att besöka denna imponerande havsattraktion är mellan klockan 10 och 12 på grund av solens position som då kastar sina strålar på den. Du kan hitta turistbyråer som anordnar skjuts med motorbåt och småbåt till Blå grottan, från hamnen i Komiža. En kort utflykt som inkluderar en rundtur tar i genomsnitt cirka 2 timmar.

GASTRONOMISKT PARADIS: HÄR KAN DU NJUTA AV GOD MAT PÅ RESTAURANGER OCH KROGAR PÅ ÖN VIS

Viška pogača (en inhemska kaka från Vis) eller saltad fiskkaka är mycket populär i hela Dalmatien och ursprungligen är gjord av bröddeg fylld med rödlök och salt sardiner. Invånarna i Komiža lägger också till tomatsås så denna specialitet har nu en annan variant – Komiška pogača (en inhemska kaka från Komiža). Men missa inte att smaka båda varianterna – alla restauranger serverar dem, och de är en utmärkt munsbit innan huvudrätten.

Många av de traditionella rätterna på Vis härstammar från antiken, och gastronomin på ön sägs vara en av de bästa i Kroatien. Du kan äta gott på restauranger som Pojoda, Vatica och Villa Kaliopa i staden Vis, samt på krogarna Bako, Barba och Jastožera i Komiža, på strandrestaurangen Beba i den avskilda byn Rukavac och på krogen Aerodrom som ligger inne på ön Vis i byn Plisko polje.

7.3. Osebujan svijet Wesa Andersona u Kinoteci

Osebujan svijet Wesa Andersona u Kinoteci

Uživajte u ljepoti Andersonovih filmova od 27. prosinca do 5. siječnja

Uskoro na repertoar kina Kinoteka stiže **opus Wesa Andersona**, popularnog američkog redatelja poznatog po osobitom vizualnom i narativnom stilu.

“The Royal Tenenbaums” (Obitelj čudaka), “The Life Aquatic” (Panika pod morem), “The Darjeeling Limited”, “The Grand Budapest Hotel” (Hotel Grand Budapest), “Rushmore” i “Fantastic Mr. Fox” (Fantastični gospodin Lisac) Andersonovi su naslovi koje ćete moći gledati na velikom platnu u Kinoteci od 27. prosinca do 5. siječnja.

Filmovi Wesa Andersona poznati su po izbjegavanju realizma i oslanjanju na stilizirane, umjetne svjetove, a upravo im specifični stilski izbori u najvećoj mjeri daju prepoznatljivu kvalitetu. Najčešće je riječ o komedijama brzog tempa, obilježenima ozbiljnijim ili melankoličnim elementima, pomaknutim humorom i netipičnim likovima. Anderson se često oslanja i na upečatljiv izbor glazbe, skrivene reference na stip junaka Charlieja Browna te teme o (disfunkcionalnoj) obitelji. Nekoliko puta bio je nominiran za Oscara u različitim kategorijama, a osvajao je nagrade BAFTA i Zlatni globus.

U **srijedu, 27. siječnja** na rasporedu su “**The Royal Tenenbaums**” (Obitelj čudaka, 2001.), treći Andersonov film i ujedno vrhunac njegove karijere. Ovaj film o uspješnoj, ali pomaknutoj njujorškoj obitelji potvrdio je Andersona kao jednog od najzanimljivijih redatelja mlađe generacije i podjednako sjajno bio primljen među kritikom i publikom. Royal Tenenbaum (Gene Hackman) nekoć je bio uspješan odvjetnik i nešto manje uspješan muž i otac: sa zračnom puškom u jednoj je igri upucao sina Chasa u prst, stalno je svakome napominjao kako je Margot njegova usvojena kćerka, a najdražeg sina Richieja je vodio na borbe pasa. Djeca su ipak svojedobno bili genijalci; Chas je bio financijski genij, Margot je pisala hvaljene kazališne komade, a Richie je izvrsno igrao tenis. No, kada je napustio obitelj, započelo je razdoblje

neuspjeha koje će obilježiti Tenenbaume. Royal se iznenada vraća u zajednički dom, tvrdeći da mu je preostalo šest tjedana života i da se želi ponovno povezati s obitelji.

Slijedi još jedna Andersonova filmska ekstravagancija – **“The Life Aquatic with Steve Zissou”** (Panika pod morem, 2004.), koja iznimno podsjeća na lik i djelo slavnog francuskog istraživača mora i redatelja Jacques-Yvesa Cousteaua, a bit će prikazana u **četvrtak, 28. siječnja**. Oceanograf Steve Zissou (Bill Murray) proslavio se dokumentarnim filmovima o njegovim istraživanjima u morima diljem svijeta, no njegov privatni život daleko je od uspjeha. Nakon što je na svečanoj premijeri predstavio svoj novi film, Steve odluči krenuti u potragu za opasnim morskim psom jaguarom koji mu je usmrtio dugogodišnjeg suradnika i prijatelja. Stvari se počinju komplicirati već pri isplavljanju.

Petak, 29. prosinca donosi **The Darjeeling Limited** (2007.), priču o tri udaljena brata (Jason Schwartzman, Owen Wilson, Adrien Brody) koja nakon očeve smrti krenu na put vlakom po Indiji, kako bi se povezali i našli majku. Njihovo „duhovno putovanje“, brzo skreće s puta zbog događaja vezanih uz analgetike bez recepta, indijski sirup protiv kašlja i suzavac te se na kraju nađu sami usred pustinje s jedanaest kovčega, jednim pisačem i uređajem za laminiranje. U tom trenutku iznenada započinje novo, neplanirano putovanje.

Zadnja ovogodišnja filmska projekcija u Kinoteci bit će u **subotu, 30. prosinca**, a prikazat će se **The Grand Budapest Hotel** (Hotel Grand Budapest, 2014.). Smješten u tridesete, u razdoblje između dva rata, u fiktionalnu srednjoeuropsku državu Zubrowku, radnja filma vrti se oko naslovnog hotela i prati dogodovštine Gustavea, glavnog vratara i dječaka po imenu Zero Moustafa, koji pomaže u hotelu i postaje Gustavov najpouzdaniji prijatelj i štitićenik. Priča uključuje i krađu, pronalazak neprocijenjive renesansne slike i borbu za ogromno obiteljsko bogatstvo.

Gorko-slatku romantičnu komediju osebnog humora **“Rushmore”** (1998.) Anderson snima nakon prvijenca – njome osvaja kritiku i festivalski svijet te oživljava karijeru Billa Murraya. Radnja se vrti oko 15-godišnjeg učenika (Jason Schwartzman) koji se zaljubljuje u dvostruko

stariju profesoricu, u koju je pak zaljubljen i bogati vlasnik čeličane (Bill Murray). Film je nadahnut klasikom "Diplomac" i stilovima redatelja Hala Ashbya i Jeana-Luca Godarda. "Rushmore" gledamo u siječnju, kao i "**Fantastičnog gospodina Lisca**" (Fantastic Mr. Fox), *stop-motion* animiranu fantastičnu komediju iz 2009. koju je Anderson režirao prema istoimenoj dječjoj knjizi autora Roalda Dahla. Radnja se odvija oko lisice (glas George Clooney) koja se obvezala na miran obiteljski život, ali još uvijek planira obaviti jedan posljednji pothvat krađe kokoši s ljudskih farmi u okolici.

Svi filmovi iz redovnog programa prikazuju se od 20 sati. Cijena ulaznice za filmske projekcije iznosi 15 kuna.

Ulaznice je moguće kupiti na blagajni kina sat vremena prije projekcije ili online na www.ulaznice.hr.

7.4. Översättning

Wes Andersons särpräglade filmvärld på biografen Kinoteka

Njut av skönheten i Andersons filmer från den 27 december till den 5 januari.

Snart kommer **Wes Andersons verk** till Kinotekas repertoar. Anderson är en populär amerikansk regissör, känd för sin särpräglade visuella och berättarmässiga stil.

"The Royal Tenenbaums", "The Life Aquatic", "The Darjeeling Limited", "The Grand Budapest Hotel", "Rushmore" och "Den fantastiska räven" är de av Andersons filmer som kommer att visas på stora duken på Kinoteka från den 27 december till den 5 januari.

Wes Andersson är känd för att, i sina filmer, undvika realism och i stället välja stiliserade, artificiella världar. Det är just dessa specifika stilistiska val som ger dem deras igenkännbara kvalitet. De är vanligtvis spännande komedier med allvarliga eller melankoliska element, knasig humor och atypiska karaktärer. Anderson använder ofta minnesvärd musik, gör dolda referenser till karaktären Charlie Brown och behandlar teman om (dysfunktionella) familjer. Han har blivit nominerad till en Oscar flera gånger i olika kategorier och har vunnit BAFTA-priser och Golden Globe Award.

Onsdagen den 27 januari står "**The Royal Tenenbaums**" på programmet, Andersons tredje film och även höjdpunkten i hans karriär. Den här filmen om en framgångsrik, men udda, New York-familj positionerade Anderson som en av de mest intressanta regissörerna bland den yngre generationen. Han hyllades av både kritiker och publik. Royal Tenenbaum (Gene Hackman) var en gång en framgångsrik advokat och en något mindre framgångsrik make och far: han sköt sin son Chas i fingret med ett luftgevär under en lek, påstod ständigt att Margot var hans adoptivdotter, och tog sin älskade son Richie med sig till hundkamper. Men barnen var genier; Chas var en begåvad finansman, Margot skrev hyllade pjäsmanus och Richie var en utmärkt tennisspelare. Men när pappan lämnade familjen började en period som skulle

präglade familjemedlemmarnas liv för all framtid. Plötsligt dyker Royal upp hemma hos familjen igen och hävdar att han bara har sex veckor kvar att leva och vill återförenas med dem.

En annan av Andersons filmiska spektakel är **"The Life Aquatic with Steve Zissou"**, som starkt påminner om den berömde franske havsforskaren och regissören Jacques-Yves Cousteau och hans verk. Filmen kommer att visas på **torsdag den 28 januari**. Oceanografen Steve Zissou (Bill Murray) har gjort sig känd för sina dokumentärer om sina havsforskningar runt om i världen, men hans privata liv är inte så framgångsrikt. Efter att ha presenterat sin nya film under en festlig premiär bestämmer sig Steve för att ge sig ut för att leta efter den farliga jaguarhajen som dödade hans gamla kollega och vän. Komplikationer uppstår redan vid avfärden.

På **fredag den 29 december** visas **"The Darjeeling Limited"** (2007), en berättelse om tre bröder som glidit ifrån varandra (Jason Schwartzman, Owen Wilson, Adrien Brody) och som efter faderns död reser genom Indien med tåg i ett försök att återfå kontakten och hitta sin mor. Deras "spirituell resa" spårar snart ur av orsaker som involverar receptfria smärtstillande tabletter, indisk hostmedicin och pepparspray, och de blir strandade mitt i öknen med elva resväskor, en skrivare, och en lamineringsmaskin. Vid den punkten börjar plötsligt en ny, oplanerad resa.

Årets sista filmvisning på Kinoteka kommer att äga rum på **lördag den 30 december** med **"The Grand Budapest Hotel"** (2014). Handlingen utspelar sig på 1930-talet, mellan de två världskrigen, i den fiktiva centraleuropeiska staten Zubrowka, och kretsar kring hotellet med samma namn. Filmen följer äventyren med conciergen Gustave. Pojken Zero Moustafa, som hjälper till på hotellet, blir Gustaves mest pålitliga vän och skyddsling. Berättelsen innehåller en stöld och ett återbringande av en ovärderlig renässansmålning och beskriver en familjefejd kring en enorm förmögenhet.

Efter sin debut filmar Anderson den bittersöta romantiska komedin, **"Rushmore"** (1998) med särpräglad humor. Den fångar kritiker och festivalvärlden, och ger nytt liv åt Bill Murrays

karriär. Handlingen kretsar kring en 15-årig elev (Jason Schwartzman) som förälskar sig i sin dubbelt så gamla lärare, men en förmögen stålverksägare (Bill Murray) är också förtjust i henne. Filmen är inspirerad av klassikern "The Graduate" och stilarna hos regissörerna Hal Ashby och Jean-Luc Godard. "Rushmore" visas i januari, tillsammans med "Den fantastiska räven" (originaltitel: Fantastic Mr. Fox), en stop-motion animerad fantastisk komedi från 2009 som Anderson regisserade baserad på Roald Dahls barnbok med samma namn. Handlingen kretsar kring en räv (med George Clooneys röst) som har lovat att leva ett lugnt familjeliv, men fortfarande planerar en sista bragd genom att stjäla höns från människors gårdar i området.

Alla filmer från det ordinarie programmet visas klockan 20:00. Biljetter till filmvisningarna kostar 15 kroatiska kuna.

Biljetter kan köpas i biografens biljettkassa en timme före föreställningen eller online på www.ulaznice.hr.

7.5. Paket SMILJE (Serum + Krema)

PAKET SMILJE

- Ayurvedska krema za lice, SMILJE, 50ml
- Organski Serum od Smilja, 30ml

PAKET SMILJE PREMIUM

- Ayurvedska krema za lice, SMILJE, 50ml
- Organski Serum od Smilja, 30ml
- Hijaluronski roller oko očiju Smilje & Bušin, 10 ml

Ova Mediteranska biljka, prekrasnih zlatno žutih cvjetova, **Broj 1 je u kozmetičkim proizvodima, osobito u kremama i serumima za lice jer pomlađuje**, odnosno usporava starenje kože. Smilje je biljka Besmrtnosti.

Ublažava bore, akne i upale kože, a mnogi moji klijenti koji koriste Serum i Kremu od smilja kažu kako su im AyuGarden preparati od Smilja u samo nekoliko dana potpuno harmonizirali kožu, bilo da je suha, mješovita ili masna. Uz korištenja AyuGarden seruma i kreme od smilja koža se vraća u potpunu ravnotežu. Također, mnogi svjedoče da su im nestale **mrlje sa lica i staračke pjege**.

Ovo zlatno žuto cvijeće veličanstven je dar prirode svima nama, a o njegovim ljekovitim svojstvima svjedoči se stoljećima.

Tako suptilno, diskretno i božanstveno krhko, a **u njemu se krije tolika snaga i ljepota!**

[AYURVEDSKA ORGANSKA KREMA ZA LICE, SMILJE, 50ml](#)

S PRIRODNOM UV ZAŠTITOM OD SUNCA

Posebno smo ponosni na našu AyuGarden kremu za lice od Smilja. Proces izrade kreme započinjemo na samom izvoru – u livadama divljeg Smilja na otoku Ižu. Svake godine beremo Smilje u divljini otoka Iža, u poljima Smilja uz more, ispod maslina. Sami, od netom ubranih, svježih pupova Smilja, pripremamo macerat. Svježe pupove i cvjetove otočkog Smilja potapamo u suncokretovo, maslinovo i bademovo ulje, te ovu zlatnu sinergiju ostavljamo da se kupa šest tjedana na otočkom suncu. I tako dobivamo božanstveno ulje Smilja za ovu kremu. U njega je utkana mirna energija otoka, divljine, svježine, ljepote i slobode.

Krema je pogodna za sve tipove kože, dubinski pomlađuje i hidrira svih sedam slojeva kože. Pogodna je i za područje oko očiju, te svakako – dekolte. Ublažava crvenilo i upale, balansira pH kože stoga je dobra i za suhu i za masnu, te mješovitu kožu. Izuzetno je učinkovito i provjereno djelotvorno u preveniranju i uklanjanju bora, te staračkih pjega.

Sastav: Hidrolat smilja i nerolija, macerat smilja u hladno tiještenom ulju suncokreta; hladno tiještena ulja: argana, pšeničnih klica, jojobe i pulpe pasjeg trna; te čileanske maline, CO2 ekstrakti: kamilice, nevena, maline i ružmarina; eterična ulja smilja i nerolija; emulgator hitecream, konzervans geogard.

[ORGANSKI SERUM ZA LICE, SMILJE, 30ml](#)

S UV ZAŠTITOM OD SUNCA

Serum za lice od Smilja pripravljam od zlatnožutih cvjetova koje beremo na čarobnom otoku Ižu. Preporučujem kremu koristiti ujutro, a Serum navečer nakon što ste temeljito očistili kožu.

Serum za lice od Smilja prirodan je, nježan, divnog mirisa, i ne ostavlja masan trag na koži. Nanosi se izravno na čistu kožu, i s ničim se ne razrjeđuje. Dovoljno je na kožu lica nanjeti 10-20 kapi, također i na dekolte, koža će Vam zabljesnuti odmah. Smilje usporava starenje kože. Serum od smilja ostvaruje san o pomlađivanju, i to gotovo trenutno!

Namjenjen je svim tipovima kože, i suhoj i masnoj i mješovitoj, balansira prirodni pH kože, hrani ju i vlaži, i daje joj na potpuno prirodan način baš sve što koži treba. I ljepotu, i zdravlje!

Može se koristiti i ujutro i uvečer, a svoj puni potencijal ostvaruje u kombinaciji s Organskom Kremom od Smilja, pogledajte [OVDJE](#).

Ručno beremo smilje, ručno radimo kremu i serum, a testiramo isključivo na sebi i prijateljima.

Posebnost kozmetike i pripravaka koje radimo jest da su izrađivani s puno ljubavi i pažnje uz mantrе i svete zvukove gonga, tibetanskih zdjela, šamanskih bubnjeva... U kozmetiku su utkane visoke vibracije i pozitivne afirmacije usmjerene na mir, opuštenost, ljubav, zdravlje, sreću, ljepotu, obilje.

AyuGarden organski preparati od Smilja blagotvorno djeluju na sve tipove kože, dubinski pomladjuju i hidriraju svih sedam slojeva kože. Pogodni su i za područje oko očiju, te svakako – dekolte. Ublazavaju crvenilo i upale, balansiraju pH kože stoga su dobar odabir i za suhu i za masnu, te mješovitu kožu. U kratkom vremenu ostvaruju vidljive rezultate kod preveniranja i uklanjanja bora, te staračkih pjega.

Oda Smilju...

Smilje je prepuno antioksidansa, i tradicionalno se koristi za mnoge upalne kožne procese. Grci i Rimljani koristili su Smilje za zacjeljivanje rana, najčešće u obliku toplog obloga. Ovo tekuće zlato iz prirode čudesno brzo zacjeljuje rane, bez ožiljaka, crvenila i infekcija.

Smilje cvjeta ljeti, i može narasti i preko 60cm visine.

Različiti nazivi: Helichrysum Italicum, Immortelle, Everlasting, Curry plant, Muredda, Elicriso, Helichrys, Helichrysum arenarium

Najčešće se koristi Helichrysum Italicum – to ime potječe iz Grčke; helios znači sunce a chrysos zlato.

Ljekovita svojstva Smilja:

- Djeluje smirujuće i opuštajuće, pomaže u ublažavanju depresije
- Rješava nesanicu, poboljšava raspoloženje i pomaže u fokusiranosti
- Ublažava kožne probleme, čini kožu glatkom, hidriranom i mekom. Pomaže ublažiti ožiljke, strije, hematome, popucale kapilare, psorijazu, kožne alergije, nedostatak pigmentacije na koži...
- Ublažava bore
- Tretira akne
- Rješava energetske blokade i začepjenja u tijelu, osobito glavi
- Inhalacija e.o. Smilja čisti sinuse i dišne puteve, te ublažava stres
- Pomaže kod glavobolje, migrene, astme, bronhitisa i IBSa
- Ublažava bolove kod sportskih ozljeda (djeluje trenutno, ukoliko na mjesto udarca i boli nanese jednu kap smilja i jednu kap eteričnog ulja paprene metvice)
- Ublažava alergije
- Smanjuje temperaturu
- Pomaže kod prehlade i kašlja
- Djeluje protuupalno, ublažava upale uzrokovane mikroorganizmima
- Ublažava artritis
- Čisti i regenerira jetru, čisti organizam od toksina
- Potiče cirkulaciju
- Regulira kolesterol

- Sigurno je za upotrebu, te ga u kombinaciji s baznim uljem možete stavljati direktno na ranu, opekline...
- Štiti i regenerira nervni sustav; upotrebljavajući eterično ulje smilja prevenirate moguće bolesti nervnog sustava koje dolaze s godinama...

7.6. Översättning

Paket HEDBLOMSTER (serum + kräm)

PAKET HEDBLOMSTER

- Ayurvedisk ansiktskräm, HEDBLOMSTER, 50 ml
- Ekologiskt serum med extrakt av hedblomster, 30 ml

PAKET HEDBLOMSTER PREMIUM

- Ayurvedisk ansiktskräm, HEDBLOMSTER, 50 ml
- Ekologiskt serum med extrakt av hedblomster, 30 ml
- Eye roller med hyaluronsyre Hedblomster & Klippros, 10 ml

Denna medelhavsört med vackra gyllene blommor är en viktig ingrediens i kosmetiska produkter, särskilt i ansiktskrämer och ansiktsserum. Den föryngrar huden och bromsar hudens åldrande. Hedblomster är odödlighetens växt.

Den slätar ut rynkor samt motverkar akne och hudinflammationer. Många av mina kunder som använder serumet och krämen med hedblomster säger att AyuGardens produkter på bara några dagar har förbättrat deras hud, oavsett om den är torr, blandad eller fet. AyuGardens serum och kräm med hedblomster hjälper huden att återfå sin ursprungliga balans. Många vittnar också om att deras pigmentfläckar och åldersfläckar har försvunnit.

Denna gyllene blomma är en magnifik gåva från naturen till oss alla. Dess läkande egenskaper har varit kända i århundraden.

Så subtil, diskret och ömtålig, och ändå innehåller den sådan kraft och skönhet!

[AYURVEDISK EKOLOGISK ANSIKTSKRÄM, HEDBLOMSTER, 50 ml](#)

MED NATURLIGT SOLSKYDD

Vi är särskilt stolta över vår AyuGarden ansiktskräm med hedblomster. Tillverkningsprocessen börjar vid källan – på ängarna med vilt växande hedblomster på ön Iž. Vi plockar hedblomster varje år på de vilda delarna av ön Iž, på hedblomsterfälten vid havet, under olivträden. Vi tillreder själva en maceration från nyligen plockade, färska hedblomsterknoppar. Vi blötlägger färska knoppar och blommor i solros-, oliv- och mandelolja och låter denna gyllene synergiblandning ligga i sex veckor under öns sol. Då får vi den gudomliga oljan till vår kräm. Den genomsyras av öns lugna energi, vildhet, friskhet, skönhet och frihet.

Krämen är lämplig för alla hudtyper. Den föryngrar och återfuktar hudens alla sju lager på djupet. Den är också lämplig för området runt ögonen och särskilt dekolletaget. Den mildrar rodnad och inflammation, balanserar hudens pH-värde och är därför bra för både torr och fet hud samt blandhud. Den är mycket effektiv och det är bevisat att den förebygger och slätar ut rynkor och motverkar åldersfläckar.

Ingredienser: Hydrolat av hedblomster och pommeransblomma, extrakt maceration av hedblomster i kallpressad solrosolja; kallpressade oljor: argan, vetegroddar, jojoba och havtorn; samt chilenska hallon, CO2-extrakt av kamomill, ringblomma, hallon och rosmarin; eteriska oljor av hedblomster och pommeransblomma; emulgeringsmedel hitecream, konserveringsmedel geogard.

[EKOLOGISKT ANSIKTSSERUM, HEDBLOMSTER, 30ml](#)

MED SOLSKYDD

Vårt ansiktsserum med hedblomster framställs av de gyllene blommorna som vi skördar på den magiska ön Iž. Jag rekommenderar att använda krämen på morgonen och serumet på kvällen efter att du noggrant har rengjort huden.

Ansiktsserum med hedblomster är naturligt, mjukt och har en underbar doft samt lämnar ingen fet hinna på huden. Applicera den direkt på ren hud och späd inte ut den med något annat. Det räcker med att applicera 10-20 droppar på ansiktet och även på dekolletaget – din

hud kommer att stråla omedelbart. Hedblomster bromsar hudens åldrande. Serumet med hedblomster uppfyller drömmen om föryngring, nästan omedelbart!

Produkten är avsedd för alla hudtyper, både torr och fet samt blandad hud. Den balanserar hudens naturliga pH-värde, ger näring och fukt, och ger huden allt den behöver på ett helt naturligt sätt. Den ger både skönhet och hälsa!

Du kan använda produkten både på morgonen och på kvällen. Den visar sin fulla potential i kombination med Organisk Kräm med Hedblomster, se [HÄR](#).

Vi skördar hedblomster och tillverkar krämer och serum för hand, och testar endast på oss själva och vänner.

Det speciella med vår kosmetika och våra preparat är att vi tillverkar dem med mycket kärlek och omsorg, med hjälp av mantran och heliga ljud från gonger, tibetanska skålar och shamantrummor. Kosmetikan är rik på vibrationer och positiva affirmationer som syftar till fred, avslappning, kärlek, hälsa, lycka, skönhet och överflöd.

AyuGardens organiska produkter med hedblomster har fördelaktiga effekter på alla hudtyper, föryngrar på djupet och återfuktar alla sju hudlagren. De är lämpliga även för området runt ögonen och självklart – dekolletage. De mildrar rodnad och inflammation, balanserar hudens pH-värde och är därför ett bra val för både torr, och fet samt blandad hud. Inom kort tid ger de synliga resultat när det gäller att förebygga och släta ut rynkor samt motverka åldersfläckar.

En hyllning till hedblomster

Hedblomster är fulla av antioxidanter och används traditionellt för många inflammatoriska hudprocesser. Grekerna och romarna använde hedblomster för att läka sår, oftast i form av varma kompresser. Detta naturens flytande guld läker sår mirakulöst snabbt, utan ärr, rodnad och infektioner.

Hedblomster blommar på sommaren och kan växa till en höjd på över 60 cm.

Olika namn: Helichrysum Italicum, Immortelle, Everlasting, Curry plant, Muredda, Elicriso, Helichrys, Helichrysum arenarium

Helichrysum Italicum används oftast – detta namn kommer från Grekland; helios betyder sol och chrysos betyder guld.

Läkande egenskaper hos hedblomster:

- De har lugnande verkan och hjälper till att lindra depression.
- Hjälper mot sömnlöshet, förbättrar humöret och hjälper till med fokus.
- Mildrar hudproblem, mjukgör och återfuktar huden. Hjälper till att minska ärr, bristningar, blåmärken, spruckna kapillärer, psoriasis, hudallergier, brist på pigmentering på huden ...
- Minskar rynkor.
- Behandlar akne.
- Löser upp energiblockeringar och blockeringar i kroppen, särskilt i huvudet.
- Inhalation av eteriska oljor med hedblomster rensar bihålorna och luftvägarna samt lindrar stress.
- Hjälper vid huvudvärk, migrän, astma, bronkit och IBS.
- Lindrar smärta vid idrottsskador (verkar omedelbart om du applicerar en droppe hedblomster och en droppe pepparmyntsolja på smärtstället).
- Lindrar allergier.
- Minskar feber.
- Hjälper vid förkylning och hosta.

- Verkar antiinflammatoriskt, lindrar inflammation orsakad av mikroorganismer.
- Lindrar artrit.
- Rensar och föryngrar levern, renar kroppen från gifter.
- Främjar cirkulationen.
- Reglerar kolesterolvärden.
- Säker att använda, och i kombination med basoljan kan du applicera den direkt på sår, brännskador ...
- Skyddar och föryngrar nervsystemet; genom att använda hedblomsterolja förebygger du möjliga sjukdomar i nervsystemet som kommer med åldern.

7.7. Knjižica receptata





SADRŽAJ

AROMATIČAN STEAK S POVRĆEM

TUNA NA RIKULI

PILEĆA KRILCA S ROŠTILJA

ODRESCI NA KUS-KUSU

POVRTNA JUHA

POVRĆE IZ TAVE

PILETINA S PIRJANIM ŠAMPINJONIMA

TOPLA SALATA S PORILUKOM

KREM JUHA OD KELJA S KOBASICAMA

BROKULA S PIKANTNIM PRELJEVOM

LUNGIĆ U PANCETI

MESNA ŠTRUCA

PILEĆA JUHA S BROKULOM

RIŽOTO S TIKVICAMA

IZVOR NAJFINIJEG OKUSA

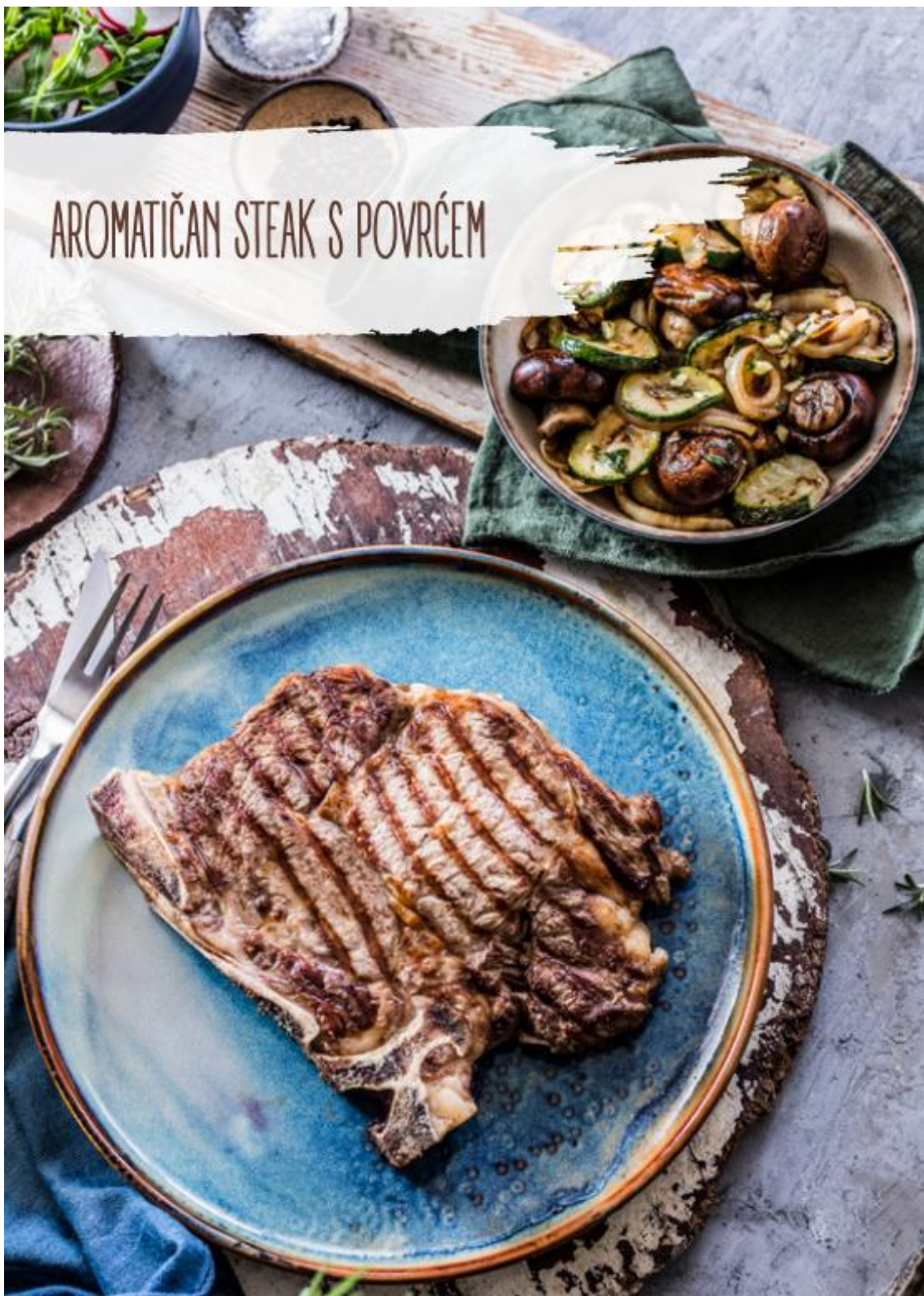
Ponekad samo kap inspiracije može značiti razliku između prosječnog kuhara i vrhunskog stručnjaka. Zato je tu Vegeta Natur, tekući dodatak jelima koji će naglasiti ono najbolje u okusu vaših omiljenih jela, a neke buduće kulinarske avanture učiniti sigurnim uspjehom.

Esencija mirisnog ljupčaca uz dodatak čiste morske soli, a bez bojila i pojačivača okusa savršeno će se sljubiti sa sastojcima i priuštiti vam ukusan zalogaj. Već tri do pet kapi učinit će vaše marinade, juhe, umake te jela od mesa, povrća ili ribe prirodno neodoljivima.

Vegeta Natur tekući dodatak dolazi direktno iz kuharice majke prirode, a svi dobro znamo da se za njezinim stolom najbolje jede.

Vegeta Natur.
Po receptu majke prirode.





AROMATIČAN STEAK S POVRČEM

40 min

2 osobe

jednostavno

2 odreska ramstecka, debljine 2 cm
Sol
Vegeta Maestro crni papar
2 žlice ulja
Vegeta Natur tekući dodatak
1 luk
1 tikvica
150 g gljiva
3 žlice maslinova ulja
1 žličica narezanog peršina
1 protisnuti češanj češnjaka

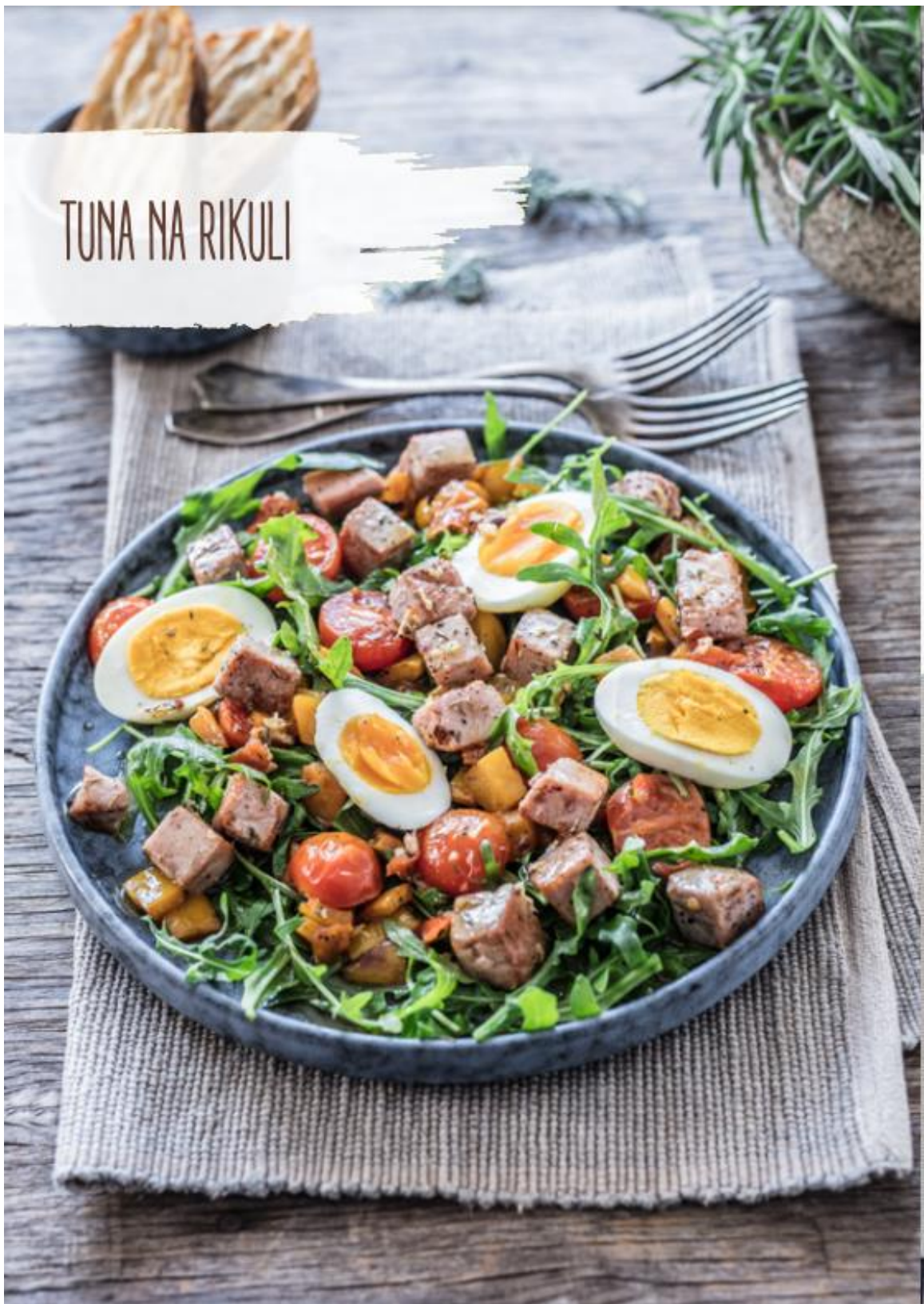
Ramstek očistite od žilica i uklonite mu kost. Lagano posolite, pospite svježe mljevenim crnim paprom i ostavite neka odstoji 10 minuta. Meso ispecite na dobro zagrijanoj nauljenoj grill tavi tako da iznutra ostane ružičasto. Izvadite ga, nakapajte Vegetom Natur tekućim dodatkom i ostavite na toplom.

U tavi popecite tikvice narezane na ploške, luk narezan na kolutove i gljive, s obje strane. Povrće stavite u posudu te prelijte mješavinom maslinova ulja, peršina i češnjaka.

Tople odreske poslužite nakapane Vegetom Natur tekućim dodatkom koji će jelu dati dodatnu notu i prilog od povrća koji također nakapajte Vegetom Natur tekućim dodatkom.

Savjet: Meso nakon pečenja poklopite i ostavite neka stoji 5 - 10 minuta, što će mu dati veću sočnost.

TUNA NA RIKULI



25 min **2 osobe** **jednostavno**

300 g fileta tune
 2 žlice maslinova ulja
 Sol
 Vegeta Maestro crni papar
 ½ žličice naribanog đumbira
 1 češanj češnjaka
 Prstohvat Vegete Maestro majčine dušice
1 – 2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka
 Prstohvat čilija

Salata:
 1 žuta paprika
 100 g cherry rajčica
 2 žlice maslinova ulja
 40 g mlade rikule
 2 kuhana jaja

Na dvije žlice dobro zagrijanog ulja stavite tunu narezanu na kocke. Popecite sa svih strana (povremeno promiješajte) da bude zapečena, a u sredini ostane ružičasta.

Tunu izvadite, lagano posolite, pospite svježe mljevenim crnim paprom i prelijte uljem od pečenja. Dodajte đumbir, protisnuti češnjak, majčinu dušicu, Vegetu Natur tekući dodatak i nasjecani čili. Ostavite sa strane, a u istoj tavi pripremite povrće.

Na 2 žlice maslinova ulja stavite papriku narezanu na kocke. Kratko popecite, pa dodajte rajčice prerezane na polovice.

Na tanjur za posluživanje stavite rikulu, popečeno povrće, preko njega tunu zajedno s uljem i začinima. Salati dodajte jaja narezana na ploške i sve još nakapajte Vegetom Natur tekućim dodatkom. Poslužite odmah kao samostalno jelo, uz popečene ploške kruha.

Savjet: Tunu pecite kratko na jačoj vatri kako bi ostala sočna.



PILEĆA KRILCA S ROŠTILJA

55 min

4 osobe

jednostavno

800 g pilećih krilca (bez vrhova, mali batci)
Sol
Vegeta Maestro crni papar
Prstohvat Vegete Maestro ružmarina
1 žlica meda (ili javorova sirupa)
1 žličica Vegete Maestro slatke crvene paprike
3 žlice ulja
2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka

Piletinu lagano posolite i stavite u posudu. Dodajte svježe mljeveni crni papar, ružmarin, med, slatku papriku i ulje. Sve dobro promiješajte i ostavite u marinadi najmanje 30 minuta.

Meso ispecite na roštilju sa svih strana. Kad je gotovo, stavite ga u posudu i nakapajte Vegetom Natur tekućim dodatkom. Pustite neka kratko odstoji i poslužite s pečenim krumpirima i salatom.

Savjet: Piletinu možete ispeći i na rešetki u pećnici zagrijanoj na 200 °C. Ispod rešetke stavite posudu u koju će se cijediti sokovi i umak od pečenja.

ODRESKI NA KUS-KUSU



20
min

2
osobe

jednostavno

2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka

2 žlice maslinova ulja

50 ml prošeka (ili crnog vina)

Prstohvat Vegete Maestro majčine dušice

Vegeta Maestro crni papar

2 odreska svinjetine

Sol

Kuskus:

125 g Kus-kusa Zlato polje

Sol

2 žlice maslinova ulja

U posudu stavite kus-kus, prelijte ga s 250 ml posoljene kipuće vode. Ostavite neka stoji 5 minuta. Dodajte maslinovo ulje, pa kus-kus vilicom lagano razrahlite.

Za umak, Vegetu Natur tekući dodatak izmiješajte s maslinovim uljem, desertnim vinom, majčinom dušicom i grubo mljevenim crnim paprom.

Odreske lagano posolite pa kratko prepecite u teflonskoj tavi i izvadite.

Na tanjur za posluživanje stavite kuhani kus-kus, na njega narezani odrezak, prelijte pripremljenim umakom i poslužite.

Savjet: Meso nemojte tući da dobijete odrezak već ga tanko odrežite. Tako će biti sočnije nakon pečenja.



POVRTNA JUHA



25 min **4 osobe** **jednostavno**

1 žlica maslinova ulja
2 mrkve (150 g)
50 g korijena celera
1 luk (60 g)
2 krumpira (200 g)
1 stapka celera (60 g)
Sol
Vegeta Maestro mljeveni crni papar
1 – 2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka

Na zagrijano ulje stavite na ploške narezanu mrkvu te na kockice narezan korijen celera i luk.

Kratko popecite pa ulijte oko 1,2 l vode. Zagrijte pa kad zakipi, dodajte na kockice narezani krumpir i narezanu stapku celera.

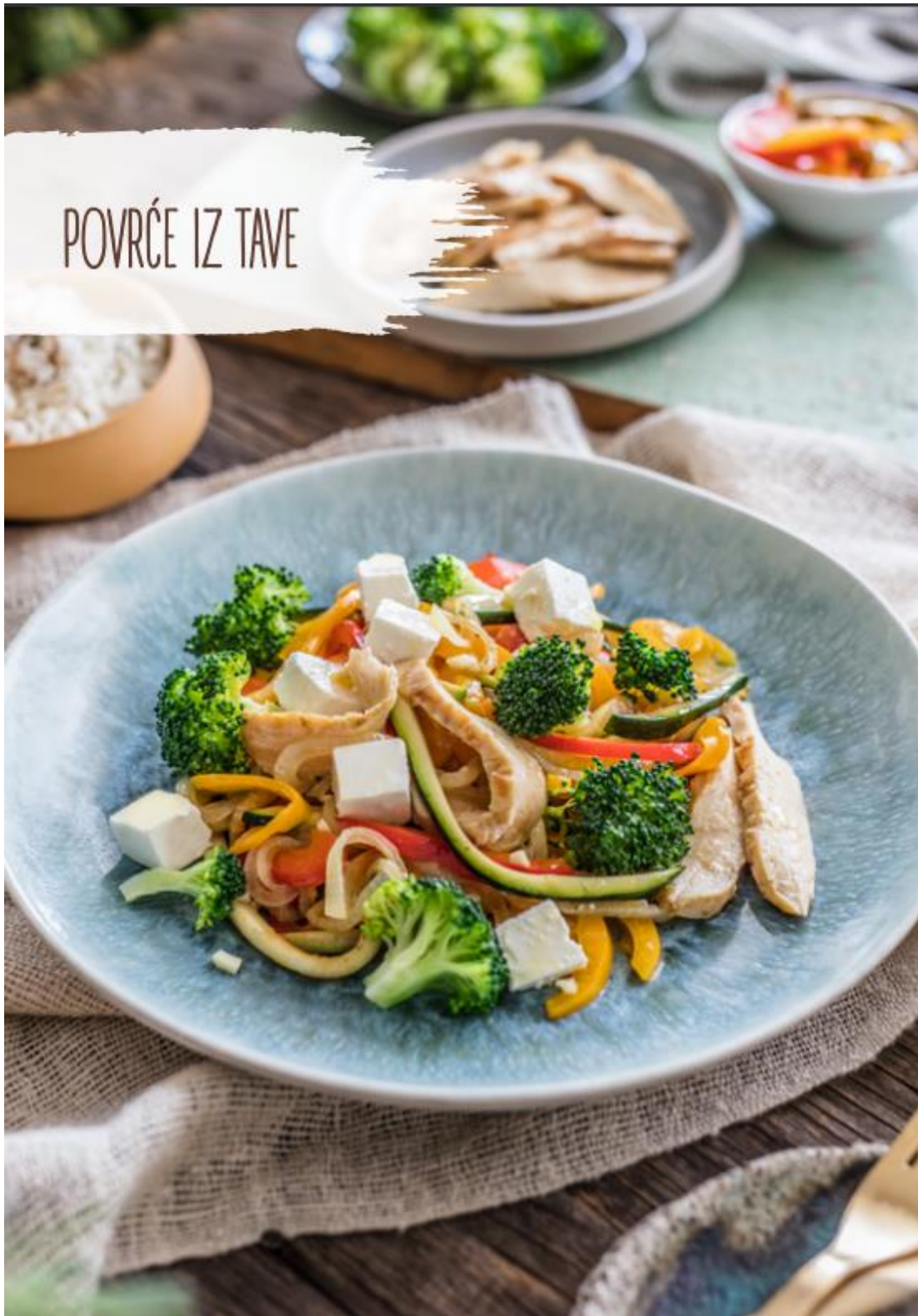
Kuhajte na laganoj vatri oko 15 minuta te posolite i popaprite.

Kad je juha gotova, dodajte Vegetu Natur tekući dodatak da zaokružite okus jela.

Savjet:
Možete dodati i drugo povrće, npr. nekoliko cvjetiša brokule.

VEGETA NATUR
tekući dodatak jela

POVRĆE IZ TAVE



20 min

2 osobe

jednostavno

1 svježa crvena paprika
 1 svježa žuta paprika
 200 g tikvica
 100 g brokule
 1 glavica luka
 3 žlice maslinova ulja
 1 češanj češnjaka
 Sol
 Vegeta Maestro šareni papar
 100 g sira (feta ili skuta)
 1 - 2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka

Paprike i tikvice narežite na tanje trakice, a cvjetice brokule kratko prokuhajte u kipućoj slanoj vodi i ocijedite.

Na zagrijano ulje u tavi stavite luk narezan na ploške. Kratko popecite te dodajte paprike i tikvice narezane na rezance. Popecite uz miješanje da povrće ostane al dente. Dodajte brokulu, nasjeckani češnjak, posolite i sve lagano promiješajte.

Prije posluživanja pospite narezanim sirom i nakapajte Vegetom Natur tekućim dodatkom.

Poslužite s kuhanom rižom ili tjesteninom.

Savjet: Ako želite mesno jelo, najprije popecite meso narezano na trakice i izvadite sa strane te na kraju pripreme umiješajte u jelo.

PILETINA S PIRJANIM ŠAMPINJONIMA



15 min **2 osobe** **jednostavno**

400 g pilećeg filea
3 žlice maslinova ulja
400 g šampinjona
Vegeta Maestro crni papar
1 češanj češnjaka
Prstohvat Vegete Maestro majčine dušice
30 ml desertnog vina (prošek)
Sol
1 – 2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka

Piletinu narežite na kockice i stavite na zagrijano ulje u tavi. Popecite je na jačoj vatri uz miješanje, da dobije zlatnorumenu boju. Dodajte narezane gljive i sve zajedno popecite još 5 minuta.

Sastojke pospite grubo mljevenim crnim paprom, dodajte protisnuti češnjak, majčinu dušicu, desertno vino i lagano posolite.

Kad je jelo gotovo, nakapajte ga Vegetom Natur tekućim dodatkom.

Savjet: jelo poslužite s prilogom po želji ili samo sa salatom.

TOPLA SALATA S PORILUKOM



25 min **2 osobe** **jednostavno**

150 g tjestenine Pužići s jajima Zlato polje
Sol
250 g poriluka
80 g luka
1 češanj češnjaka
4 žlice maslinova ulja
Vegeta Maestro crni papar
1 žlica nasjeckanog peršina
1 žlica poprženog sezama
1 - 2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka

Tjesteninu skuhajte u posoljenoj vodi, ocijedite i ohladite. Očišćeni poriluk prerežite na kolutiće, a luk narežite na ploške.

Na zagrijano ulje u tavi stavite poriluk, luk i češnjak pa popecite uz povremeno miješanje. Pospite svježe mljevenim paprom i lagano posolite.

U tavu dodajte tjesteninu, peršin i zajedno popecite.

Jelo pospite sezamom i nakapajte Vegetom Natur tekućim dodatkom da dobijete pun okus.

Savjet: Pri kraju pripreme jelo možete obogatiti narezanim pršutom ili sušenim lososom.

KREM JUHA OD KELJA S KOBASICAMA



35
min

4
osobe

jednostavno

250 g krumpira
60 g luka
Sol
200 g lista kelja
Vegeta Maestro crni papar
Vegeta Maestro muškatni oraščič
100 ml vrhnja za kuhanje
1 - 2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka
1 - 2 kobasice (Kranjska Podravka)
1 žlica ulja

U posudu stavite oguljen i narezan krumpir. Preljite ga vodom, dodajte narezani luk i kad zakipi, kuhajte 10 minuta. Lagano posolite i dodajte narezani kelj. Zajedno kuhajte još 10 minuta, dodajte mljeveni crni papar i svježe mljeveni muškatni oraščič.

Kad povrće omekša, usitnite sve štapnim mikserom. Vratite na vatru, dodajte vode da dobijete željenu gustoću i vrhnje. Kad juha zakipi, dodajte Vegetu Natur tekući dodatak.

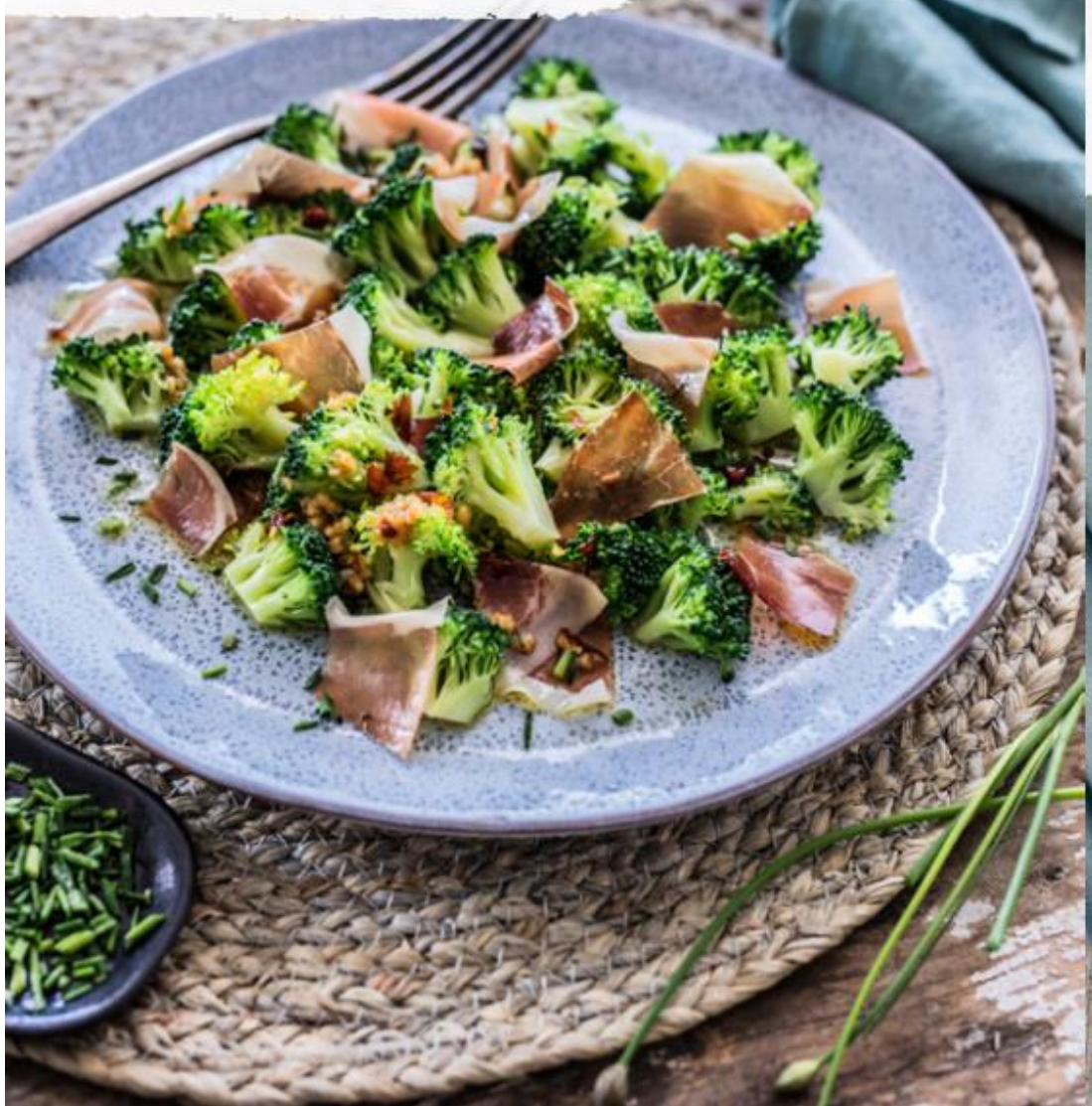
Kobasice narežite na kockice i popecite na zagrijanom ulju u tavi.

Poslužite topu krem juhu posutu popečenim kobasicama.

Savjet: Koristite zelenije listove kelja zbog ljepše boje i boljih nutritivnih vrijednosti.



BROKULA S PIKANTNIM PRELJEVOM



15 min **2 osobe** **jednostavno**

300 g cvjetića brokule
Sol
2 – 3 ploške pršuta
4 žlice maslinova ulja
½ čili papričice
1 češanj češnjaka
2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka
1 žlica narezanog vlasca

Cvjetiče brokule stavite kuhati u posoljenu kipuću vodu. Kad su kuhani al dente, ocijedite ih i ohladite pod mlazom hladne vode.

Brokulu stavite u posudu za posluživanje i po njoj rasporedite narezani pršut.

Pripremite preljev od maslinova ulja, narezane papričice, protisnutog češnjaka i Vegete Natur tekućeg dodatka. Prelijte preko brokule, posipajte narezanim vlascom i poslužite.

Savjet: Stabljiku brokule dobro očistite od zadebljanih dijelova, narežite na ploške i stavite kuhati prije cvjetića jer joj je potrebno više vremena da omekša.

VEGETA NATUR
170 ml tekući dodatni jela

LUNGIĆ U PANCETI



40 min

2 osobe

srednje složeno

1 svinjski file (oko 400 g)
Sol
4 – 6 tankih ploški Pancete Podravka
2 žlice maslinova ulja
2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka
1 – 2 žlice viskija

Lungić očistite od suvišne masnoće i žilica i posolite.

Na podlogu stavite ploške pancete u nizu te na njih položite lungić. Zarolajte u savitak i pričvrstite ga pomoću kuhinjskog konca. Položite ga u posudu za pečenje prekrivenu papirom i pecite oko 10 minuta u pećnici zagrijanoj na 200 °C.

Smanjite temperaturu na 170 °C i pecite još 15 minuta.

Kad je pečen, ostavite ga neka stoji pet minuta, a zatim narežite na četiri komada (ukoso).

U sok od pečenja dodajte maslinovo ulje, Vegetu Natur tekući dodatak i viski. Prilikom posluživanja meso prelijte umakom.

Poslužite uz pire od krumpira s maslacem i posut sjeckanim vlascem.

Savjet:
Umjesto viskija možete koristiti konjak, brandy ili aromatičnu rakiju.

MESNA ŠTRUCA



60
min

4-6
osoba

jednostavno

800 g miješanog mljevenog mesa
Vegeta Maestro mljeveni crni papar
2 jaja
2 žlice krušnih mrvica
1 žlica nasjeckanog peršina
Prstohvat Vegete Maestro majčine dušice
Sol
1 žlica Vegete Natur tekućeg dodatka
2 žlice ulja

Mljevenom mesu dodajte papar, jaja, krušne mrvice, peršin, majčinu dušicu, posolite te dodajte Vegetu Natur tekući dodatak. Sve dobro promiješajte i nauljenim rukama oblikujte štrucu. Stavite je na papir za pečenje i zavrnite krajeve (kao bombon). Stavite u posudu za pečenje i pecite oko 15 minuta u pećnici zagrijanoj na 200 °C, pa onda još 30 minuta na 180 °C.

Štrucu izvadite iz papira, premažite uljem i pecite još 10 minuta da dobije lijepu boju.

Pečenu mesnu štrucu malo ohladite pa je narežite na odreske. Poslužite s prilogom po želji, s krumpirićima ili pirjanim ili pečenim povrćem.

Odreske prije posluživanja možete još malo nakapati Vegetom Natur tekućim dodatkom, bit će vrlo ukusni.

Savjet:

Mesnu štrucu možete poslužiti i kao hladnu.



PILEĆA JUHA S BROKULOM



30 min **4 osobe** **jednostavno**

300 g brokule
1 žlica maslinova ulja
200 g pilećeg filea
Sol
Vegeta Maestro mljeveni crni papar
100 g Zamrznutog graška Podravka
1 - 2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka
1 žlica sezamovih sjemenki
1 žlica nasjeckanog peršina

Brokuli odvojite cvjetiče, a stabljiku očistite od zadebljanih dijelova i narežite na ploške.

Na zagrijano ulje stavite piletinu narezanu na kockice. Kratko popecite, ulijte oko 1 l vode, posolite i popaprite. Kad zakipi, dodajte grašak i ploške stabljike brokule. Kuhajte na laganoj vatri oko 15 minuta. Dodajte zatim cvjetiče brokule i kratko prokuhajte.

Kad je juha gotova, dodajte Vegetu Natur tekući dodatak da zaokružite okus jela.

Sjemenke sezama popecite i usitnite.

Toplu juhu prije posluživanja pospite popečenim sezamom i nasjeckanim peršinom.

Savjet: Umjesto peršina, juhu možete posipati svježim koprom.

RIŽOTO S TIKVICAMA



35 min **2 osobe** srednje složeno

500 g tikvica
2 žlice maslinova ulja
50 g luka
1 češanj češnjaka
160 g Arborio riže Zlato Polje
50 ml bijelog vina
Sol
Vegeta Maestro crni papar
50 ml vrhnja za kuhanje
1 - 2 žličice Vegete Natur tekućeg dodatka
100 g skute
1 žlica popečenih listića badema

Tikvice operite i naribajte.

U široj tavi na zagrijanom maslinovu ulju popecite sitno narezani luk. Dodajte protisnuti češnjak i rižu. Kratko popecite uz miješanje, dodajte tikvice, ulijte vino, a zatim i malo vode. Posolite i pospite mljevenim paprom.

Pirajte na laganoj vatri povremeno podlijevajući vodom (oko 400 ml) i miješajući.

Kad je riža gotovo kuhana, umiješajte vrhnje da dobijete kremastu strukturu. Dodajte Vegetu Natur tekući dodatak da zaokružite okus jela.

Skutu narežite na kockice, a listiće badema popecite i pospite po rižotu prije posluživanja.

Savjet: umjesto vrhnja za kuhanje možete dodati 1 žlicu sira mascarponea.

slobodnokuhaj



IZVOR NAJFINIJEG OKUSA!

- TEKUĆI DODATAK JELIMA
- BEZ POJAČIVAČA OKUSA I BOJILA
- ČISTA MORSKA SOL
- ESENCIJA LJUPČACA

NOVO!

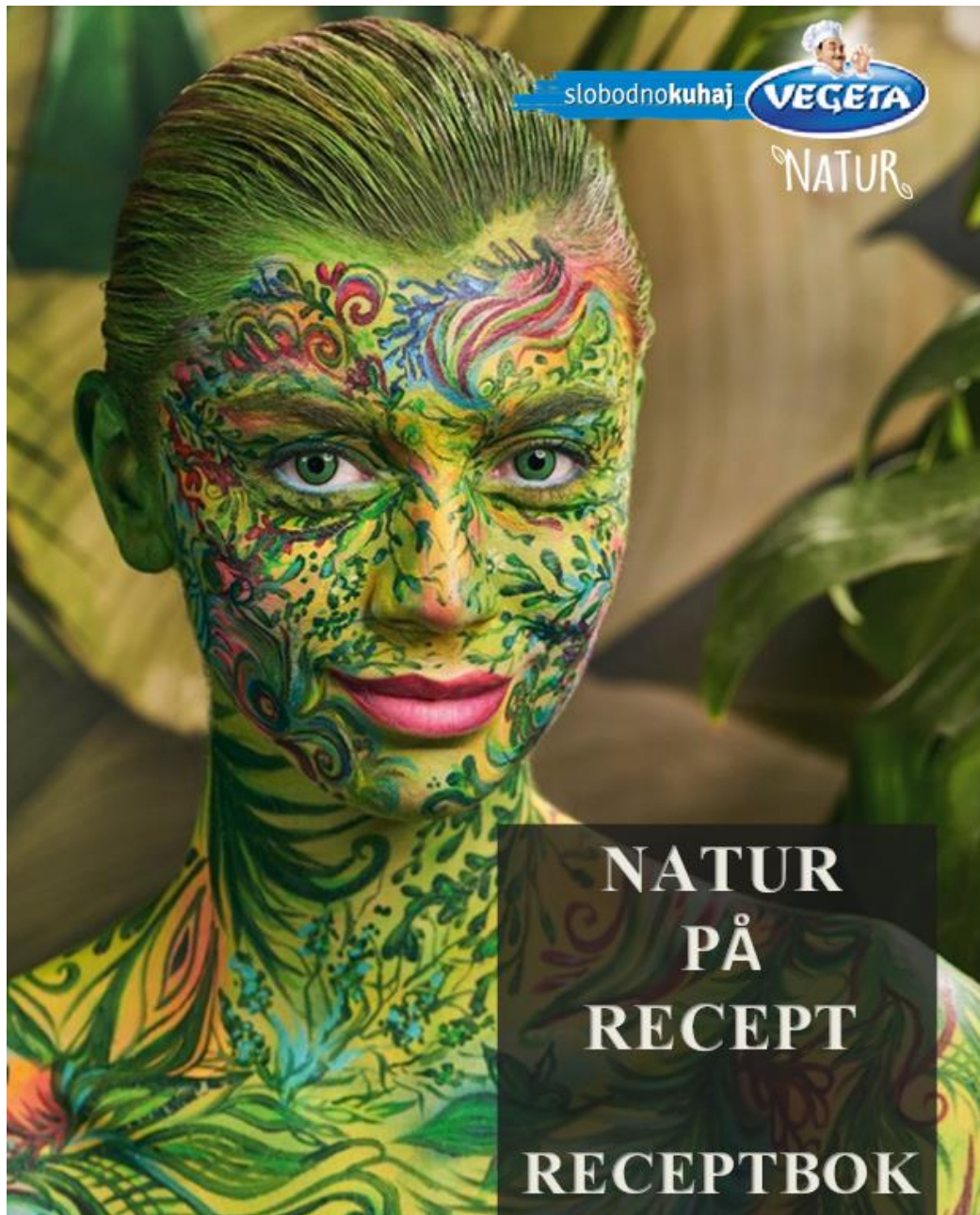


PO RECEPTU MAJKE PRIRODE

Samo nekoliko kapi Vegeta Natur tekućeg dodatka bit će izvor beskrajnog užitka u jelima koja spravljate. Učinit će vaše marinade, juhe, umake te jela od mesa, povrća ili ribe prirodno neodoljivima.

Više recepata i ideja potražite na
www.vegeta.hr i www.coolinarika.com

7.8. Översättning





INNEHÅLL

AROMATISK BIFF MED GRÖNSAKER

TONFISK MED RUCCOLA

GRILLADE KYCKLINGVINGAR

KOTLETTER MED COUSCOUS

GRÖNSAKSSOPA

WOKADE GRÖNSAKER

KYCKLING MED CHAMPIGNONER

VARM SALLAD MED PURJOLÖK

KRÄMIG GRÖNKÅLSSOPPA MED KORV

BROCCOLI MED PIKANT SÅS

BACONLINDAD FLÄSKFILÉ

KÖTTFÄRSLIMPA

KYCKLINGSOPPA MED BROCCOLI

RISOTTO MED ZUCCHINI

UPPLEV DEN UNIKA SMAKEN

Ibland kan en enda droppe av inspiration göra skillnaden mellan en genomsnittlig kock och en expert. Därför finns Vegeta Natur, en flytande krydda som kommer att framhäva de bästa smakerna i dina favoriträtter och göra framtida kulinariska äventyr till solklara succéer.

Essensen av doftande libbsticka med havssalt, utan färgämnen eller smakförstärkare, kommer att tillföra rätten en perfekt balans och ge dig en dig en utsökt munsbit. Tre till fem droppar räcker för att ge dina marinader, soppor, såser och rätter med kött, grönsaker eller fisk en naturlig och oemotståndlig smak.

Vegeta Natur, den flytande kryddan, kommer direkt från Moder Naturs kokbok, och vi vet redan att det bästa köket är hennes.

Vegeta Natur.
Enligt Moder Naturs recept.



AROMATISK BIFF MED GRÖNSAKER



40 min **2 pers** **lättlagat**

2 biffar, 2 cm tjock, salt
Vegeta Maestro
svartpeppar, 2 msk olja
Vegeta Natur flytande krydda

1 lök
1 zucchini
150 g svamp
3 msk olivolja
1 tsk hackad persilja
1 pressad vitlöksklyfta

Rengör biffen från senor och avlägsna benet. Salta lite, strö över färskt malen svartpeppar och låt biffen vila i 10 minuter. Stek biffen i en upphettad och oljad grillpanna tills köttet är rosa.

Ta upp biffen, droppa Vegeta Natur flytande krydda över det och låt stå på ett varmt ställe. Stek zuchiniskivor, skivad lök och skivade champinjoner i en stekpanna på båda sidor. Lägg grönsakerna i en skål och häll över en blandning av olivolja, persilja och vitlök. Servera de varma biffarna med droppar av Vegeta Natur flytande krydda för att ge rätten en extra smak och servera med grönsakerna, som även de ska smaksättas med några droppar Vegeta Natur.

Tipps: Efter att köttet har stekts, täck över det och låt det vila i 5–10 minuter. Det gör biffen saftigare.

TONFISK MED RUCCOLA





25 min
2 pers
lättlagat

300 gram tonfiskfilé
2 msk olivolja, salt
Vegeta Maestro svartpeppar
1/2 tsk riven ingefära
1 vitlöksklyfta
En nypa Vegeta Maestro-timjan
1–2 tsk Vegeta Natur flytande krydda
En nypa chilipeppar

Sallad:
1 gul paprika
100 gram
körsbärstomater
2 msk olivolja
40 gram färsk ruccola
2 kokta ägg

Värm två matskedar olja. Tillsätt tonfisken skuren i kuber. Stek den på alla sidor (rör om ibland) så att den blir grillad och fortfarande rosa i mitten. Ta bort stekpannan från plattan, strö över lite salt och färskt malen svartpeppar och ringla över stekoljan. Tillsätt ingefära, pressad vitlök, timjan, Vegeta Natur flytande krydda och hackad chili. Ställ åt sidan och förbered grönsakerna i samma stekpanna. Värm två matskedar olivolja. Tillsätt paprikan skuren i kuber. Stek kort och tillsätt sedan tomater skurna på mitten. Lägg ruccola, de stekta grönsakerna och tonfisken med olja och kryddor på en serveringstallrik. Tillsätt skivade ägg i salladen och strö över Vegeta Nature flytande krydda över allt. Servera omedelbart som huvudrätt med rostade brödskivor.

Tips: Stek tonfisken snabbt på hög värme. Det gör den saftigare.



GRILLADE KYCKLINGVINGAR



800g kycklingvingar
Salt
Vegeta Maestro – svartpeppar
En nypa Vegeta Maestro – rosmarin
1 msk honung (eller lönnsirap)
1 tsk Vegeta Maestro – paprika
3 msk olja
2 tsk Vegeta Natur flyddande krydda

55
min

4
pers

lättlagat

Salta kycklingen och placera den i formen. Tillsätt nymalen svartpeppar, rosmarin, honung, paprika och olja. Blanda väl och låt marinera i minst 30 minuter.

Grilla köttet på alla sidor. När det är klart, placera det i formen och ringla över Vegeta Natur flyttande krydda. Låt vila en stund och servera med rostad potatis och sallad.

Tips: Du kan grilla kycklingen direkt på gallret i ugnen uppvärmd till 200°C. Placera en form under gallret för att samla saft och sås.



KOTLETTER MED COUSCOUS



20 min **2 pers** **lättlagat**

2 msk Vegeta Natur flytande krydda
2 msk olivolja
50 ml prosecco (eller rött vin)
En nypa Vegeta Maestro timjan
Vegeta Maestro svartpeppar
2 fläskfiléskivor
Salt

Couscous:
125 g couscous Zlato polje
Salt
2 msk olivolja

Lägg couscous i ett skäl och häll över 250 ml saltat kokande vatten. Låt den stå i 5 minuter. Tillsätt olivolja och puffa upp couscousen med en gaffel.

För att förbereda såsen, blanda Vegeta Natur flytande krydda med olivolja, dessertvin, timjan och grovmalen svartpeppar. Salta köttskivorna lite och stek dem snabbt i en teflonpanna. Ta bort teflonpannan från plattan. Placera den kokta couscousen på serveringstallrikar och sedan köttskivorna ovanpå. Häll över den förberedda såsen och servera.

Tips: Banka inte ut köttet innan tillagning, skär istället tunna skivor. Det kommer att bli saftigare efter tillagningen.

VEGETA NATUR
170 ml
Vegeta Natur flytande krydda

GRÖNSAKSSOPPA





1 msk olivolja
2 morötter (150 g)
50 g sellerirot
1 lök (60 g)
2 potatisar (200 g)
1 stjälk selleri (60 g)
Salt

Vegeta Maestro svartpeppar

1-2 teskedar Vegeta Natur flytande krydda

Hetta upp oljan. Lägg skivad morot och tärnad sellerirot och lök.

Fräs kort och tillsätt cirka 1,2 liter vatten. När det kokar, tillsätt tärnad potatis och den skivade selleristjälken.

Låt sjuda på låg värme i cirka 15 minuter, krydda med salt och peppar.

När soppan är klar, tillsätt Vegeta Natur flytande krydda för att förhöja smaken på rätten.

Tips:
Du kan lägga till andra grönsaker, till exempel några brocolibuketter.

WOKADE GRÖNSAKER



- 
- 1 färsk röd paprika
 - 1 färsk gul paprika
 - 200 g zucchini
 - 100 g broccoli
 - 1 lök
 - 3 msk olivolja
 - Salt
 - Vegeta Maestro färgglad peppar
 - 100 g ost (feta eller färskost)
 - 1-2 teskedar Vegeta Natur flytande krydda

Skär paprika och zucchini i tunna strimlor och koka broccolibuketterna snabbt i kokande saltat vatten och låt dem rinna av.

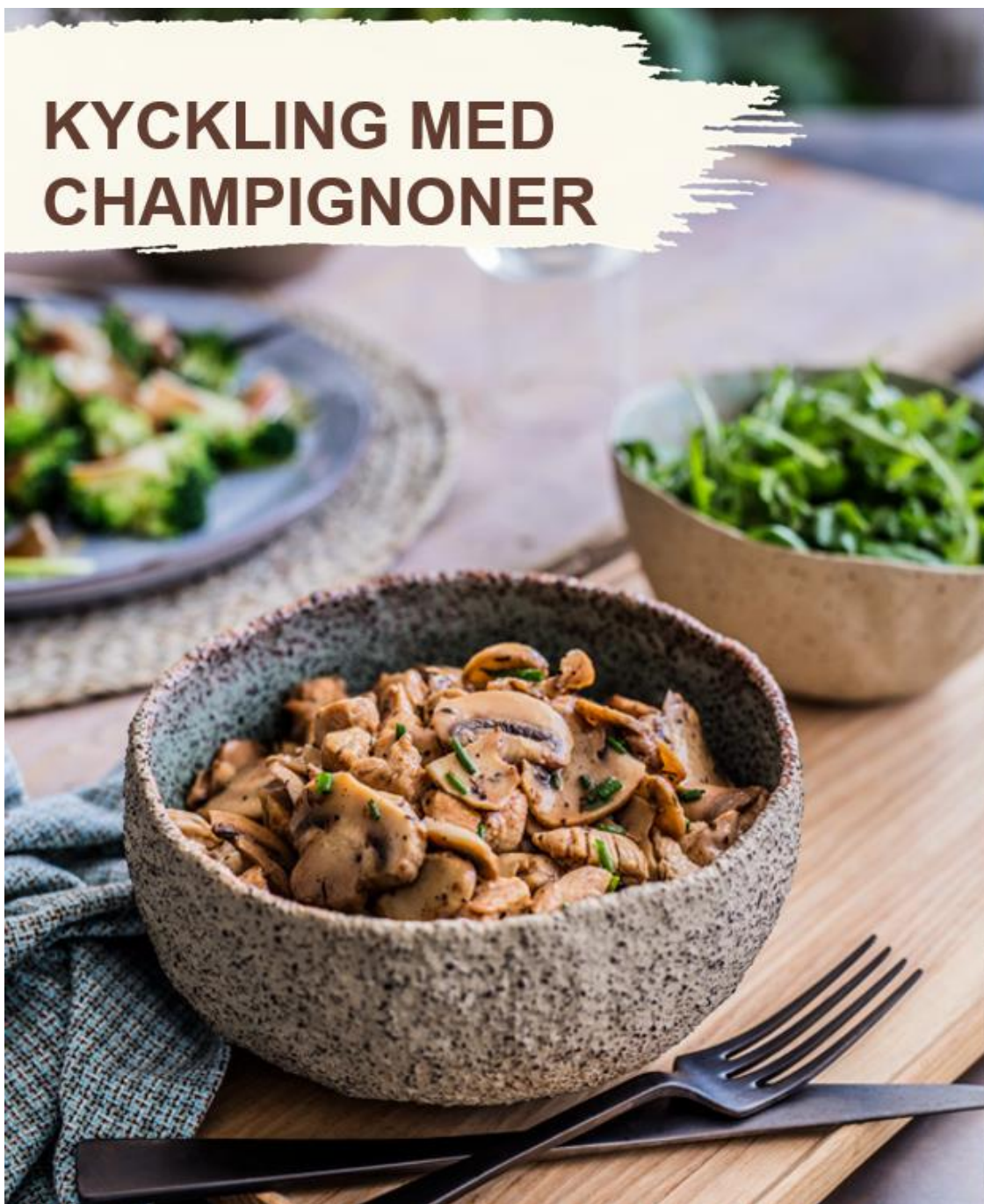
Heta upp olja i pannan. Lägg i skivad lök. Stek kort och lägg sedan i strimlad paprika och zucchini. Fräs och rör om så att grönsakerna förblir "al dente". Lägg i broccolin, hackad vitlök, salta och blanda lätt.

Vid servering, strö över strimlad ost och ringla över Vegeta Natur flytande krydda.

Servera med kokt ris eller pasta.

Tips: Om du vill ha kött i rätten, stek först köttet i strimlor separat och ställ åt sidan. Blanda sedan i köttet mot slutet av tillagningen.

KYCKLING MED CHAMPIGNONER





400 g kycklingfilé
3 msk olivolja
400 g champinjoner
Vegeta Maestro
svartpeppar
1 vitlöksklyfta
En nypa Vegeta Maestro timjan
30 ml dessertvin, salt
1–2 teskedar Vegeta Natur flytande krydda

1
min

2
pers

lättlagat

Skär kycklingen i tärningar och lägg den i uppvärmd olja i en stekpanna. Stek på hög värme och röra om tills den får en gyllene färg. Tillsätt skivade champinjoner och stek tillsammans i 5 minuter.

Strö över grovmalen svartpeppar på ingredienserna. Tillsätt pressad vitlök, timjan, dessertvin och salta lite.

När rätten är klar, ringla över Vegeta Natur flytande krydda.

Tips: Servera rätten med valfritt tillbehör eller bara med sallad.



VARM SALLAD MED PURJOLÖK



25 min **2 pers**

lättlagat

150 g äggnudlar
Salt
250 g purjolök
80 g lök, 1 vitlöksklyfta
4 msk olivolja
Vegeta Maestro
svartpeppar
1 msk hackad persilja
1 msk rostade sesamfrön
1-2 teskedar Vegeta Natur flytande krydda

Koka äggnudlarna i saltat vatten, häll av och låt svalna. Skär purjolöken och löken i skivor.

I en uppvärmd stekpanna stek purjolök, lök och vitlök och röra om. Krydda med färskmalen svartpeppar och salta lite.

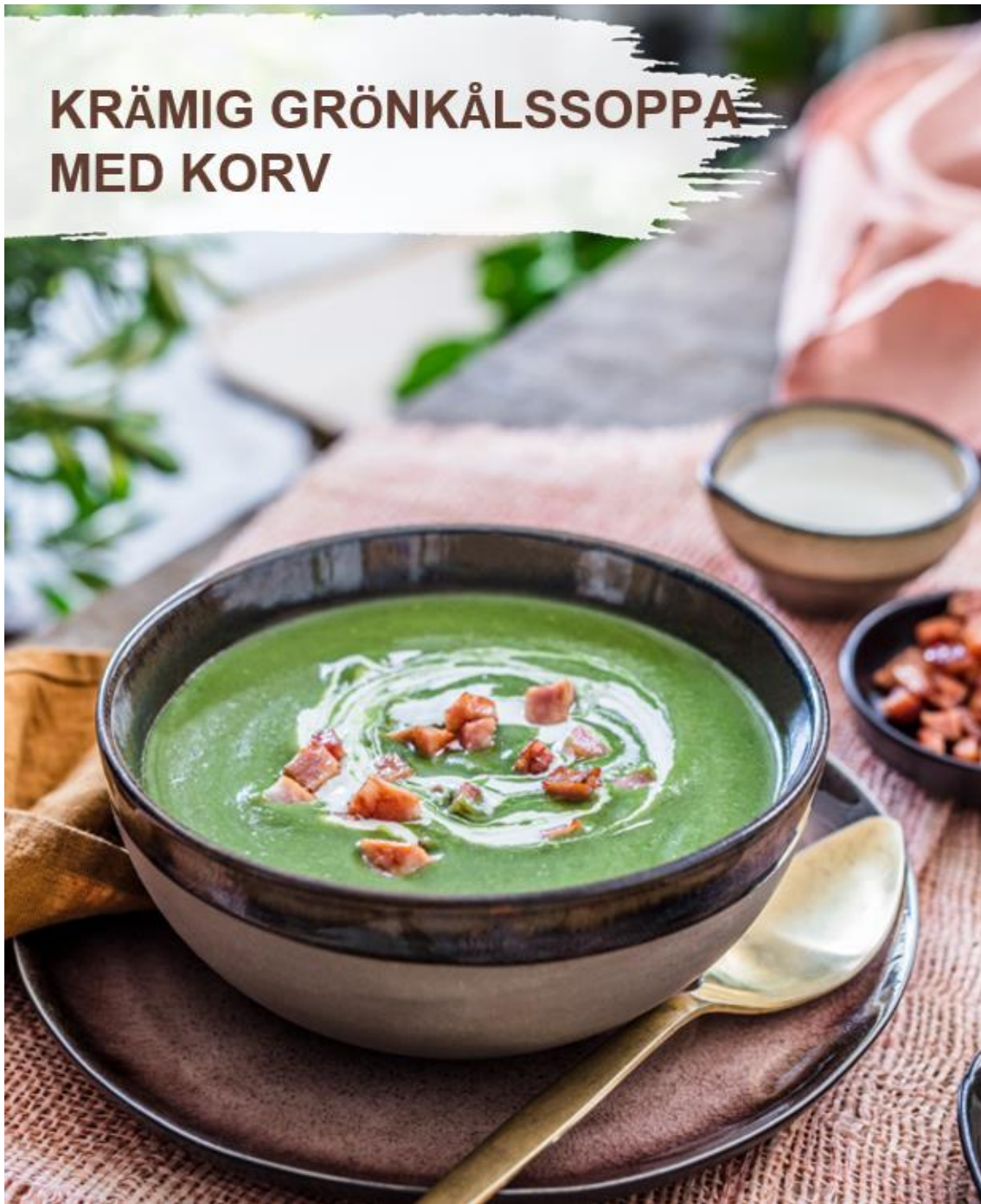
Tillsätt nudlarna, persilja och stek tillsammans.

Strö över sesamfrön och ringla över Vegeta Natur flytande krydda för en fyllig smak.

Tips: Vid slutet av tillagningen kan du berika rätten med tärnad skinka eller torkad lax.

VEGETA NATUR
170 ml
Rekord godastak julen

KRÄMIG GRÖNKÅLSSOPPA MED KORV



35 min

4 pers

lättlagat

250 g potatis
60 g lök
Salt
200 g grönkål
Vegeta Maestro svartpeppar
Vegeta Maestro muskotnöt
100 ml matlagningssrädde
1-2 tsk Vegeta Natur flytande krydda
1-2 korvar
1 msk olja

Lägg skalad och skivad potatis i en kastrull. Häll över vatten och tillsätt hackad lök. När den kokar, håll den kokande i 10 minuter. Tillsätt lite salt och hackad grönkål. Koka tillsammans i ytterligare 10 minuter. Tillsätt malen svartpeppar och färskrivna muskotnöt. När grönsakerna mjuknar, mixa allt med en stavmixer. Sätt tillbaka på spisen, tillsätt vatten för att nå önskad konsistens och grädde. När soppan kokar, tillsätt Vegeta Natur flytande krydda. Skär korvarna i tärningar och stek dem i uppvärmd olja i en stekpanna. Servera den varma krämsoppan toppad med stekt korv.

Tips: Använd gröna blad av kål för en vackrare färg och bättre näringsvärdet.

BROCCOLI MED PIKANT SÅS



300 g broccolibuketter
Salt
2–3 skivor skinka
4 msk olivolja
½ chili
1 vitlöksklyfta
2 tsk **Vegeta Natur** flytande krydda
1 msk hackad gräslök

Låt broccolibuketterna koka i saltat kokande vatten. När de är kokta al dente, håll av dem och kyl ner dem under kallt rinnande vatten.

Lägg broccolin i en serveringsform och fördela den tärnade skinkan över.

Förbered en sås med olivolja, hackad chili, pressad vitlök och Vegeta Natur flytande krydda. Häll såsen över broccolin, strö över hackad gräslök och servera.

Tips: Skala broccolistjälken noggrant, **skiva den i skivor** och koka den före buketterna eftersom den tar längre tid att mjukna.





**BACONLINDAD
FLÄSKFILÉ**



1 fläskfilé (cirka 400 g)

Salt

4–6 tunna skivor bacon

2 msk olivolja

2 tsk Vegeta Natur flytande krydda

1–2 msk whisky

Putsa bort senor och överflödigt fett på fläskfilén och salta den. Lägg ut baconskivor i en rad och placera fläskfilén ovanpå. Linda baconskivorna runt fläskfilén och fäst med kökssnöre. Lägg köttet i en ugnform täckt med bakplåtspapper och grilla i cirka 10 minuter i ugnen som är uppvärmd till 200 °C.

Sänk temperaturen till 170 °C och grilla i ytterligare 15 minuter. När köttet är klart, låt vila i fem minuter. Sedan skiva i fyra delar (snett).

Tillsätt olivolja, Vegeta Natur flytande krydda och whisky i den uppsamlade vätskan från ugnformen. Vid servering, håll såsen över köttet.

Servera med potatismos och smör med hackad gräslök.

Tips:

Istället för whisky kan du använda konjak, brandy eller en aromatisk sprit.

40
min

2
pers

medelsvårt

KÖTTFÄRSLIMPA



800 g blandfärs
Vegeta Maestro malen svartpeppar
2 ägg
2 msk ströbröd
1 msk hackad persilja
En nypa Vegeta Maestro timjan
Salt
1 msk Vegeta Natur flytande krydda
2 msk olivolja

60
min

4-6
pers

lättlagat

Tillsätt peppar, ägg, ströbröd, persilja, timjan, salt och Vegeta Natur flytande krydda till köttfärsen. Blanda ordentligt och forma sedan en limpa med oljade händer. Placera den på ett bakplåtspapper och forma till en jämn stock. Lägg det i en ugnform.
Stek limpan i ca. 15 minuter i en 200-gradig ugn och därefter ytterligare 30 minuter vid 180°C.

Ta ut köttfärslimpan från pappret, pensla den med olja och grädda ytterligare i 10 minuter tills den fått fin färg.

Låt köttfärslimpan svalna något och skär den sedan i skivor. Servera med valfritt tillbehör, med potatis, stuvade eller ugnrostade grönsaker.

Innan servering kan du ringla lite extra Vegeta Natur flytande krydda över skivorna, det kommer att förhöja smaken.

Tips:
Köttfärslimpan kan även serveras kall.



KYCKLINGSOPPA MED BROCCOLI



30 min

4 pers

lättlagat

300 g broccoli
1 msk olivolja
200 g kycklingfilé
Salt
Vegeta Maestro malen svartpeppar
100 g frysta ärtor
1–2 tsk Vegeta Natur flytande krydda
1 msk sesamfrön
1 msk hackad persilja

Separera broccolin i broccolibuketter, rensa stammen från de tjockare delarna och skär i skivor.

Hetta upp oljan och lägg kycklingen i tärningar. Bryn snabbt, håll i cirka 1 liter vatten, salta och peppra. När det kokar, tillsätt ärtorna och skivorna av broccolistammen. Låt sjuda i cirka 15 minuter. Tillsätt därefter broccolibuketterna och låt det koka upp.

När soppan är klar, tillsätt Vegeta Natur flytande krydda för att förhöja smaken på rätten.

Rosta och hacka sesamfröna.

Strö det rostade sesamfröet och hackad persilja.

Tips: Istället för persilja kan du strö färsk dill över soppan.

VEGETA NATUR
170 ml

RISOTTO MED ZUCCHINI



500 g zucchini
2 msk olivolja
50 g lök
1 vitlösklyfta
160 g ris
50 ml vitt vin, Salt
Vegeta Maestro
svartpeppar
50 ml matlagingsgrädde
1–2 tsk Vegeta Natur flytande krydda
100 g kvarg
1 msk rostade och skivade mandlar

35
min

2
pers

medelsvårt

Tvätta och riv zucchini.
Stek fint skivad lök i en bred stekpanna med uppvärmd olivolja. Tillsätt pressad vitlök och ris. Stek snabbt under omrörning, tillsätt zucchini, häll i vin och sedan lite vatten. Salta och peppra. Låt sjuda på låg värme och tillsätt vatten då och då (cirka 400 ml) och rör om.
När risotton är färdig, blanda i matlagingsgrädden för att få en krämig konsistens. Tillsätt Vegeta Natur flytande krydda för att balansera smaken. Skär kvargen i tärningar och rosta mandelskivorna. Strö dem över risotton före servering.

Tips: Istället för matlagingsgrädde kan du tillsätta en matsked mascarponeost.



slobodnokuhaj



UPPLEV DEN UNIKA SMAKEN!

- EN FLYTANDE TILLSATS TILL MATEN
- UTAN SMAK- OCH FÄRGFÖRSTÄRKARE
- REN HAVSSALT
- ESSENS AV LIBBSTICKA

NY!

ENLIGT MODER NATURS RECEPT

Bara några få droppar av Vegeta Natur flytande krydda kommer vara källan till oändligt nöje i de rätter du tillagar. Det ska ge dina marinader, soppor, såser och rätter med kött, grönsaker eller fisk en naturlig och oemotståndlig smak.

Hitta fler recepter och ideer på
www.vegeta.hr och
www.coolinarika.com

8. Källförteckning

Dumas, A. (2011). *Barnboksöversättningens komplexitet. Om hur illustrationer, högläsning och dubbel målgrupp kan påverka översättarens val*. Göteborg.

Lathey, G. (2016). *Translating Children's Literature*. Abingdon: Routledge.

Oittinen, R. (2000). *Translating for children*. Taylor & Francis e-Library.

Oittinen, R. (2003). *Where the wild things are: Translating Picture Books*. *Meta*, s. 128–141

Länkar

Akademibokhandeln. Mamma Mu åker bobb:

<https://www.akademibokhandeln.se/bok/mamma-mu-aker-bobb/9789129715569> besökt den 18 juni 2024

Betydelsedefinition. Imp: <https://www.betydelse-definition.com/IMP> besökt den 18 juni 2024

CRORIS. Informacijski sustav znanosti RH. Mitologemska izvorišta u Pričama iz davnine Ivane Brlić-Mažuranić. <https://www.croris.hr/crosbi/publikacija/prilog-casopis/193517> besökt den 18 juni 2024

Glosbe: <https://glosbe.com/> besökt den 18 juni 2024

Lexin: <https://lexin.nada.kth.se/lexin/> besökt den 18 juni 2024

Synonymer.se: <https://www.synonymer.se> besökt den 18 juni 2024

WorldPress. Nidstången: <https://romlinskan.wordpress.com/musik/svenska-ak-5-och-ak6/lasa/pax-nidstangen/> besökt den 18 juni 2024

Svenska källtexter

Larsson, Å., & Korsell, I. (2021). *Nidstången*. Bonnierförlagen.

Webbkälla: <https://www.bonniercarlsen.se/bocker/194695/pax-nidstangen/> besökt den 18 juni 2024

Stark, U. (2005). *Min vän Percy, Buffalo Bill och jag*. Bonnier Carlsten.

Webbkälla: <https://acla.overdrive.com/media/4698559> besökt den 18 juni 2024

Statistik om psykisk hälsa i Sverige. Folkhälsomyndigheten: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/statistik-psykisk-halsa/> besökt den 18 juni 2024

Wieslander, J., & Nordqvist, S. (1994). *Mamma Mu åker Bobb*. Natur och Kultur: Stockholm.

Kroatiska källtexter

Biser Jadrana prepun skrivenih uvala s rajskim okruženjem: evo zašto je otok Vis neizbježna ljetna destinacija. Putni kofer: <https://putnikofer.hr/mjesta/sto-posjetiti-na-visu/> besökt den 18 juni 2024

Osebujan svijet Wesa Andersona. Kinoteka: <https://kinokinoteka.hr/2017/12/osebujan-svijet-wesa-andersona-kinoteci/> besökt den 18 juni 2024

Paket Smilje (serum + krema). AyuGarden, Ayurvedska biljna ljekarna: <https://www.ayugarden.com/proizvod/paket-smilje-serum-krema/> besökt den 18 juni 2024

Recepti majke prirode, knjižica recepata. Vegeta: <https://vegeta-natur.hr/wp-content/themes/vegeta-natur-theme/assets/documents/knjizica-recepata-v2.pdf> besökt den 18 juni 2024