

Den hemtrevliga DRUIDEN

Nr 2 2020



Innehåll

Redacteurerna har ordet	3
Fråga InfU	4
InfU testar - After Zoom	6
Att optimera dina vardagssysslor på ett vetenskapligt vis	10
Baka med Amanda - Shortbread	13
Hemhemma hos...	16
Mira och Culix zoomar in på den skyldige	20
Tips från karantäncoachen	22
Matilda recenserar	23
KaranTräning	26
Karantänsbingo med Redacteurerna	29
Vad är en dalahäst? + lösning till M&C	31

AkzoNobel

Redacteurerna har ordet

Druiden
Anno MMXX

ANSVARIG UTGIVARE:
David Bergman

REDACTEURER:
Filippa Wentz
Melker Axelsson

INFORMATIONSMÄSTARE:
Adam Jacobsson Trönnadal

DA VINCIS:
Alva Wessman
Thilda Qvist

SKRIBENTER:
Adam Jacobsson Trönnadal
Amanda Ekegren
Elin Stemme
Hannah Viklund
Ida Ekenberg
Matilda Lindberg

We're back! Trots kaos i omvärlden levererar InfU här en Druid som är hela 33% längre än den förra! Tänk om alla tidningar förstörades på det viset, då skulle nog Aftonbladet hetat Aftonträdet vid det här laget.

Temat för den här Druiden är HEM, och vi vet inte hur ni känner, men någonstans kan vi tycka att KC är vårt hem i högre grad än de flesta andra byggnader. Att känna sig som hemma måste ju ändå kunna beskrivas som en känsla av igenkännande tillhörighet som kommer av långvarig vistelse. Ljudet av snabba, försenade steg mot stengolv, en hand mot en dörröppnare eller en kaskad av mikroppling är detta hems karakteristiska ljudbild. Det enda som saknas för att fullborda känslan av familiaritet när man med matlåda i hand passerar Galliens dörrar och hänger jackan på kroken är kanske ifall dess soffor faktiskt var bekväma.

Melker Axelsson och Filippa Wentz
Redacteurer 2020



FRÅGA INFU

InfU har spenderat mer tid i hemmet! En fråga som är nästan lika gammal som tiden är vad som gör ett hem. Under sitt liv har man fått höra flertalet fraser som ”hemmet är där hjärtat är” eller enligt Skatteverket ”hemmet är där du har din dygnsvila”. Låt oss dock inte glömma vad som faktiskt gör hemmet till ett hem; prylarna! I denna upplagan av Fråga InfU har vi därför frågat utskottet: vad är er favoritpryl i hemmet?



*Hannab Viklund, B17
Journalist 2020*

Min fina brödrost! Inte nog med att jag ÄLSKAR rostat bröd, den är dessutom snygg! Lite som brödrostarnas svar på Ferrari-bilen.



*Ida Ekenberg, B19
Journalist 2020*

Min vinylspelare! Vem älskar inte lite mysigt knastrande till både äldre och nyare låtar?



*Alva Wessman, B19
da Vinci 2020*

Min potatisstöt! Oj vad potatismos är gott.



*Adam Jacobsson Trönndal, K18
Informationsmästare 2020*

Mina lådor under sängen! Superbra när man har begränsat med förvaringsutrymme!



*Elin Stemme, B18
Journalist 2020*

Min korrekompis Nintendo Switch. Att utföra dagliga sysslor i Animal Crossing har hjälpt mig att inte helt förlora vettet.



*Thilda Qvist, K19
da Vinci 2020*

Min favoritsak har ett sentimentalt värde. Jag fick den av min lillebror och nu sitter den i hyllan och vakar över mitt rum.



*Filippa Wentz, K17
Redacteur 2020*

Oj, det blir ett tajt race mellan min parmesanost i kylen (räknas det?) och gäddan Lars som har varit min inneboende sedan ettan. P.S. larsthepike har Instagram



*Melker Axelsson, K17
Redacteur 2020*

Min korridors sparkcykel! Jag tog tiden nyss och med 16 meter till köket sparar jag in fyra sekunder per gång, vilket betyder att jag bara behöver åka 338 gånger till innan jag sparar ihop till ett avsnitt av Tiger King.



*Amanda Ekegren, B18
Journalist 2020*

Kaninernas hölåda! Håller allt hö instängt, så jag slipper ha hö i precis hela lägenheten. Det är väldigt skönt att slippa hö i sängen. Och kläderna. Och väskan...



*Matilda Lindberg, B18
Journalist 2020*

Mina pussel! Det ligger en stor pusselmatta i mitt lilla kök och den är väldigt mycket i vägen, men pussel är väldigt avslappnande så den får nog ligga kvar...

INFU TESTAR: AFTER ZOOM

Vad kan man egentligen hitta på när man måste undvika att träffa människor i verkligheten? InfU har testat fyra rafflande, tankeväckande och materialsnåla aktiviteter för ert och vårt (mest vårt) nöjes skull!

CARDS AGAINST HUMANITY

InfU visade upp sin mörkaste humor i spelet som handlar om att hitta det roligaste, hemskaste alternativet till ett påstående. Alla involverade kom härifrån som en lite sämre människa.

“Harry Potter and the chamber of sexual tension, var inte det typ hela femte boken?” - Amanda

“Detta är min specialitet, att vara en dålig människa” - Adam

“Full frontal nudity: känns som att man ska vänta med det till världens ände” - Elin

BETYG: 4,5/5 SMUTSIGA TANKAR

“Tyckte det var jättekul!” - Adam

“Man får ju se helt nya sidor av folk som man inte sett tidigare” - Ida

“Tyckte det funkade jättebra” - Elin

AMANDA VANN!

HEMSIDA: PLAYINGCARDS.IO

When Pharaoh remained unmoved, Moses called down a Plague of _____.

Hobos.

Next from J.K. Rowling: Harry Potter and the Chamber of _____.

A man on the brink of orgasm.

I get by with a little help from _____.

The Patriarchy.

PICTIONARY

Rita en bild och låt andra gissa vad det är för något - enkelt men hetsigt!

“Vi hinner inte med några citat för vi har för roligt” - Elin

“Är det en anka?” - Okänd

“Det är Joakim von Anka ju!” - Melker (ordet var *rikedom*)

“Du säger det som att det är uppenbart” - Hannah

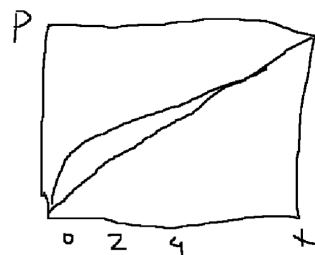
BETYG: 4,7/5 HENRYS LAGAR

“Det där var roligt” - Alla

“Det var inte så kul att vissa blev utkastade, det var något strul med hemsidan” - Matilda

ELIN VANN!

HEMSIDA: SKRIBBL.IO



INFU GISSAR:

Hannah: Triangel

Ida: Diagonal

Melker: Värmeväxlare

Elin: Batteri

Filippa: Destillation

Elin: Henrys lag

Rätt svar: “diagram”

THE WIKI GAME

Här gäller det att snabbast svinga sig genom Wikipedia och hitta kopplingen mellan två artiklar! Till exempel:

HUNDRAÅRSKRIGET → ULF ELLERVIK

“Visste ni att Ulf Ellerviks näsa finns att beskåda på nasoteket?” - Hannah

“Jag börjar närma mig nu, jag är på ‘hane’” - Melker

“Amen nu hamnade jag i Lund, va faaan” - Matilda

BETYG: 3,6/5 HANAR

“Det här var bra hjärngympa” - Elin

“Jag är helt slut” - typ alla

ALVA VANN!

HEMSIDA: WIKIPEDIA.ORG



PUB QUIZ (MED HANNAH)

Hannahs klassiska pub quiz i tre delar. Frågorna hittar du på nästa sida!

“Åh nej, kunskap om allmänna saker!” - Adam

“I ett annat liv hade jag kunnat det här!” - Matilda

“Jag känner inte att jag behövde se en valpenis, jag kommer aldrig få den bilden ur huvudet” - Elin

“Jag trodde jag kunde alla, men det gjorde jag nog inte” - Thilda

“Och han måste va grek? Inte svensk och kung?” - Matilda

“Var inte han dansk? Han var skånsk i alla fall” - Okänd



BETYG: 4,8/5 VALPENISAR

“Väldigt kul, men kräver mer förberedelser” - Amanda

“Man kan ta gratisquiz” - Hannah

“Bara att man kallar det pub quiz gör att det känns mer after zoom-igt” - Elin

MELKER VANN!



AVSLUTANDE KOMMENTARER

“Det är alltid roligt att hänga med InfU!” - Alva

“Det viktigaste är inte vad man gör, utan att man gör det med folk man tycker om <3” - Elin

“Du ser ut som en porrstjärna, Filippa” - Hannah

HANNAHS PUB QUIZ

DEL 1: ALLMÄNKUNSKAP

1. På ön Ven ligger Stjärneborg, ett unikt observatorium från 1580-talet. Vad hette astronomen som byggde det?
2. Vilket land har den äldsta trikolor-flaggan som funnits sedan 1572?
3. Vad hette rymdfärjan som tog Neil Armstrong och Buzz Aldrin till månen?
4. Med 234 minuter, vilken Oscar-vinnare för Bästa Film är den längsta?
5. Ebolafeber är en av nutidens mest omskrivna farsoter. Men vad är Ebola ursprungligen namnet på?

DEL 2: VILKEN FILM?

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 

Svaren hittar ni på:
tinyurl.com/druidquiz

DEL 3: KÄNDA PERSONER

1. Vem är den enda personen som blivit nominerad till både Nobels Fredspris, en Oscar, Grammy och en Golden Globe?
2. Vilken engelsk kung var pappa till Elizabeth I?
3. Vilka fyra stora renässanskonstnärer är Teenage Mutant Ninja Turtles döpta efter? (ett poäng per rätt namn)
4. Vilken amerikansk president gick på samma universitet som Mick Jagger?
5. Vilken grekisk filosof blev dömd till döden och drack ur en giftbägare?

Att optimera dina vardagssysslor - på ett vetenskapligt vis

Av: Ida Ekenberg, B19
Journalist 2020

Många av oss kan för tillfället uppleva att vi tillbringar lite mer tid i våra hem än vad vi normalt brukar göra. Man kan välja att se detta som något trist och långtråkigt, men man kan också se det som en bra möjlighet att äntligen få rensa ut sin garderob eller tillbringa lite mer tid i köket – saker som man helt enkelt inte hinner med annars. Vad skulle dessutom göra saken bättre om det inte vore lite tips och tricks för att effektivisera din tid i hemmet? Jag har därför tänkt dela med mig av fyra av mina bästa tips för att optimera sysslorna i hemmet, som dessutom har en intressant vetenskaplig förklaring som förgyller din vardag.

"Om ni lägger träseven över kastrullen, så kommer ni snart att upptäcka att vattnet inte längre rinner över kanten."

Till att börja med tycker jag att vi kan diskutera en mycket grundläggande del av studentlivet, med andra ord tillagandet av den föda som kan mätta våra magar till lunch och kvällsmat (och även frukost om det skulle bli riktig kris). Jag talar såklart om de hederliga makaronerna.

Uppgiften är till synes enkel – det är väl bara att koka upp vatten och salt, hålla i makaronerna och låta koka lika många minuter som står på paketet? Det är mitt under er pastakokning som ni dock hör att det börjar fräsa från spisen. Ni inser sakta men säkert att ni har lyckats välja en brutalt dåligt anpassad gryta till den volym pasta och vatten som ni har hållt upp. Paniken stiger. Hur ska det här lösas?

1.



Jo, det är här som mitt lilla knep kommer in. Allt ni behöver är en vanlig träseven. Om ni lägger träseven över kastrullen, så kommer ni snart att upptäcka att vattnet inte längre rinner över kanten.

Just att det är en träseven är också en viktig aspekt. Det är nämligen så att den skrovliga ytan på träseven bryter ytspänningen på vattnet, vilket i sin tur gör att vattnet inte kokar över. Om ni istället hade använt en platslev, hade ytan på sleven varit för slät för att bryta ytspänningen, och ni hade inte upplevt samma resultat. Makaronerna är räddade, och ni har besparat er en massa tid från att putsa bort alla fläckar på spisen.



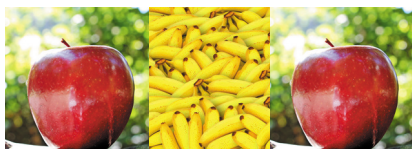
”Det som har hänt är faktiskt ytterligare ett fenomen som kan förklaras med vår kära kemi.”

Mitt andra tips kan komma till nytta när frukt ska förvaras. Låt oss säga att ni har gått till affären och köpt äpplen och bananer som ni har tänkt äta i några dagar framöver. Ni kommer hem, lägger upp frukten snyggt i en skål, men märker efter ett tag att bananerna har blivit bruna fortare än vad ni hade förväntat er. Det som har hänt är faktiskt ytterligare ett fenomen som kan förklaras med vår kära kemi.

2.



Det är nämligen så att äpplen har en förmåga att avge eten, som påskyndar mognadsprocessen hos andra frukter. För att bananerna inte ska bli mogna och bruna lika fort, är därför en lösning att förvara äpplena och bananerna en bit ifrån varandra så att bananerna inte påverkas av den avgivna etenen. Tvärtom skulle ni kunna förvara frukter tillsammans med äpplen om ni vill att de ska mogna snabbare.



”Så småningom ser [det] ut som en brun sörja, något som faktiskt kunnat undvikas om man blandade i rätt ingredienser från början.”

Mitt tredje tips handlar om taco-tisdagens guld. Nachochipsens bästa vän. Jag pratar om inget mindre än en klassisk guacamole. Det är dock inte alltför sällan som en tidigare fräsch guacamole i början av middagen börjar skifta i färg och så småningom ser ut som en brun sörja, något som faktiskt hade kunnat undvikas om man blandade i rätt ingredienser från början. Den avgörande komponenten som gör att guacamolen håller sig skimrande

3.



ljusgrön under hela middagen är nämligen citronsaft. Anledningen till att avokadon får en mörkare färg när man har skurit i den är att det sker en oxidation när ytan utsätts för syret i luften. Citronen innehåller askorbinsyra (även känt som vitamin C), som har en förmåga att hindra det enzym i avokadon som interagerar med syret i luften och gör avokadon brun. På så sätt kan avokadons färg bevaras, och guacamolen får en friskare smak på köpet.



”Lika löser lika”

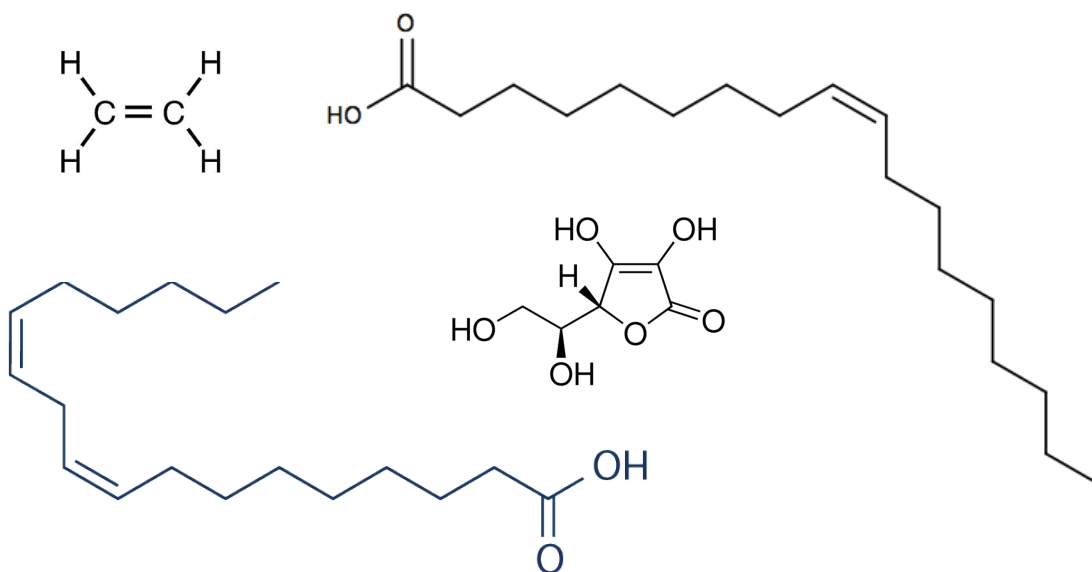
Har det någon gång hänt er att ni har köpt nya matlådor från affären och fått tampas med en irriterande klibbig yta av klistrerester när ni äntligen har lyckats pilla bort prislappen? Detta är något som skulle kunna undvikas med mitt fjärde och slutliga tips. Allt ni behöver är någon form av matolja, till exempel vanlig rapsolja. Lösningen på problemet är faktiskt inte mycket mer komplicerad än lite kunskap om kemins gyllene tumregel ”lika löser lika”. Resterna



av klistret är ofta oljebaserade, och då krävs det helt enkelt ett oljebaserat rengöringsmedel för att lösa upp klistret och återfå en ren yta igen.



Avslutningsvis hoppas jag att ni av detta kan ta med er ett tips eller två som underlättar era vardagliga sysslor. Det kan i alla fall vara värt att emellanåt påminna sig om att grundläggande kunskap i naturvetenskap alltid kommer till nytta, även i hemmet när man minst anar det.



Baka med Amanda – Shortbread

Av: Amanda Ekegren
Journalist, B18



En av mina hobbies som återuppstått nu när vi alla spenderat mer tid hemma är bakning. Jag har alltid älskat att baka, men det kan vara svårt att avsätta tiden till det. Det är i alla fall det jag brukar säga till mig själv, vilket egentligen är orimligt, då många kakor inte tar längre tid än att laga middag. Det finns såklart storslagna, komplicerade bakverk, men en av mina favoriter är både enkelt och snabbt avverkat: Shortbread!

Shortbread är riktigt brittiskt fika, perfekt till en kopp te. Jag uppskattar verkligen ett par kakor till den stora kopp te som behövs för zoom-föreläsningar. Fantastiskt spröda (=smuliga) och inte alltför söta.

Gör så här:



Blanda ihop rumsvarmt smör och socker. "Cream", heter det på engelska. Det ska alltså bli en homogen, lite fluffig mix. Görs bäst med elvisp, eller stort tålmod. Blanda sedan i mjölet. Det kommer bli smuligt. Du behöver arbeta ihop degen med händerna. Inte för mycket bara, då kan smöret smälta, och degen blir jätteklddigg. Arbeta bara ihop degen till en bra... deg.

Kavla ut till en cirka 2 cm tjock kaka. Stick den med en gaffel. Grädda i 25 minuter vid 160 °C. Låt kakan svalna i några minuter, skär upp den i lagom munsbitar och låt det svalna. Förvara i en burk, inte i påse. De kan med fördel torka lite.

Ingredisenser:

225g smör
1.25dl socker
5dl mjöl





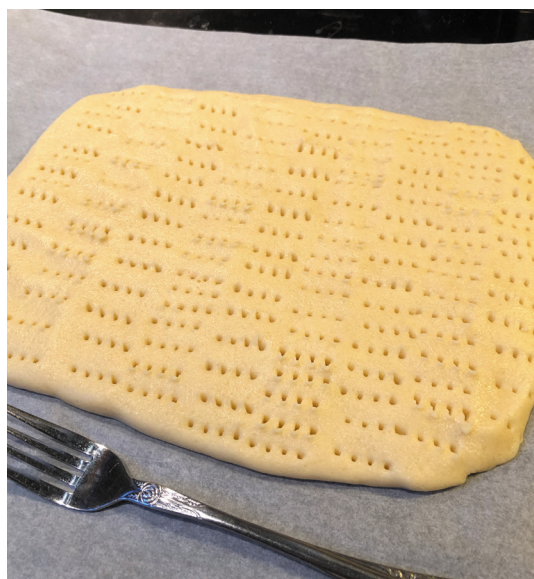
Creaming: socker och smör



Smulig deg



Bra deg



Ogräddad kaka





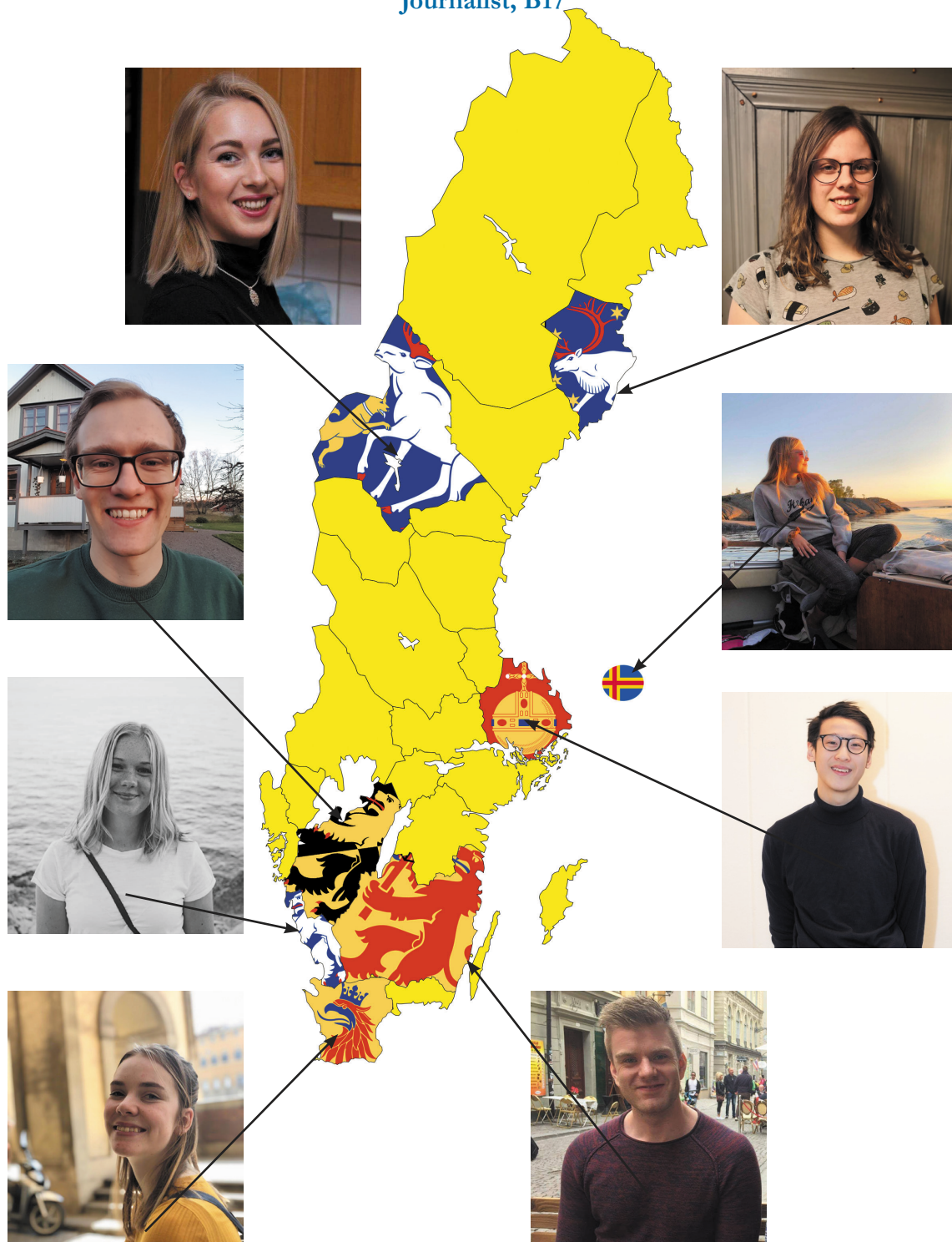
Skär i bitar och låt svalna!

Jag har testat att baka dessa på veganskt smör, och konsistensen blir bra. De saknar lite i smak bara. En teoretisk lösning på detta är att byta ut lite av sockret mot muscovado-socker. Ni som känner er manade kan väl experimentera kring detta!



Hemhemma hos...

Av: Hannah Viklund
Journalist, B17



Sällan finns det något som jag blivit retad för så oerhört mycket som för mina värmländska rötter. Jag som inte ens pratar särskilt grov dialekt möts av förvirrande ansikten när jag börjar prata om 'gjåle' och 'dret' ('gjåle' betyder förövrigt gärd och 'dret' är samma sak som skit). Och även om Värmland förvisso har sina brister, så måste jag ändå erkänna att jag fått en annan uppskattning för mitt landskap sedan jag flyttat därifrån. Värmland är inte bara EPA-traktorer, dansband och "Smala Sussi". Det är också underbar natur med mörka skogar och djupa sjöar, kulturellt med Fröding, Lerin och Lagerlöf och framförallt den där positiva atmosfären som sammanfattas i det vedertagna uttrycket: "Dä ordner sig, annars kvätter dä!". I denna artikel är det dock inte bara Värmland som ska hyllas, utan jag har bett några olika Sektionsmedlemmar att berätta lite om sitt "hemhemma", och kanske upptäcker man en ny plats att besöka (eller undvika)!



Jerry Guan

Var kommer du ifrån?

Uppsala

Antal kilometer från KC?

Ungefär 600 km.

Bästa dialektala ordet?

Vi säger 'lös' istället för lyste, 'tröck' istället för tryckte, 'bö't' och så vidare. Enkelt och fint (inte alls så att man låter som ett barn som nyss lärt sig språket).

Kändaste personen som kommer härifrån?

Vill säga Carl von Linné men han är ju född i Småland. En mer modern kändis är väl Veronica Maggio och en aktuell är Anders Tegnell.

Detta får du inte missa vid ett besök:

Domkyrkan! Men även de olika museer som finns, slottet, och all natur i närheten av Uppsala! (Och om man har sett allt i Uppsala så är Stockholm bara en 30 minuters resa iväg).



Lovisa Wallman

Var kommer du ifrån?

Jag kommer från Varberg!

Antal kilometer från KC?

193 km från KC!

Bästa dialektala ordet?

'Keligt' – betyder inte att gosa som många tror, utan betyder ungefär 'lite tråkigt/trist' och kan användas om allt från grått och regnigt väder till att man får punka på cykeln eller inte får jobbet man hade sökt. Då är det allt lite keligt.

Kändaste personen som kommer härifrån?

Bockstensmannen, född på 1300-talet och finns välbevarad att skåda på fästningen!

Detta får du inte missa vid ett besök:

Vid ett sommarbesök i Varberg får man inte missa Apelviken, lite söder om centrum! Finaste stranden, surfarnas paradiset, underbara uteserveringar och fin strandpromenad! Inte mycket som går upp emot en solnedgång där!



Simon Malmgren

Var kommer du ifrån?

Kalmar

Antal kilometer från KC?

220 km fågelvägen

Bästa dialektala ordet?

Lite osäker på om det är dialektalt, men tydligen är det inte så många som säger ordet 'speta' när man har fått en liten flisa i t.ex. fingret, utan använder istället ordet 'sticka'.

Kändaste personen som kommer härifrån?

Jenny Nyström

Detta får du inte missa vid ett besök:

Stadsparken en sommardag med Kalmar slott beläget alldeles intill.

Vilma Medin

Var kommer du ifrån?

Den skånska kronans juvel, Dalby.

Antal kilometer från KC?

14 km

Bästa dialektala ordet?

'Fubbick'. Betyder idiot och används rätt ofta i trafiken om folk som inte kan framföra ett fordon på ett, enligt personen som yttrat ordet, tillfredsställande sätt.

Kändaste personen som kommer härifrån?

En man som var med i Sveriges Mästerkock förra året.

Detta får du inte missa vid ett besök:

Om du är intresserad av kyrkor så sitter Dalby faktiskt inne med Nordens äldsta stenkyrka. Men jag vill slå ett hårt slag för Skrylleskogen, för oj vad själen myser när man promenerar i naturen.



Ebba Blixth

Var kommer du ifrån?

Östersund!

Antal kilometer från KC?

1013 km

Bästa dialektala ordet?

'He' for obvious reasons (de som vet, de vet). Men också 'bron' = det folk bara verkar kalla trappan utanför dörren. "He ut väskan på bron" = ställ väskan på trappan utanför dörren.

Kändaste personen som kommer härifrån?

Thomas Ledin kanske?

Detta får du inte missa vid ett besök:

Korvgrillning på Storsjöns is en solig onsdagseftermiddag i mars/april eller tur-skidåkning på någon närliggande fjälltopp!





Fanny Wik

Var kommer du ifrån?

Åland

Antal kilometer från KC?

769 km

Bästa dialektala ordet?

'Embarr' (hink på 10 liter)

Kändaste personen som kommer härifrån?

Anders Wiklöf (googla honom, han har i alla fall träffat Bill Clinton).

Detta får du inte missa vid ett besök:

Ta sig ut till ön Rödhamn och bada bastu och simma i solnedgången.



Maja Sondell

Var kommer du ifrån?

Umeå

Antal kilometer från KC?

Ca 1240 km

Bästa dialektala ordet?

'He' (används istället för sätta, ställa, lägga osv.)

Kändaste personen som kommer härifrån?

William Spetz

Detta får du inte missa vid ett besök:

Älgens Hus; där finns tama älgar man får klappa samt ett älgmuseum. Det ligger i Bjurholm, några mil utanför Umeå.

Oscar Enander

Var kommer du ifrån?

Gillstad i Lidköpings kommun.

Antal kilometer från KC?

382 km, tar 20 h att cykla.

Bästa dialektala ordet?

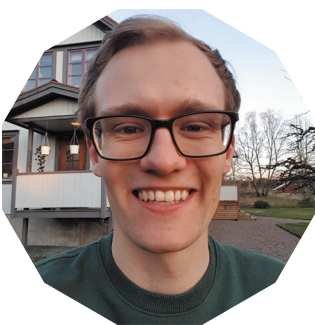
'Kööla' (skapa ett moln av svarta avgaser genom att injicera för mycket diesel i en motor).

Kändaste personen som kommer härifrån?

Evy Palm, framgångsrik långdistans- och maratonlöpare som deltagit i Mästarnas Mästarte.

Detta får du inte missa vid ett besök:

Läckö Slott! Superfint när de inte bygger om.



Mira & Culix Zoomar in på den skyldige

När alla uppmuntras till att arbeta hemifrån är detektiver inget undantag. Därför har Mira och Culix satt upp ett möte via Zoom för att prata med Tvålskulptören Thomas. Under natten har någon brutit sig in i Thomas hus och stulit den juvel Thomas fått ärva av sin gammelmyster Anna-Maria.

“Låt oss börja” säger Mira efter att de fått både ljud och bild att funka. Thomas sitter insvept i en filt med en stor kopp te i handen.

“Var du hemma när inbrottet skedde?” frågar Culix.

“Klart jag var hemma!” svarar Thomas.

“Men jag sov så jag märkte inte att den var borta förrän i morse”

“Så du vaknade inte när personen bröt sig in?” Thomas ser irriterad ut när han svarar.

“Alltså, bröt sig in kanske är fel ord. Låset på min ytterdörr har varit trasigt ett bra tag nu och låssmeden har inte bemödat sig med att pallra sig hit än, så dörren var helt olåst!”

“Kan du gå omkring med din laptop så att vi kan undersöka brottsplatsen?” frågar Mira. Thomas nickar och plockar upp sin laptop. Tillsammans inspekterar de Thomas flott dekorerade radhus. De hittar lite lera på hans vardagsrumsmatta, men annars är det bara den tomma hyllplatsen i vitrinskåpet som visar att någon annan varit där.



Efter att ha pratat med Thomas och hans grannar har Mira och Culix en lista på 3 misstänkta. Den första är Syster Sarah - hon är Thomas storasyster och jobbar på Mirreby Sjukhus som sjuksköterska.

“Hör du mig nu?”

“Ja, nu hörs du bra!” säger Sarah och ler brett in i sin webbkamera. “Så var ärliga nu, tror Thomas på allvar att det är jag som tagit Anna-Marias juvel? Jag vet att vi har grälat om den, men jag skulle aldrig få för mig att stjäla något!”

“Vi intervjuar alla som har en möjlig koppling till fallet. Flera av Thomas grannar har sagt att de såg dig på deras gata runt elvatiden igårkväll” säger Culix.

“Jag var ute på en joggingtur. Natttid är den enda tiden då jag kan träna nu när jag arbetar extra skift på sjukhuset”

“Var sprang du någonstans?”

“Jag har en runda jag brukar springa som passerar Thomas gata. Jag vet att man helst inte ska springa på asfalt, men jag vill inte springa ensam i skogen om natten”



Den andra misstänkta är Diktaren Dan - en vän till Thomas som två olika grannar ska ha sett i området under natten. Han tittar trött in i webbkameran.

“Hur lång tid kommer detta att ta? Min surdeg har snart jäst färdigt” säger Dan. “Vi ska försöka bli klara så snabbt som möjligt” lovar Mira. “Kan du börja med att berätta varför du sågs utanför Thomas hus sent igårkväll?”

“Jag kunde inte sova så jag gick på en promenad. Det gör jag ofta om nätterna då jag annars bara skulle stirra upp i mitt sovrumstak. Det finns ett litet skogsparti med en damm nära Thomas gata där jag finner stillhet och lugn”

“Thomas berättade att du var med när juvelen värderades”

“Ja och jag tyckte det var tragiskt hur Thomas bara var intresserad av dess värde. Jag försökte få honom att tänka på hur den fångade ljuset och bröt sönder det, likt hur vi människor tar det som är ljust och vackert och kan lika gärna sprida det som krossa det i små, små bitar” Diktaren Dan suckar djupt.

“Så du tycker inte det är så viktigt med pengar?” frågar Culix.

“Jag har aldrig förstått mig på pengar, annat än att de är vad vi tvingas sträva efter. Liksom kärlek kan pengar leda oss till misstag som växer och förökar sig. Och överallt finns tjänster som lovar att hjälpa, men allt de gör är att leda oss djupare in i fördärvet”



Den sista misstänkta är Juveleraren Jonas. Det är allmänt känt att han och Thomas ofta är i luven på varandra.

“Thomas berättade för oss att det vara du som värderade juvelen och sa att den var värd över 30 000 kronor” Jonas skrattar till så att hans yviga mustasch guppar lätt.

“Ja, det var vad jag sa till honom! Tvålklåparen har ju inte ögon för sådant, men i själva verket är den inte värd mer än hans skulpturer. Även om folk betalar dyra pengar för dem”

“Varför ljög du för honom?”

“För att han är en knöl helt enkelt. Så fort han äger något av värde ska han visa upp det för alla, utan att tänka på att andra har det sämre ställt och det var just vad han gjorde”

“För att uttrycka sig milt verkar du och Thomas inte vara på god fot”

“Det kan man säga! Och han ska alltid beklaga sig. Hans städerska torkar inte av köksskåpen ordentligt, hans fotbollslag förlorade igen, läset på hans ytterdörr är fortfarande trasigt! Han tjtade hål i huvudet på mig och stackars Dan”

På kvällen pratar Mira och Culix i telefon medan de lagar middag. De diskuterar fram och tillbaka allt de fått reda på under dagen. Just när Miras pasta börjar koka över och Culix bränner sig på sin stekpanna går det upp ett ljus för dem.

“Aj! Jag vet vem det var!” utbrister Culix. Mira tar hastigt av locket på kastrullen och svarar att hon också vet.

Vet du?

Svaret hittar du på sidan 31

Elin Stemme, B18
Journalist 2020

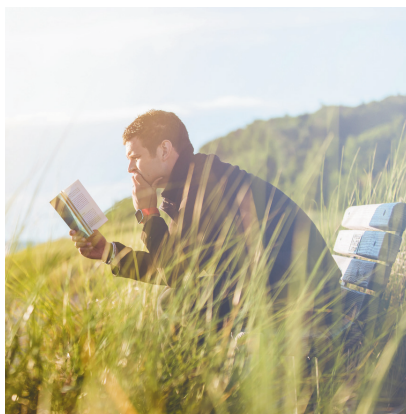
Tips från karantän-coachen

- Amanda Ekegrens tips för en framgångsrik karantän

Alla har vi olika sätt att hantera det faktum att undervisningen övergått till distansundervisning. En orsak är att vi upplever situationen på olika sätt. Jag för min del började klättra på väggarna efter ungefär två veckor, vilket var längre än vad jag trodde från början. För att vara en introvert människa har jag känt mig ovanligt extrovert av att sitta hemma. Visst är det mysigt att ha kaninerna till sällskap, men det blir ganska ensidiga samtal - och de ser inte vitsen med saker som inte går att äta. Inte för att de inte försöker äta både sladdar och brädspel om de kommer åt. Jag tänkte därför dela med mig av mina 5 bästa tips för att inte bli tokig hemma, inte i någon speciell ordning.

1

Plugga utomhus!
Föreina nytta med
nöje och njut av
solen när den visar
sig.



2

Försök ha det trevligt
hemma. Lyssna på
lite musik och gör en
kopp te till läsandet.
Till teet kan ni med
fördel ta en kaka. Ett
trevligt recept hittar
ni på en annan sida i
Druiden ;)



3

Håll rutiner. Jag för
min del märker att
jag blir mycket mer
produktiv om jag bara
byter ur pyjamasen
mot riktiga kläder, sät-
ter upp håret och vet
vad jag ska göra.



4

Glöm inte att
ni faktiskt kan
träffa vänner,
så länge som ni
håller lämpligt
avstånd. Ät en glass ute i
solen, träna tillsammans
eller ta en promenad. Det
gör mycket till att träffa
folk på riktigt.



5

Plugga tillsammans. Via
messenger, zoom eller
annan lämplig applica-
tion kan man studera
tillsammans på olika
håll.



MATILDA RECENSERAR

Nu när man har mer tid på sig att göra saker än vad man kanske hade tänkt så bestämde jag mig för att ta tag i sådant som jag velat göra men inte gjort än. Jag är, som många andra, inte speciellt duktig på att lyssna på hela album. Jag hittar låtar som jag tycker är bra och lyssnar sedan på dessa till jag tröttnar. Jag tänker dock ofta att jag någon gång ska lyssna från början till slut. Jag är också generellt dålig på att börja titta på serier. Jag får rekommendationer som jag tycker verkar bra men trots det är det sällan som jag faktiskt ser dem.

Det första jag valde att lyssna på är One Direction. Gruppen är den första artisten som jag verkligen var ett fan av, så det kändes naturligt att de ska få äran att vara en av artisterna som jag gör undantag för. One Direction bildades 2010 och släppte fram till 2015 fem album. Sedan 2016 har gruppen varit på paus och alla medlemmar har släppt soloalbum.

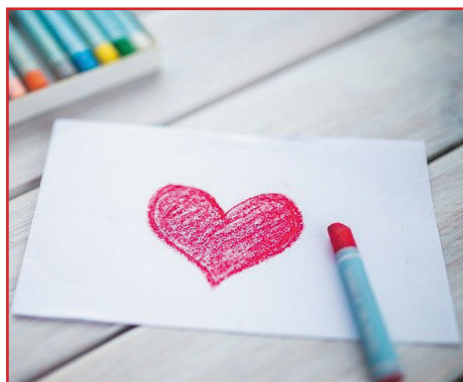


Album ett och två: Två album med ungefär tre-fyra olika låtar med olika twists. Allvarligt, hur många gånger har man egentligen hunnit vara kär PÅ RIKTIGT så att man kan sjunga sånger om hur man kommer vara tillsammans för evigt när man är runt 17-18?!



Album fem: Nästan en 180 från första albumet. Känns inte riktigt lika självklart längre att man ska stå och skråla dessa sånger. Det finns lite för många långsamma låtar för min smak. Favoritlåtar är nog Kiss You, No Control, Girl Almighty, Temporary Fix och Never Enough.

Album tre och fyra: Det rena pop--soundet har försvunnit och ersatts av låtar som man kan sjunga för full hals på konsert. Jag gillar personligen detta soundet bättre. Känns tydligt att vem som skriver låtarna har skiftat.



Den andra artisten jag valde att ge äran åt är det sydkoreanska bandet BTS. Bandet bildades 2013 och består av 7 medlemmar. De har sedan 2017 gjort stort väsen av sig i USA och är en av de mest framgångsrika artisterna någonsin i Sydkorea. De har släppt en enorm mängd med musik men efter lite rensande lyckades jag få fram en spellista. Var ska man börja... I musikkatalogen finns minst en sång för varje känsla/humör som jag kan komma på. Det finns faktiskt guldgruv på alla album som de har släppt, enligt mig. Stilen har ändrats, lite mindre hiphop numera, istället har den övergått mer mot pop. Känns dock som att det är en organisk övergång. Tror att det beror mycket på att medlemmarna alltid varit med och producerat/skrivit sin egen musik och att deras nya erfarenheter påverkar det som de vill skriva om. Jag är mest förtjust i upbeat tempo- låtar, och här finns det en hel del att välja på. Det finns även flera slow tempo låtar som jag gärna lyssnar på. Fem bästa: Paradise, Epilogue: Young Forever, Save Me, Dionysus och Mic Drop.

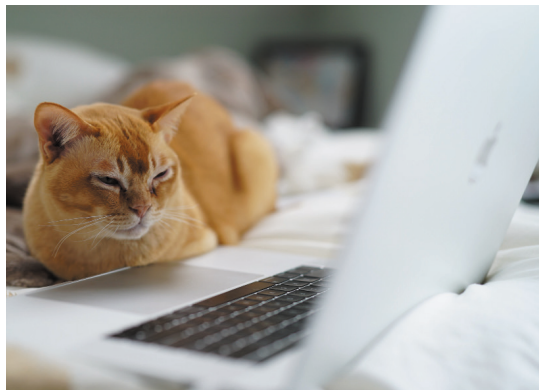


Jag är riktigt förtjust i musikalerna och har varit och sett på flera stycken. En som absolut står på min bucket list är Hamilton, har inte hört ett enda dåligt ord om den (har väl kanske inte letat jättemycket heller men ändå!). Musiken handlar om Alexander Hamilton, som är en av USAs founding fathers, och hans liv. Musiken är en rolig variant av en historiektion. Musiken är FANTASTISK och räcker för att man ska förstå historien. Om man inte orkar lyssna på precis hela albumet, (vilket man absolut borde göra, prova att göra det i omgångar!) så finns det några låtar som jag vill rekommendera: My Shot (en av de första låtarna, här presenteras flera viktiga karaktärer för oss), Satisfied (en av mina personliga favoriter), Wait for it (ger en bättre förståelse för en av nyckelpersonerna), Guns and Ships (en av de låtar jag verkligen vill se live), What'd I Miss (den är så charmig och hjälper till att introducera andra halvan av pjäsen), The Room Where It Happens (historien tar en vändning) och till sist Who Lives, Who Dies, Who Tells Your Story (pjäsens sista låt som knyter ihop alltihop).

Passade också på att se en serie som jag fått rekommenderad: Kalifat.

Serien är en thriller som handlar om radikaliserade svenskar i Syrien och om religiös fundamentalism här i Sverige. Den finns på SVT Play och är 8 avsnitt lång. Egentligen inte den typ av serie som jag brukar titta på, är generellt sett ett fan av happy endings. Denna tänkvärda serie borde dock alla se, och jag anser att den är väldigt bra. Den är fylld

av spänning och har av experter beskrivits som väldigt verklighetstrogen. Serien tar upp ett annorlunda perspektiv av Sverige och hur vi som bor här kan uppfattas, samt diskuterar farorna med att generalisera och inte tänka källkritiskt. Sammanfattningsvis tycker jag att det är en sevärd serie, och jag skulle rekommendera alla att gå in på SVT Play och ta en titt!



Our Planet har jag velat se nästan ända sedan jag visste att den fanns. Serien består av 8 avsnitt och finns på Netflix. Varje avsnitt fokuserar lite extra på vissa miljöer i världen och tar upp djur och växter som finns där, samt hur just den typen av miljö passar in i jordens kretslopp. Som alltid blir jag lika fascinerad över hur vissa saker har filmats. När vi flyger över ogästvänliga öknar eller djupt in i Sibirien och David Attenborough pratar om att här kan inget leva och så här intima bilder på tigrar har aldrig tidigare filmats, tänker jag alltid: "Men hur har ni gjort då?" Vår värld är helt otrolig, det finns så mycket häftigt och vackert. Det är viktigt att verkligen få berättat för sig hur mycket sättet som vi lever på idag skadar vår planet och därigenom påminna sig om att man kan anstränga sig för att göra något åt det.



Matilda Lindberg, B18
Journalist 2020

KARANTRÄNING

Det är väldigt lätt att släppa på träningen när man måste vara hemma hela dagarna men jag är en stark förespråkare för att träning gör att man mår mycket bättre, både fysiskt och mentalt. Jag tycker iallafall att jag själv kan koncentrera mig mycket bättre när jag tränar regelbundet. Om ni inte har testat rekommenderar jag starkt att se ifall ni också mår bättre. Och av en slump har jag tagit fram ett träningsprogram som går att göra oavsett tidigare erfarenhet av träning.

Jag har delat upp programmet i kondition- och styrketräning där styrketräningen är uppdelad i ett antal olika muskelgrupper. Efter ett par veckor kan ni såklart ändra vissa övningar, lägga till fler eller mindre beroende på hur det känns!

Gå nu ut och kom igång med träningen så ser vi till att K-sektionen är den mest välmående sektionen på LTH, men vänta tills du läst klart resten av tidningen! ;)

VECKA	PASS 1	PASS 2	PASS 3
1	Löpning: 4 km	Hela kroppen	Vila
2	Löpning: 4 km	Ben	Bål
3	Löpning: 5 km	Hela kroppen	Armar
4	Ben	Bål	Löpning: 6 km
5	Hela kroppen	Armar	Bål
6	Ben	Löpning: 6 km	Hela kroppen
7	Löpning: 8 km	Armar	Hela kroppen
8	Löpning: 10 km	Bål	Hela kroppen

Uppvärmning (6min 30s)

1min sträck upp-fram-ner

- X2** { 1min jumping jacks
45s Häl till rumpa
30s höga knän
1min sträck upp-fram-ner

Helkropp (7-8min)

-2min vila mellan varje varv

-20s-30s vila mellan varje övning

- X3** { 40s mountain climbers
12st burpees
12st fällkniven
15st squat jump
12st per sida squat knee to elbow
12st sprawls

BÅL

- X3** { 15 Sit-up
10 Fällkniven
15 Ryggresningar

- X3** { 1 min Sida till sida
(15sek arbete,
15sek statisk vila)
8 per sida Sneda sit-ups
10 Saxen med ben mot skyn
15Höftlyft

- X2** 2 min Plankan

Stretching

BEN

Uppvärmning:

- X3** { 30s jogg på stället
30s höga knän
30s jogg på stället
30s sparka i rumpen
30 s jumping jacks
30 s skidåkaren
Uppstegning/Tänjning
10st Kissande hunden
10st Armsträckning
(baksida ben)

Huvuddel:

- X2** { 20st squats
10st utfallssteg framåt
50st step-ups

- X2** { 20st squats med hopp
10st utfallssteg bakåt
50st step-ups

- X2** { 20st squats med knälyft
10st utfallssteg sidled
50st step-ups

- X2** { 10st sprawls
50st step-ups
10st burpees vanliga
50st step-ups

Slutsputt

5min 90 grader

(30s jobb/30s vila)

Stretching

Uppvärmning:

1min sträck

upp-fram-ner

- X2** { 1min jumping jacks
45s Häl till rumpa
30s höga knän
1min sträck upp-
fram-ner

Huvuddel:

- X6** { 10x3 Armhävning
(smal, vanlig,
breda)
15 Dips
5 Pull-up

- X4** { 10 Axelarmhävning
20m Krabbgång
2 min flygplan

stretching

ARMAR

Visste du att alla övningar går
att hitta beskrivna på IdrU:s
instagram kidru2020?

Adam Jacobsson Trönndal, K18
Informationsmästare 2020

karantänsbingo med Redacteurerna

Av: Filippa Wentz, K17
Redacteur 2020

För att stilla vår egna hunger efter något att göra så har vi skapat ett alldeles eget karantänsbingo! Vem fick flest poäng? Svaret ser ni på nästa sida! Kan du slå oss?

Upplevt ett pinsamt ögonblick under en zoom-föreläsning	Provat en ny klädstil bara för att	Läst en bok	Tagit upp en gammal hobby	Googlat Covid-19 symptom
Återskapat ett konstverk	Organiserat en låda du aldrig öppnar	Applåderat på balkongen/fönstret för de som arbetar i sjukvården	Passat på att ändra din frisyra	Obsessat över något väldigt specifikt
Haft en online shopping spree	Bakat bröd	Börjat fermentera något (t.ex. kombucha, kimchi, surdeg, öl osv.)	Ändrat inredningen i ditt rum/lägenhet	Cyklat till Lomma
Pratat med dina växter	Ringt en gammal släkting	Zoomat ut under en Zoomföreläsning	Debatterat om hur coronastatistiken ska tolkas/hur länder ska jämföras	Obessat över vår landsfader Anders Tegnell
Laddat ner en träningsapp	Bingeat minst tre tv-serier	Köpt hämtmat för att "supporta ett lokalt företag"	Pysslat	Ta någon i hand av misstag

Upplevt ett pinsamt ögonblick under en zoom-föreläsning	Provat en ny klädstil bara för att	Läst en bok	Tagit upp en gammal hobby	Googlat Covid-19 symptom
Återskapat ett konstverk	Organiserat en låda du aldrig öppnar	Applåderat på balkongen/fönstret för de som arbetar i sjukvården	Passat på att ändra din frisyra	Obsessat över något väldigt specifikt
Haft en online shopping spree	Bakat bröd	Börjat fermentera något (t.ex. kombucha, kimchi, surdeg, öl osv.)	Ändrat inredningen i ditt rum/lägenhet	Cyklat till Lomma
Pratat med dina växter	Ringt en gammal släkting	Zoomat ut under en zoomföreläsning	Debatterat om hur coronastatistiken ska tolkas/hur länder ska jämföras	Obsessat över vår landsfader Anders Tegnell
Laddat ner en träningsapp	Bingeat minst tre tv-serier	Köpt hämtmat för att "supporta ett lokalt företag"	Pysslat	Ta någon i hand av misstag



= Melker 14 poäng. en rad



= Filippa 18 poäng. en rad

VINNARE!

Svar till Mira och Culix:

Diktaren Dan stal juveln. Han är skuldsatt efter att ha tagit dyra SMS-lån och behövde akut pengarna. Leran på Thomas matra kom från Dans skor, efter hans promenad i skogen. Dan visste även om att ytterdörren var olåst.

Vad är en dalahäst?

- Alignment Chart

Av: Melker Axelsson, K17
Redacteur 2020

Vad har detta med hemtrevlighet att göra? Ingenting, men det är lite kul. Inte så att vi behövde en filler-sida eller något.

The Grand Dalahäst Alignment Chart	Formpurist Endast hästar är tillåtna	Formneutral Även liknande fyrben- ta djur är tillåtna	Formrebell
Färgpurist Endast de traditionel- la dalahästfärgerna	 Endast konventionella dalahästar är dalahästar	 En dalaälg är en dalahäst	 En paella är en dalahäst
Färgneutral Även vissa andra mönster eller färger är tillåtna	 En blåmålad dalahäst är fort- farande en dalahäst	 En ko i betong är en dalahäst	 Hästlasagne är en dalahäst
Färgrebell	 En ickemålad dalahäst är fort- farande en dalahäst	 En zebra är en dalahäst	 Taj Mahal är en dalahäst

