

Adelabladet

Adelabladet träffar Gugge Edin, arbetsledare hos Adela

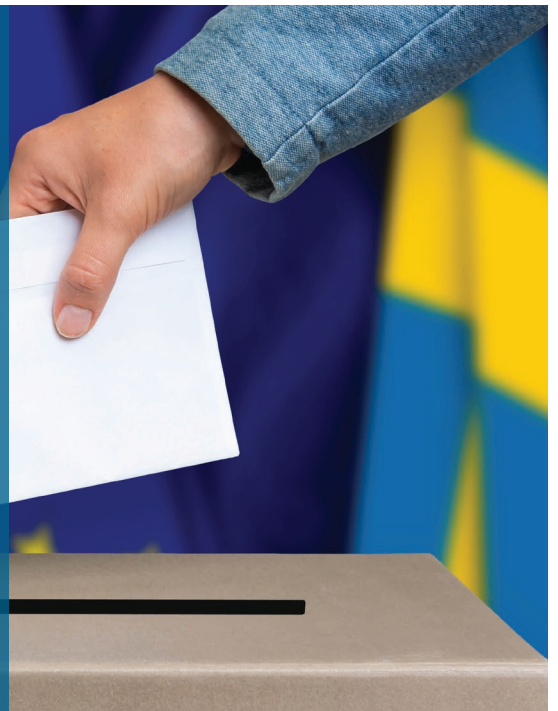
Lär känna vår arbetsledare på Adelas nya gruppboende i Steninge slottspark.

Köksträdgård på liten yta – för en ännu grönare sommar

Att påta i jorden är både avstressande och tillfredställande, och även på en liten balkong eller uteplats kan de gröna fingrarna få jobba.

Valet 2022: Snabbgenomgång av partiernas hjärtefrågor

Ta del av vår översikt över de tre huvudfrågor som partierna själva lyfter inför höstens val.



Sommarens kulturtips från Adelabladet

Äntligen sommar! Adelabladet har samlat lästips för lata sommarkvällar, blickar tillbaka på radioklassikern Sommar i P1 samt hyllar sommar-Stockholms fräschaste 80-åring.



Valet 2022: Snabbgenomgång av partiernas hjärtefrågor

De svenska riksdagspartierna har ändrat åsikt mer än vanligt på senare tid, och det kanske inte längre känns självklart hur du ska rösta i höstens val. På Adelabladet har vi därför gjort en översikt över vilka tre huvudfrågor partierna själva lyfter inför valet.

Under de senaste åren har partiernas åsikter svängt snabbt – pandemi, krig och en stundande lågkonjunktur skapar osäkerhet hos både väljare och politiker. För att hjälpa dig lite på traven har vi samlat samtliga riksdagspartiers tre kärtefrågor, och inom parentes hittar du några av huvudspåren som de driver inom området i fråga. Nu är det upp till dig att bestämma: vad tycker du är den viktigaste frågan inför valet 2022?

De viktigaste frågorna enligt partiernas egna hemsidor 8/6 2022. Läs gärna mer i partiprogrammen för en bättre helhetsbild.

Centerpartiet (C), partiledare Annie Lööf

1. Klimat & miljö (genom skärpta klimatmål, utfasning av fossilbränslen och fler investeringar & snabbare utveckling av grön teknik)
2. Landsbygden (genom ett decentraliserat beslutsfattande, satsningar på landsbygdens infrastruktur och locka fler inom

vård, omsorg och utbildning till landsbygden)

3. Jämställdhet (genom att stärka arbetet mot diskriminering, utöka diskrimineringsförbudet i grundlagen och göra även kön och funktionsnedsättning till hatbrottsgrunder)

Kristdemokraterna (KD), partiledare Ebba Busch

1. Sjukvård (genom ett statligt ansvar för vården, större möjligheter till hemsjukvård och en nationell digital vårdförmedling)
2. Äldre & pensioner (genom sänkta skatter för pensionärer, äldreboendegaranti och bättre omständigheter för personal inom äldreomsorgen)
3. Brottslighet (genom fler poliser och mer resurser till polisväsendet, strängare straff och fler kameror)

Liberalerna (L), partiledare Johan Pehrson

1. Skola & utbildning (med staten som huvudman för grundskolan och bättre möjligheter för alla att välja den skola man ska gå i)
2. Integration (genom inträdesjobb

för nyanlända, stopp för nya religiösa privatskolor och ett "förortsluft")

3. Klimat & miljö (genom innovation och marknadsekonomi för miljövänligare lösningar, satsningar på vattenkraft och kärnkraft samt inrättandet av en europeisk miljöflygskatt)

Miljöpartiet (Mp), språkrör Per Bolund & Märta Stenevi

1. Klimat & miljö (genom att förbjuda miljöfarliga alternativ genom lagstiftning, gå över till cirkulär ekonomi och satsa mer på hållbar transport)
2. Jämställdhet (genom stärkta insatser mot mäns våld mot kvinnor, fokus i skolan på samtycke och fler öronmärkta föräldradagar till män)
3. Demokrati & mänskliga rättigheter (genom att göra det svårare att ändra i grundlagen, förstärka minoritetens rättigheter och värna om tryck- och yttrandefriheten)

Moderaterna (M), partiledare Ulf Kristersson

1. Brottslighet (genom att införa hårdare straff, ge mer resurser till polisen och avskaffa ungdomsrabatt på straff)

2. Bidragsberoende (genom att införa bidragstak, göra det billigare att anställa och skapa fler praktikplatser till långtidsarbetslösa)

3. Energikrisen (genom att ändra mål från 100 % förnybart till 100 % fossilfritt, utveckla nästa generations kärnkraft och satsa på snabbare miljöprovningar)

**Socialdemokraterna (S),
partiledare & statsminister
Magdalena Andersson**

1. Brottslighet (genom att skärpa straffen och bygga ut rättsväsendet, stoppa rekryteringen till kriminella gäng och se till att alla som kan jobba faktiskt jobbar)
2. Valfärden (genom att stoppa

privata vinster inom skolan, höja pensionen till 70 procent av slutlönen och anställa fler i skola, vård och omsorg)

3. Klimat & miljö (genom att göra Sverige världsledande i grön teknik, ha som mål att bli första fossilfria välfärdsnationen och införa inhemska skatter på farliga ämnen)

**Sverigedemokraterna (SD),
partiledare Jimmie Åkesson**

1. Migration (genom att endast godkänna asylsökande från våra grannländer, ha hårdare regler för svenskt medborgarskap och hårdare försörjningskrav för anhöriginvandring)
2. Brottslighet (genom obligatorisk utvisning av grovt kriminella, tvinga gärningsmannen att betala offrets skadestånd och stärka skyddet för polisen genom till exempel fler övervakningskameror)

3. Valfärden (genom att prioritera svenska medborgare i välfärden, ge bättre villkor till vårdpersonal och lärare och värdesätta det svenska kulturarvet)

**Vänsterpartiet (V), partiledare
Nooshi Dadgostar**

1. Klimat (genom att skapa investeringsprogram för klimatet, inrätta en klimatinvesteringsmyndighet och sätta målet ett fossilfritt Sverige år 2040)
2. Äldre & pensioner (genom höjd garantipension, ett nytt pensionssystem på lång sikt och mer medel till äldreomsorgen)
3. Valfärden (genom att förstärka vård, omsorg och utbildning, öka statsbidragen till kommunerna och säga nej till vinster inom välfärden)

Adela LSS uppför Bostad med särskild service till personer med funktionsnedsättning enligt LSS



- I Steninge Slottspark, Märsta-Sigtuna Kommun
- Lantbrukets väg och Keramikens väg

Om du vill veta mer om LSS-boendet i Steninge, Märsta, eller är intresserad av placering är du välkommen att kontakta oss.



Anne-Lee Nicolaidis
Affärsområdeschef Adela LSS
010-166 50 20
anne-lee.nicolaides@adelagruppen.se



Maria Råssmo-Gullin
Verksamhetsutvecklare Adela LSS
010-166 50 21
maria.rassmo-gullin@adelagruppen.se

adelagruppen.se



Adela_LSS

Adelabladet träffar Gugge Edin, arbetsledare hos Adela

Gugge Edin är arbetsledare på Adelas nya gruppboende i Steninge slottspark. Vi satte oss ned för en kort pratstund med Gugge, för att lära känna henne lite bättre och höra mer om vem hon är både privat och på jobbet.



(Adela) Hej Gugge, vad härligt att du kunde ta dig tid att prata med oss! Vi tänkte att det vore spännande att höra mer om dig och din vardag på Adelas nya gruppboende i Steninge Slottspark. Om vi börjar med vem du är - hur skulle du beskriva dig själv med tre ord?

(Gugge) Jag skulle säga att jag är engagerad, lojal och trygg.



(A) Vad har du för roll hos Adela? Vad är den viktigaste delen av ditt arbete?

(G) Jag började på Adela LSS i februari 2022 och jag jobbar som

arbetsledare, vilket alltså innebär att jag leder och fördelar det löpande arbetet på Lantbrukets väg 12. Då jag är arbetsledare på plats hoppas jag att jag inspirerar medarbetare till att gemensamt skapa ett tryggt och bra boende för de personer som bor hos oss, bland annat genom tydliga rutiner och struktur.

(A) Hur ser en vanlig dag på jobbet ut för dig?

(G) Vi är fortfarande i en uppstartsfas, så jag jobbar i verksamheten tillsammans med stödpedagogen och en stödassistent. Varje pass börjar med en rapport om nuläget och planering av kommande arbetspass. Vi får besök av personer som önskar bo på Lantbrukets väg, och utifrån det gör vi upp en plan med besök hos den blivande kunden samt förberedelser för inflyttning.

(A) Hur har vägen till din nuvarande tjänst sett ut?

(G) Jag började arbeta inom LSS 1982, och man kan väl säga att jag halkade in på omsorg genom att min syster jobbade på ett boende

där jag började vikariera. Jag är helt enkelt fortfarande kvar inom omsorgen för att jag insåg hur bra jag trivdes. Jag har jobbat på boende och i daglig verksamhet, och även inom psykiatri - då främst i sysselsättning och boendestöd.

Vad gäller min utbildning så har jag gått på Katarina Västra vårdgymnasium, och även gått en hel del vidareutbildningar under årens lopp. Jag lär mig fortfarande nya saker och tycker att omsorgen utvecklas åt ett väldigt positivt håll! Jag känner att jag kan bidra med mycket tack vare min långa och breda erfarenhet.

(A) Vad ser du som din viktigaste uppgift på jobbet?

(G) Jag vill vara en tydlig och närvarande ledare som är med och bidrar till en god arbetsmiljö, så att det finns utrymme för utveckling och kreativitet och så att mitt team kan skapa ett tryggt och professionellt boende för personer inom LSS. Dessutom är det viktigt för mig att vi har roligt på jobbet!

(A) Vad är det roligaste med ditt jobb?

(G) Det är alla möten med olika människor. Att vara en person som bidrar till att någon kan vara så självständig som möjligt utifrån sina egna förutsättningar, med tydliggörande pedagogik och bemötande. Det känns verkligen otroligt häftigt och roligt.

(A) Vad gör du när du inte jobbar för Adela?

(G) Jag har tre barn och fem barnbarn som jag gärna umgås mycket och ofta med. Ett stort intresse är att laga mat och baka. Jag reser gärna till sol och bad, men det är inte heller helt fel att få slänga sig i soffhörnan och titta på en bra serie.



(A) Nu är det ju snart midsommar och semestertider på gång. Vad ser du fram emot sommaren 2022?

(G) Arbetsmässigt ser jag fram emot att lära känna de personer som har flyttat in på Lantbrukets väg och mina nya kollegor där, och att få njuta av den fantastiska närmiljön vid Steninge. Privat blir

det en tur med husvagnen och tid att umgås med familj och vänner. Kanske även en tur till Spanien i höst.

Stort tack Gugge för att du tog dig tid att prata med oss. Du som läser detta är varmt välkommen att höra av dig till oss på Adela för mer information om vårt gruppboende i Steninge slottspark!



Vårt mål är att varje människa ska få uppleva meningsfullhet

Våra verksamheter



Funktionsnedsättning

Vi är lyhörda och respekterar våra boendes behov.



Äldreomsorg

Vi erbjuder dig hemtjänst med kontinuitet, flexibilitet och integritet.

Vårt mål är att varje människa ska få uppleva meningsfullhet! Adelagruppen är företaget med det stora hjärtat. Vi vill bidra till förnyelse och utveckla en omsorg med hög kvalitet utifrån en salutogen värdegrund.

Varje steg på vägen till en meningsfull tillvaro sker på den enskildas villkor och ska kännas hanterbart, begripligt och tryggt.

Adela Gruppen

www.adelagruppen.se

Sommarens kulturtips från Adelabladet

Äntligen sommar! Adelabladet har samlat lästips för lata sommardagar, blickar tillbaka på radioklassikern Sommar i P1 samt hyllar sommar-Stockholms fräschaste 80-åring.



Sommarpratarna - det perfekta sällskapet på badbryggan

En kär sommartradition som startade redan 1959 är Sommar i P1, och för många av oss är det sommar på riktigt först när vi hör den klassiska signaturmelodin vid årets första avsnitt. Den sommarklingande jingeln "Sommar, sommar, sommar" skrevs redan 1952, och har använts som intro till sommarpratet sedan 1960.

Bland de mest spännande samtalen är ofta årets folkvalda pratare, en tradition som inleddes 2007. Den första lyssnarvalda värden var Peter Martinsson, som berättade om livet ur en kortväxts perspektiv. I år kommer vi att få höra Bengt Einar "Sotarn" Johansson. Han skulle ha lobotomerats som barn om läkarna hade fått som de ville, men räddades av sin mamma. Den 67-årige "Sotarn" har en livshistoria som bäddar för spännande lyssning den 13 juli.

Årets övriga sommarpratare avslöjas efter att detta Adelablad skrivs. Glöm inte att du fortfarande kan lyssna på förra årets värdar - lyssnarfavoriterna var bland

annat artisten Benjamin Ingrosso, sångaren Niklas Strömstedt, tv-kocken Tareq Taylor och polisen Nadim Ghazale.

Fyra bladvändare för både sol och regniga dagar

Här kommer fyra böcker som vi på Adelabladet ser fram emot att läsa i sommar. Du som inte vill vända på fuktiga bokblad kan även välja att lyssna på dem.

Ett äventyr genom 25 landskap

Följ Linda Åkerberg genom Sveriges 25 landskap i boken Expedition. Till fots, i kajak och på cykel korsar Åkerberg vårt land, och hon delar öppenlyst med sig av både sina rädslor och framgångar under äventyret. För den som vill uppleva lite äventyr bekvämt från badbryggan!

En klassiker som fyller 50

Tove Janssons Sommarboken fyller 50 år i år - ett extra bra skäl att lägga den på sommarens lästlista! I den här vackra klassikern följer vi Sophia och hennes farmor under en sommar i den finska skärgården. En berättelse om såväl den nordiska naturen som vänskapen mellan två

människor i varsin ände av livet.

Maffig tegelsten om liv - och död

Karl-Ove Knausgårds nya roman Vargarna från evighetens skog är en tegelsten på nästan 800 sidor som utspelar sig i 1980-talets Norge samt i ett nutida Ryssland, och berättelsen vindlar genom olika filosofiska idéer. Vad skulle till exempel hända om vi fick evigt liv? För dig som vill ha en utmaning i hängmattan.

Klassiska pusseldeckare i sommarlandskap

Ingen sommar utan deckare! Anders La Mottes och Måns Nilssons Morden på Österlen-serie är två klassiska pusseldeckare. Det innebär att tyngden ligger på uppfinningsrikedom och snitsighet snarare än våld och blod. Mysterierna utspelar sig i perfekt sommarmiljö, bland herrgårdar och åkrar på den skånska landsbygden.

Parkteatern firar 80 år!

Visste du att Parkteatern har varit igång i 80 år? Teatern grundades mitt under andra världskriget i syfte att ge Stockholmarna möjlighet att mötas över konst och

kultur.

Åtta decennier i kulturens tjänst är värt att fira, och årets program är så klart extra maffigt. Parkteaterns föreställningar hålls dessutom på flera platser i både Stockholms förorter och innerstan, vilket gör att de allra flesta kan hitta en föreställning nära sig. I sommar blir det en salig blandning av musik, luftakrobatik, teater och dans, så vi kan nästan garantera att du och grannen, barnbarnet, kärestan eller

bästa kompiserna hittar något som lockar er.

På Adelabladet är vi lite extra nyfikna på bland annat följande tre föreställningar:

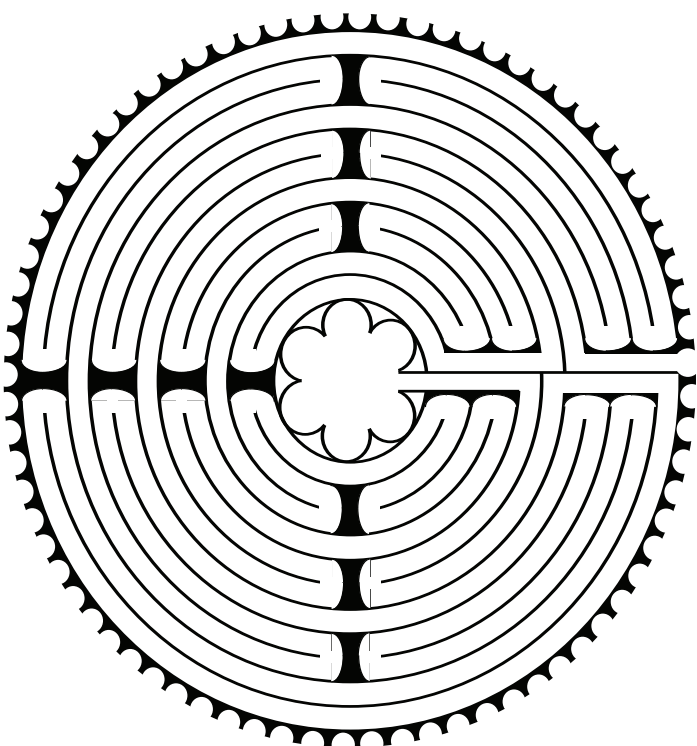
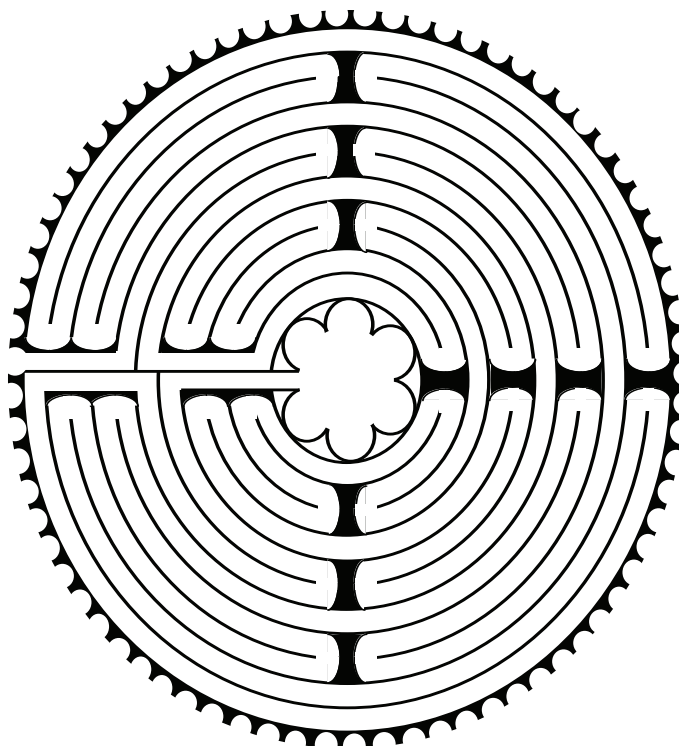
- Operaföreställningen *Sova vaken*, som vänder sig till barn och unga.
- Cirkusföreställningen *What will have been*, med cirkuskompaniet Circa från Australien.
- Teaterstycket *Julieta*, en "one-woman clown show" som handlar om åldrande och friheten att

vara den du är, oavsett ålder och samhällets normer.

Hela programmet hittar du både på nätet och i fysisk form på Kulturhuset Stadsteatern i city. Och glöm inte det allra bästa - Parkteatern är gratis för alla! Allt du behöver göra är att packa picknickkorgen och bjuda med någon som du tycker om på en magisk kväll under bar himmel.

		5			8	6		1
7				2				9
8	4						3	
	7	3	6	8	5	1		
	5		2					
2	9			1				3
		7			2	8	5	4
6							1	7
			7	9			2	

	9	8						7
6						9		
4					3			5
1	5			2	8	7	9	
	4		3	7		1	5	6
	3	9			5	4		
	6	7		8		5		4
					4	2	1	9



Köksträdgård på liten yta – för en ännu grönare sommar

Att påta i jorden är både avstressande och tillfredställande, och även på en liten balkong eller uteplats kan de gröna fingrarna få jobba. Vad sägs om en köksträdgård i hink och kruka?



Visste du att många av våra favoriter bland frukt och grönt faktiskt går att odla i kruka eller hink? Att skapa en egen köksträdgård på balkongen eller en gemensamma uteplats blir ett både trevligt och givande projekt som dessutom ger ett både nyttigt och gott resultat.

Potatis

- Enkelt och billigt
- Behöver mycket vatten
- Två månader från sättning till skörd

Vad sägs om egenodlad nypotatis till midsommaren 2023? Testa att odla potatis i hink redan nu, så har du vanan inne till nästa år! Häll på 10 cm näringsrik matjord i en 10-litershink, stoppa ner 1-2 potatisar och fyll på med mer jord. Gör gärna några hål i sidan av hinken för dränering. När blasten tittar upp ställer du hinken ljust. Vattna mycket, jorden får inte torka ut!

Tomat

- Behöver sol, värme och mycket

näring

- Minimum kruka på 10 liter
- Odlar från frö eller planta

Du som vill ha tomater redan i år köper en färdig tomatplanta. Vi rekommenderar körsbärstomater, de är enkla att odla och har mycket smak. Kom ihåg att pollinera blommorna om du inte har gott om bin och fjärilar på din odlingsplätt! Om tomaterna inte hinner mogna innan frosten är tillbaka tar du bara in krukan och låter dem mogna klart på en solig plats inomhus, eller plockar dem och låter dem efter mogna på köksbänken.

Jordgubbar

- Vill ha mycket vatten och bra dränering
- Kruka på minst 20 l
- Låt övervintra inne

Minns du smaken av en solvarm jordgubbe som du plockat direkt från plantan? Jordgubben är en flerårig planta som ger ännu godare gubbar andra året, så den är värd att investera lite tid

och kärlek i. Den vill gärna stå lite större och kräver bra dränering, så grunda med lecakulor. Det är en tacksam växt som faktiskt är enklare att odla i kruka än i land – det du behöver vara mest noga med är vattningen (varje dag vid fint väder!). Låt gubbarna mogna helt på plantan – och se upp för sötsugna fåglar och andra småtjuvar.

Nu när du är igång med potatis, tomat och jordgubbar kan du passa på att lägga till lite goda örter i kruka – plantera om dem som du köper i mataffären så håller de längre. Ett enkelt sätt att ge extra grönska till både frukostmackan och potatissalladen!

Skicka gärna in bilder på dina odlingsprojekt till Adelabladet så publicerar vi dem i ett senare nummer. Vi önskar dig en riktigt smakrik sommar!