

MITT I



Dela din åsikt – här och på mitti.se

Välkommen till din egen sida. Skriv om något som gör dig glad, upprörd eller fundersam. Eller varför inte hylla en hjälte eller tycka till om en buse?

Skicka gärna med bilder – vi vill ha många foton!

Ditt inlägg ska inte vara längre än 2000 tecken och svaren 1200 tecken. Redaktionen förbehåller sig rätten att redigera i texten.

Även om du skriver under signatur vill vi ha namn och kontaktuppgifter. Anonyma insändare publiceras inte. Redaktionen ansvarar inte för insänt, ej beställt material.

Kontakt: Insändarredaktionen har telefonid måndag–onsdag kl 13–16. Telefon: 550 550 80.

INSÄNT

Id-kontroll minner om öst

● När jag på tv-nyheterna ser hur det går till vid gränserna med id-kontrollerna upplever jag mig tillbaka – för många år sedan – i Berlin, gränsövergången till DDR via Friedrichstrasse.

Kanske någon av läsarna varit i den situationen någon gång, i avsikt att gå över gränsen från "Västberlin" till "Östberlin" för att besöka den halvan av staden, träffa släkt och vänner.

Egentligen obekvämligt hur folk behandlades där. Vilken otroligt lååååå

väntan för att i supersnigeltakt släppas genom efter att ha kollats länge i en oerhörd trängsel, utan sittmöjligheter, i kvav, stressande miljö.

Och sedan under förut-sättning att före midnatt vara tillbaka och passera gränskontrollen igen, i tid.

Minnet kom för mig då jag i kväll såg vad som skedde och vad olika ämbetsmän sade, och även om det endast är en

susning ännu så verkar det bädda för värre.

Fästning Europa stryper sakta själva idén om EURO-PA.

Hildegard Trinkies



INSÄNT

Rädda centrum i Sundbyberg

● Förra året hölls möten om Sundbybergs framtida centrum efter järnvägens nedgrävning. Många röster höjdes för att karaktären av småstad skulle behållas.

Sturegatan med sina 3–4 våningar höga hus och fina blandning av stilar, butiker och bostäder hyllades. När andra satsar på höga hus och sterila centra, skulle vår stad kunna bana väg för en trivsamt arkitektur med småskalighet, parker och lekplatser med mera.

Ett skyltfönster för det "nära och charmiga" Sundbyberg, som stads-slogan lyder.

Ska någon del exploateras kan det väl vara runt nya resecentrum, där miljön ändå är ganska trist. Att bygga på runt Swedbank och vid gränsen till Solna är mer naturligt, då det handlar om en nod för pendeltåg, fjärrtåg, tunnelbana, tvärbana och bussar.

På så vis kan människor som reser dit och arbetar där naturligen ta sig till Sturegatan som måste leva vidare och till ett småskaligt centrum, medan bebyggelsen västerut fredas från elefantiasis.

Men vad ser vi när sta-



Insändarskribenterna är skeptiska till exploatering- en längs Järnvägsgatan.

dens projektgrupp nu lägger förslag i skisser och en modell?

Jo, en stark exploatering längs Järnvägsgatan med hus upp till sju våningar! En satsning där hotar Sturegatan och går tvärs emot önskan om en trivsamt stadskärna. Förslagsstäl-larna verkar inte ha deltagit under mötena förra året eller läst referaten av dessa på stadens egen webb.

Ännu finns tid att påverka (bland annat på möten den 21 och 27 januari vid Marabou) och det är viktigt att så många sundbybergare som möjligt sluter upp och gör sina röster hörda!

ANITA GRANQVIST
ordf. Hyresgästföreningen
Sundbyberg

LENA A. LÖFSTRÖM
chef Sundbybergs museum

MATS LÖFSTRÖM
Sundbybergs hembygdsförening

Dela

Dela med dig av dina filmer, åsikter och idéer.



Insändarskribenten Kristina undrar vad det kan vara för sorts fåglar hon såg vid Råstasjön.

LÄSARBILD

INSÄNT

Nya fåglar på besök vid Råstasjön

Dessa fåglar hälsade på vid Råstasjön i söndags förmiddag. Vad kan det vara för sort? En ivrig skock!

KRISTINA

● Svar

Svar på insändaren "Skoldagen börjar för tidigt" den 5 januari.

Sov i tid så orkar du

● "Slutkörd 12-åring" skriver att skolan börjar för tidigt. Skolan är inte bara till för att förbereda elever med kunskap för fortsatta studier utan också till att skapa rutiner och förberedelser inför vuxenlivet. Om du tycker att det ställs för höga krav på dig, som 12-åring, från skolans och samhällets sida kommer du knappast att få det lättare i högstadiet eller i gymnasiet och framförallt inte i vuxenlivet.

Du skriver också att morgonpigga äter mer frukt och grönt och kvällspigga äter mer sötsaker. Att börja

senare på dagen skulle minska fetman.

Det handlar inte om hur tidigt eller sent man börjar på dagen utan om vad man stoppar i sig och självdisciplin.

Sluta klaga över att skolan börjar klockan 08.00. Gå och lägg dig i tid och gå upp i tid på morgonen så att du hinner äta frukost och är utvilad. Ja, det är mörkt ute på morgonen och jobbigt att stiga upp. Men det är det för alla oss andra också. Skriv en insändare om skolmaten i stället, För den har sannolikt större orsak till din brist på energi än vad tidiga mornar har att göra.

Allt gott och lycka till med skolan.

TOM

♥ Veckans hjältar

Vi vill från djupet av våra hjärtan tacka Hemtjänsten Fågelsången som med sin genuina värme och omsorg bidrog till att vår Ellas sista dagar blev fyllda av en känsla av trygghet. Vi kan inte nog tacka er för det ni gav henne och vi kommer för alltid att vara er tack-samma.

Tack Miriam, Afra, Marie, doktor Ingrid och många fler för er värme och medmänsklighet under Ellas sista dagar i livet.

ANNA



Välkommen till oss på GYNEKOLOGMOTTAGNINGEN BETANIA

Hos oss är det lätt att få tid

Vi har lång erfarenhet av utredning och behandling av gynekologiska besvär. Du kan också få hjälp med preventivmedelsrådgivning (ingen avgift) och cellprov. Mottagningen hittar du inne i Solna Centrum.

Vi har avtal med Stockholms läns landsting. Frikort och vanliga patientavgifter gäller och du behöver ingen remiss.

Välkommen! **Dr. Suzanne Rössner Sinclair** och **Dr. Ursula Wrobel-Taki**

GYNEKOLOGMOTTAGNINGEN BETANIA
Tidsbokning: 08-661 82 27
Öppettider: mån-tor 8-17 fre 8-15
Solna Torg 13, 7 tr, 171 45 Solna



TRÄFFEN

Träffen

Du som vill annonsera, svara eller lyssna av svar på annons ring 09391053186. Samtalet kostar 9,60 kr/min. Du måste använda dig av en telefon som är knuten till ett abonnemang eller en hemtelefon.

Observera att detta är en telefonservice och endast ett urval av annonserna i röstbrevlådan publiceras i tidningarna i mån av plats.

När du ringer blir du instruerad av en röst och kan välja att trycka

- 1) Annonsera
- 2) Lyssna, svara på annonser
- 3) Lyssna av svar på din egen annons
- 4) Information

När du har spelat in en ny annons tilldelas du ett annonsnummer och en pinkod. Skriv ner koderna!

Om du vill svara på en annons har du 30 sekunder på dig att tala in ett meddelande till den som har annonserat.

Du kan endast svara på annonser via telefon.

Obs! Vi förbehåller oss rätten att ta bort osedliga annonser.

