



Med en dansfestival i Umeå vill arrangörerna återskapa dansen som social umgängesform.

FOTO: PER LANDFORS

# Festival i dansens tecken

**I helgen är det dansfestival på Umeå folkets hus både fredag och lördag. Lindy hop, folkdans, capoeira, samba, salsa, squaredans, street och tango står på programmet. Det blir uppvisningar, gratis workshops, seminarier, lektioner och dans till levande storband från stan.**

– Det är första gången vi ordnar en dansfestival. Vi har bildat en förening, Dansens hus i Umeå, för att vi vill att kommunen ordnar ett hus för dansen, säger Tomas Näslund, huvudarrangör och ordförande i Dansens Hus.

Tomas framhåller dansen som en viktig kulturbärare. Medlemmar i Dansens Hus är föreningarna Björksta Folkdanslag, dansgruppen Scheherazade, Gammeldansens Vänner, Swingum, Tango Norteño, Umeå Salsa Club och Umeå Square Dancers.

– Dans är en lika fin kulturyttring som balett, skillnaden är att balett räknas till finkultur, konstaterar Tomas Näslund.

**SYFTET MED** dansfestivalen är att åter skapa dansen som social umgängesform.

– Det är en del debatt om mäns våld mot kvinnor – att umgås i dans ger en helt annan attityd. I dansen lönar det sig att vara artig och jag vet att män blir lite mer gentleman i de sammanhangen. Det behövs två för att dansa och man måste vara varsam, man reagerar på en annan människa som uttrycker känslor och har sin egen känsla samtidigt. Tillsammans uttrycker man en tredje känsla i dansen.

**I KVÄLL** fredag är det dans i Studion till Lars Enmarks stora styrka och i morgon lördag kväll till Renhornen. Lördag eftermiddag är det uppvisningar i Umeå folkets hus foajé.

**Vilken är målgruppen för festivalen?**

– Alla som vill dansa, unga som gamla.

**Vilken typ av dans gillar du bäst?**

– Jag är tango men egentligen spelar det ingen roll vilken typ av dans det är – man blir glad av att dansa och så är det nyttigt. Framför allt tränar man kondition och balans, säger Tomas Näslund.

ERICA SJÖSTRÖM

**Läs mer på nätet:**  
[www.umeadansfestival.com/](http://www.umeadansfestival.com/)



I dansen lönar det sig att vara artig och män blir litet mer gentleman.

FOTO: ASRES ABEBE



Komikerduon Mia Skäringer och Klara Zimmergren är aktuella med ny dvd.

FOTO: FREDRIK SANDBERG

## Håll skämskudden inom räckhåll

**DVD** Nästa vecka släpps den... För er som inte kan få nog finns den snart på dvd, Mia och Klara säsong 2 ges ut på onsdag. Kolla hur Mia Skäringer och Klara Zimmergren lyckas som pr-konsulter, följ Gulletussan hos terapeuten och Tabita som fått jobb på äldreboende. Ny för säsongen är fantastiskt pinsamma hundtränaren Görel, lite för mycket av allt... Med skämskudden inom räckhåll ser jag fram emot dvd:n med Mia och Klara säsong 2.

ERICA SJÖSTRÖM

## Mer smak på mackens snabbmat

**MAT** Statoil ska bli bättre på snabbmat och lanserar nu sitt eget matvarumärke, Made to Go, med förbättrat näringsinnehåll.

– Vi har lagt stor vikt på att utveckla både smak och innehåll. I många rätter är tillsattemedel och smakförstärkare minskade eller helt borttagna, säger Helen Melde, Statoils snabbmatschef, i ett pressmeddelande.

Tidigare i år införde företaget en ny näringsmärkning som ska göra det lättare för konsumenten att jämföra snabbmaten ur närings synpunkt.

ERICA SJÖSTRÖM

## En dag för hälsan

**MAT** I dag fredag har MåBrakällan i Umeå en Hälso dag. De erbjuder allergitest, hälsoundersökning, olika typer av massage; klassisk eller thai, vitamin- och mineraltest samt zonterapi. Hälso dagen kan besökas genom drop-in eller förhandsbokning, den pågår mellan klockan 11 och 15.

ERICA SJÖSTRÖM

## Nattljus – årets perenn

**TRÄDGÅRD** Årets perenn 2009 är gullnattljus. Mörkgrön bladverk bildar fond för solgul färgklick. En rabatternas paradväxt, fin hela säsongen och blommor länge.

Vacker är den tillsammans med mörkvioletta stäppsvalvia, rysk martorn, gulblommande praktröllika och blåviolett kantnepeta.

Varje år utser Perenngruppen inom Gröna näringens riksorganisation en flerårig växt som ska vara frisk, vacker och hårdig. Syftet är att lyfta fram särskilt värdefulla trädgårdsväxter.

MARIE ALBINSSON



Gullnattljus är årets perenn, utsedd av perenngruppen.

FOTO: MARIE ANDERSSON

## HALLÅ DÄR!



**RUFFA ALVING OLIN, 71, som nyligen gav ut boken Bang om Bang, som handlar om hennes mamma, den legendariska journalisten Barbro Alving.**

**Hur har boken mottagits?**

– Vi trodde inte boken skulle få så fina reaktioner, den är redan slut på förlaget. Andra upplagan ska vara klar i slutet av den här månaden. Det har varit mycket jobb med att sammanställa materialet.

**Andra hyllar Bang genom att beskriva henne som en lysande journalist, pionjär eller fredskämpe, men Ruffa Alving Olin låter henne berätta om sig själv.**

– Det är ett urval av hennes personliga journalmemoarer, som publicerades på 1960-talet, först i Veckojournalen, sedan blev det en bok; Det kom aldrig i tidningen. Dessutom har jag gjort ett urval ur hennes brev och dagboksblad. Man får en

inblick i människan Barbro och det var det hon ville berätta om i sina memoarer som hon aldrig skrev.

**Hur var det att vara dotter till en legend?**

– Det är på gott och ont. Fördelen är att folk är så snälla och tar emot en överallt. Det negativa finns väl mest inom en själv, att bli jämförd med och aldrig kunna leva upp till sin mamma som var så bra.

Ruffa Alving Olin blev också journalist, trots att hon inte hade tänkt det. Men det är en annan historia.

MARIANNE WINKA

**Ruffa Alving Olin kommer att prata om sin berömda mamma och den nya boken Bang om Bang på Bokcafé Pilgatan i Umeå på tisdag.**