

Tipspromenaden

Lötsjöparken



Råstasjön





Denna 5 km långa promenad tar dig runt två natursköna sjöar.

Promenaden börjar vid restaurang Gröna Stugan vid Lötsjön i Sundbyberg, går sedan medsols runt Råstasjön i Solna och tillbaks runt Lötsjön.

Varma soliga dagar myllrar dessa parker av människor som promenerar, joggar, cyklar, solar, grillar, spelar minigolf och boule, leker och umgås.

Passa på att njuta av den vackra omgivningen och försök identifiera de många olika fågelarter som häckar vid dessa två sjöar. Skyltar med information om fågellivet finns uppsatta runt sjöarna.

Föräldrar med barnvagnar kan ses utmed stigarna runt sjöarna – samt ofta häckandes vid Gröna Stugans café.

Promenaden börjar som sagt vid Gröna Stugan.

Gröna Stugan är en kopia av en ursprunglig matservering som inte ens låg vid Lötsjön, utan mitt i Sundbybergs centrum. Detta var dock 1878, mitt under vår lokala Klondike tid. Att den lilla orten fick sitt eget fina matetablissemang var en stor sak. Gröna Stugan blev för Sundbyberg ”det bildade samhällets framtid”.

Flyttat i original blev innertaket av målat glas. Det har monterats upp i bottenvåningen och kan där beskådas under intagande av, förslagsvis, varmrökt lax.

Svaret till första frågan på vår tipspromenad hittar du här, på Gröna Stugans område.

Ett årtal kan skådas på den byggnad som är upprest invid uteserveringen. Vilken av följande historiska händelser inträffade detta år?

- A. Storbritannien lämnar över kontrollen av Hong Kong till Kina
- B. Amerikanske presidenten John F. Kennedy mördas i Dallas
- C. Neil Armstrong tar människans första steg på månen
- D. En olycka inträffar vid kärnkraftverket i Tjernobyl

Påbörja nu promenaden runt sjöarna. Nästa fråga kommer vid en liten staty på vänster sida. Håll utkik efter den.

Vad är det engelska namnet på de djur skulpturen föreställer?

- A. Wolf
- B. Cat
- C. Lynx
- D. Dog



Fortsätt nu bort mot och över Golfängarna.

Här fanns i början av 1900-talet Råsundabanan, en av Stockholms allra första golfbanor. Nio hål spelade man, kors och tvärs över sankmarkerna.

Stålkubbor introducerades dock strax, vilket fick bollarna att gå längre. 1926 var det över, Råsundabanan var för liten - klubben flyttade till Danderyd via en kort period på Lidingö.

Skulle du ha turen att hitta en gammal golfboll kan det vara tid att besöka kungahuset. Den kan nämligen ha tillhört kronprinsessan Margareta.

När ni nu går över ängarna, blicka bort mot Storskogen. Där ser ni Sundbybergsverket, ett av Norrenergis värmeverk. Inte den vackraste av synen under en sådan här mysig promenad, men värme vill vi ju ha.

För att få svaret på följande fråga ska ni multiplicera det antal höga skorstenar ni ser med den dag i juni som är Sveriges nationaldag:

- A. 18
- B. 8
- C. 6
- D. 36



Gå nu vidare över ängarna – följ den norra gångvägen ovanför Råstabacken. Här är det öppet och fint. Ta gärna en paus. Sätt er ner i gräset och slappna av.

4

När ni sitter där, spana omkring och se om ni kan se en liten bro över bäcken som går mellan Lötsjön och Råstasjön. Hur många betongplattor består bron av?

- A. 26
- B. 30
- C. 34
- D. 38

När ni fortsätter er promenad kommer ni snart över en bilväg fram till Råstasjön. Även denna ska ni runda medsols.

Nästan det första ni träffar på när ni korsat gatan är en tavla som beskriver fågellivet runt sjön. Ta nu chansen att lära er lite mer om sjöfåglar.

Vad får du om du dividerar numret för skäggdopping med det antal månader planeten Mars har?

- A. -6
- B. 3
- C. 0
- D. En ostfralla

Gå nu vidare in i skogen på norra sidan av sjön. Håll utkik efter en skylt på vänster sida. Den pekar mot ett café och tenniscenter. Vilken av följande idrottsarenor är belägen i den stad som nämns på skylten?

- A. Monza
- B. Yankee Stadium
- C. Friends
- D. Stilla Havet

Hoppas ni inte träffar på för många mygg på väg genom denna blötmark. Precis bortom en liten bro ser ni en papperskorg på vänster sida.

6

På papperskorgen syns en fin symbol med en sol. Vad symboliserar denna symbol?

- A. Sundbyberg
- B. Solguden RA
- C. Solna stad
- D. Råstasjöns soliga läge

Är du sugen på minigolf finns nu denna rundas första minigolfbana uppe på höjden till vänster. Där håller Solna bangolfklubb till.

Hälsans Stig kallas de motionsslingor som Hjärt-Lungfonden har anlagt tillsammans med de flesta av landets kommuner. En sådan går ungefär samma runda som du promenerar nu. Du närmar dig en skylt som beskriver den här slingan på höger sida.

Hälsans Stig har funnits sedan 1995 då den första slingan upprättades. På keltiska heter Hälsans Stig Slí na Sláinte, vilket direkt översatt betyder ungefär Vägen mot Hälsa.

Vilket av följande keltiska språk är officiellt språk i det land varifrån Hälsans Stig kommer?

- A. Skotsk-gaeliska
- B. Korniska
- C. Iriska
- D. Bretonska

När ni nu fortsätter promenaden längs Råstasjöns södra kant kan ni studera de effekter inlandsisen har haft på landskapet omkring er.

Ni kommer snart till Råstahällen, vilken av Länsstyrelsen har förklarats som naturminne. På hällen kan ses räfflor som visar i vilken riktning inlandsisen rörde sig.

7

8

9

Hur många olika riktningar kan man se?

- A. 1
- B. 3
- C. 15
- D. 73.5

Under den senaste istiden var medeltemperaturen i våra trakter omkring -30°C. Hur lång tid tillbaks måste vi gå för att se temperaturer betydligt varmare än idag?

- A. Några år
- B. Många år
- C. Himla massor av jättemånga år
- D. Oändligt många år

När vi nu rundat Råstasjön ska vi gå tillbaks mot Lötsjön, denna gång följer vi Råstabäcken på dess södra sida.

Ett par hundra meter efter att vi korsat bilvägen ser vi ett antal parkbänkar stå på rad på andra sidan bäcken – där gick vi förbi för en stund sedan.

Vilken av följande författare har skrivit flera böcker med detta antal personer i huvudroller?

- A. Jan Guillou
- B. Astrid Lindgren
- C. Stephen King
- D. Enid Blyton

Följ nu bäcken fram till den första bro du råkar på. Håll så nära bäcken du kan.

Du passerar bl.a. en boulevard på vänster sida, och framme vid bron ser du denna rundas andra minigolfbana, tillhörande Sundbybergs bangolfklubb. Här finns också en kiosk där du kan inhandla förfriskningar.

Ha nu inte bråttom med tipsrundan, ta gärna en runda minigolf.

Fortsätt med att leta upp den lyktstolpe som på den här sidan är närmast bron. På den ser du ett nummer - Sundbybergs Stads lampnummer.

10

11

Vilken av följande historiska händelser inträffade det år numret utgör?

- A. Alexander den Store grundar Alexandria i Egypten
- B. Första Världskriget bryter ut
- C. Darth Vader avslöjar att han är far till Luke Skywalker
- D. Spanska armaden besegras av Engelska flottan

Promenera vidare längs bäcken mot nästa bro.

Ungefär halvvägs till nästa bro ser ni en stor pil mellan gångvägen och bäcken. För att ta rätt kan ni räkna ca fem träd från första parkbänken ni råkar på.

Pilen grenar sig en meter över marken. I hur många tjocka grenar?

- A. 0
- B. Lagom
- C. Allt för många
- D. Trädet är nog nedhugget

Gå nu fram mot nästa bro. Lite innan bron ser ni en mindre pil som planterades 1995.

Vilken av följande konstnärer/designer har samma förnamn som den person vars minne hedras med pilen?

- A. Michelangelo
- B. Picasso
- C. Eiffel
- D. Hilfiger

För att runda Lötsjön ska ni nu först fortsätta upp från bron och sen följa sjöns kant mot höger.

När ni svängt runt åt höger kommer ni strax få syn på en livboj vid sjökanten. Vilket år skänktes denna boj?

- A. 2010
- B. 2008
- C. 2012
- D. 2006

12

13

14

15

16

När vi nu njuter av utsikten från södra sidan av Lötsjön kan vi ägna oss åt ett lite räkning.

Efter att ha passerat den stora dörr som leder rakt in i berget, räkna antalet lyktstolpar fram till nästa parkbänk.

Glöm nu detta antal och svara istället på följande fråga: Hur många fåglar finns det i och invid Lötsjön?

- A. Fler än du kan se
- B. Fler än man kan räkna till
- C. Fler än antalet fåglar i Skåne
- D. Fler än antalet insekter

När vi nu svänger med sjön åt höger följer gångvägen parallellt med Ursviksvägen.

Till vilken plats kommer vi om vi fortsätter Ursviksvägen i denna riktning?

- A. Moskva
- B. Hallonbergen
- C. Oslo
- D. Oz

Nu är vår runda alldeles strax över. Fem kilometer har vi promenerat och Gröna Stugans café hägrar bara en liten bit fram.

Vi har dock en fråga kvar. Den klarar vi av snabbt och lätt.

Lägg ihop numren på de busslinjer som stannar här vid Lötsjön. Summan ger ett årtal.

Under vilken av följande historiska epoker ligger detta årtal?

- A. Istiden
- B. Antiken
- C. Medeltiden
- D. Framtiden

Puh! ... eller, Grattis!!

Sådär, nu får vi slappna av. Nu är det bara några steg kvar till där vi började. Frågan är hur många rätt du har lyckats samla på dig. Sitt ner, ta det lugnt, och rätta dina svar.

Hoppas ni har haft en trevlig och kanske rentav inspirationsrik och lärorik promenad.

Vi hoppas vi ser er igen på någon annan tipsrunda, eller kanske rentav samma runda igen.

Vi ses !

Har ni kommentarer, förslag eller vill anmärka på fel, skriv gärna ett e-post meddelande till svenomag@gmail.com

18

Kommunikationer

Till Gröna Stugan tar du dig lätt med tunnelbana, blå linje mot Hjulsta, avstigning hållplats Duvbo. Från Duvbo station är det ca 5 minuters promenad. Du går ner för Tulegatan och tar höger på Ursviksvägen. Nu ser du snart Lötsjön på höger sida och Gröna Stugan på dess nordvästra strand.

Du kan även ta buss 515 från Odenplan och stannar då vid hållplats Sundbybergs Idrottsplats. Därifrån följer du samma väg som från tunnelbanan, se ovan.

Annan information

Gröna Stugan

Information om Gröna Stugan kan fås på följande sida:

<http://www.gronastugan.se/>

Adress: Ursviksvägen 28, 172 36 Sundbyberg

Telefon: 08-28 14 93



Sundbybergs Bangolfklubb

Information om golfklubben kan fås här:

<http://www.sundbybergsbgk.com/>

Adress: Dimslöjan, Golfängarna, 172 40 Sundbyberg

Telefon: 08-29 52 43

Solna TennisCenter

Se information om tenniscentret här:

<http://www.solnatenniscenter.se/>

Adress: Sjövägen, Råsta Park, 170 68 Solna

Telefon: 08-85 93 10

Sundbybergs Stad:

<http://www.sundbyberg.se/>

Solna Stad:

<http://www.solna.se/>

SL:

<http://www.sl.se/>