

# Läsförståelse

# Texthäfte

Tid: 60 minuter

Inga hjälpmedel

MODELLTEST

## LÄSFÖRSTÅELSE 1

Läs texterna och svara JA eller NEJ på fråga 1–10.

*Hej Antonio!*

*Kiruna den 12 december*

*Hur är det? Nu ska du få höra något fantastiskt. Jag har fått jobb på Ishotellet i Jukkasjärvi i vinter! Hela hotellet är av is. Ja, man sover faktiskt i sängar av is och dricker ur glas av is! Antonio, du som vill se de svenska vintrarna med snö och is, ska du inte komma och hälsa på mig några veckor i vinter? Det enda som kostar dig något är resan hit upp. Den är tyvärr ganska dyr, men allt annat är gratis, för du bor naturligtvis hos mig och du behöver inte tänka på varma vinterkläder. Det kan du låna av mig och mina bröder. Men en natt måste du sova på ishotellet! Hotellet är mycket populärt, så man måste boka rum snart.*

*Det är inte bara ishotellet som är intressant här; det finns så mycket annat att se och göra på vintern. Jag skickar med lite information om Kiruna och Jokkmokk. En av mina bröder bor i Jokkmokk, där man har en stor vintermarknad i början av februari. Vi kan bo hos honom, om du vill uppleva en riktigt exotisk marknad.*

*Jag hoppas att du kommer!*

*Olle*



### **Välkommen till Jokkmokk och den årliga vintermarknaden!**

I mer än 400 år har den första torsdagen i februari varit startdag för den stora vintermarknaden i Jokkmokk. Den varar i tre intensiva dagar, men också dagarna före och efter pågår olika vinteraktiviteter.

Jokkmokks marknad är snö, mörker och kyla, men även ljus och värme. Här träffas människor från hela världen i början av februari i det svaga vinterljuset som då vilar över norra polcirkeln. Det är aktivitet överallt. Svenskar, japaner, ryssar och många andra skyndar mellan musik- och teaterföreställningar och de välfyllda marknadsständer där man kan köpa samiskt hantverk och spännande matvaror.

**Varmt välkommen till norra Europas största vinterfest!**



## KIRUNA

Välkommen till kontrasternas Kiruna, med midnattssol och polarnatt. Här lyser solen dygnet runt under nästan två månader på sommaren medan man under tre veckor i december inte ser solen. Det är en enda, lång, mörkblå natt.

Naturen i Kiruna är fantastisk, öppna landskap, 6000 sjöar, kristallklart vatten och Kebnekaise, Sveriges högsta berg. Hela året finns olika aktiviteter för alla. I januari har vi Snöfestivalen, där man tävlar om att göra den vackraste snöskulpturen. Om du är intresserad av kultur kan du besöka vår Isteater i Jukkasjärvi, där man spelar Shakespeare på samiska! I Jukkasjärvi ligger också vår stora turistattraktion, Ishotellet.

På sommaren kan du göra natt till dag, eftersom solen aldrig går ner. Åk skidor eller spela golf i midnattssol eller ta ett nattbad i en fjällsjö. I Kiruna är allt möjligt!

## LÄSFÖRSTÅELSE 2

SPANSKA PÅ GRAN CANARIA

6 veckors kurs i spanska  
november-mars  
bo i lägenhet 1-2 rum och kök  
precis vid stranden  
nära centrum

SPRÅKSPECIALISTEN



Las Palmas tel: 0034-28 729 481  
[www.sprakspecialisten.com](http://www.sprakspecialisten.com)

A.

**SISTA MINUTEN RESOR TILL ATEN**  
TORS - SÖN  
VI SÄLJER UT VÅRA SISTA RESOR  
BILLIGARE ÄN NÅGONSIN!

BO PÅ TRESTJÄRNIGT HOTELL I  
CENTRALA ATEN, NÄRA ALLT.  
PRISET INKLUDERAR FRUKOST,  
BUSSTUR TILL OELFI OCH GUIDADE  
TURER PÅ FLERA MUSEER!

ØLYMPUS RESEBYRÅ  
[www.olympusresor.se](http://www.olympusresor.se)  
020-62 20 20

B.

C.

**Möt våren i Wien!**

Res med vår bekväma turistbuss  
till Wien.

Priset inkluderar bussresa, enkelt  
hotell med frukost och rundturer  
till Wiens alla sevärdheter med  
svenskspråkig guide

Avresa varje lördag kl.8.00  
Hemkomst fredag kväll

Perssons Buss  
[www.perssonsbuss.se](http://www.perssonsbuss.se)  
Tel: 041-80 75 00

D.

**FAMILJEKRYSSNING TILL MARIEHAMN**

Ett dygn på lyxiga M/S Princess  
Njut av friska havsvindar.

Ät vår specialkomponerade familjemeny med  
stort efterrättsbord.

Handla till sjöpris i vår taxfree-butik medan  
barnen har roligt i vårt lekrum.

ÅLANDS REDERI AB 08-24 15 15  
[www.alandsrederi.com](http://www.alandsrederi.com)

E.

**Familjeerbjudande på Vildmarkshotellet i Kolmården**

Ett veckoslut i familjerum på Vildmarkshotellet!

Hotellet har allt för barnen, lekrum, pool, barndisco, mm.  
I priset ingår två nätter i dubbelrum och entré till  
Kolmårdens djurpark.

[www.kolmarden.com](http://www.kolmarden.com)

F.

***Biarritz***

*Bo precis vid golfbanan  
på vårt Clubhotell!*

*Vi har tennisbanor, gym mm.*

*Låna hotellets cyklar och ta en tur i  
den vackra naturen!*

*Tio minuters bilresa till stranden.*

***Hôtel du Golf***

[www.hoteldugolf.bi.fr](http://www.hoteldugolf.bi.fr)

**Kurser i Málaga**

G. En typiskt sydspansk stad med vackra parker, smala  
gator och ett intensivt caféliv.  
Vår skola ligger i östra delen av Málaga, precis vid  
stranden.

Vi har intensivkurser juni-augusti. Skolan har  
studiehotell.

Välkomna till Språkskolan!

0034-952 44 86 17

[www.sprakskolan.ma.es](http://www.sprakskolan.ma.es)

**Lyxkryssning i Medelhavet**

H.

Följ med oss på en fantastisk resa i Medelhavet med M/S  
Ofelia, vår nyrenoverade båt med plats för 500 passagerare.  
Res medan du sover och vakna i en ny stad. Vi flyger till  
Barcelona och därifrån går resan till Menorca, Korsika,  
Sardinien etc.

VictoriaLinjen AB

[www.Victorilinjens.se](http://www.Victorilinjens.se)

08-15 62 00

### LÄSFÖRSTÅELSE 3

Läs texterna och svara på frågorna på följande sidor.

Visst är det skönt att få sova tills man vaknar och inte väckas klockan sju, att äta frukost i lugn och ro med mamma och sedan leka en liten stund innan man klär på sig. Det är livskvalité för barn. Det är synd att inte fler föräldrar förstår hur viktigt det är för deras barn att få vara hemma i sin vanliga trygga miljö. De flesta rycks upp ur sina sängar alldeles för tidigt på morgonen av en stressad förälder. De hinner inte äta frukost hemma och måste småspringa till dagis för att föräldrarna inte ska komma för sent till sina jobb. Själv har jag valt att göra en paus i karriären så att jag kan vara hemma med mina barn. Mina barn behöver mig. Jag kan inte tänka mig att springa iväg till ett arbete och lämna mina barn på förskolan. Jag förstår inte idén med att låta andra människor ta hand om mina barn. Inte heller tror jag att det kan vara bra för barnen att de måste vara så många tillsammans hela dagen. Förskolemiljön är bullrig och barnen blir stressade och personalen har inte tid med alla barn. Hemma är det tyst och skönt och jag kan ge mina barn den tid de behöver. Barnen kommer förkylda till förskolan, eftersom föräldrarna inte kan vara hemma från jobbet. Sjukdomarna går runt bland både personal och barn. Mina barn är sällan sjuka och om de är det kan de bara lugnt stanna i sängen tills de känner sig bättre. Naturligtvis kostar det att vara hemma. Mina barn har t ex aldrig varit utomlands, men jag tror att det är viktigare för dem att få en lugn och bra start i livet.

Tvåbarnsmamma

Kan någon förklara för mig varför pensionärer måste åka tunnelbana i rusningstrafik? De står mitt i en överfull tunnelbanevagn och gnäller om att gamla människor ska få företräde av och på vagnen och att de ska få sitta. Det är illa att övriga resenärer, som inte kan välja vilken tid de ska åka, måste lyssna på gnäll från människor som har hela dagen att åka på.

När man väl har tagit sig hem går man in i mataffären för att handla. Då står det en pensionär längst fram vid kassan och gnäller om några rabattkuponger. Där står jag längst bak och kastar mördande blickar, men vad hjälper det? Kvinnan framför mig hoppar nästan jämfota, hon skulle ha varit på dagis och hämtat sina barn för 15 minuter sedan.

Pensionärer, tänk lite! Åk kollektivt och handla på andra tider än i rusningstid. Jag tror att alla skulle tjäna på det.

Ulf Unge

## LÄSFÖRSTÅELSE 4

Läs texten om ljusterapi. Svara på frågorna på nästa sida.

### Ljusterapi – hjälp i vintermörkret

(1)För lite dagsljus gör att många vuxna människor i Norden mår dåligt under vinterhalvåret. (2)Några blir irriterade och arbetar och tänker långsammare än normalt. (3)Andra blir extra hungriga och sugna på sötsaker. (4)Många är också onaturligt trötta och har svårt att vakna på morgonen. (5)Ungefär 20 procent av de som bor i Sverige har problem under det mörka halvåret. (6)En del får till och med vad man kallar säsongsdpression.

(7)Innan snön faller och lyser upp i vintermörkret är det ofta som svårast. (8)Vid Polcirkeln har ungefär en femtedel av befolkningen så svåra problem vid den här tiden på året att de inte kan arbeta och måste sjukskriva sig. (9)Problemen beror på att kroppen behöver solljus, och att det finns för lite solljus i Norden vintertid. (10)Många äter vitaminer och mineraler mot tröttheten och försöker vara ute i friska luften så mycket som möjligt. (11)Men det hjälper inte. (12)Eftersom dagarna är så korta i Norden på vintern får man inte tillräckligt av det solljus som kroppen behöver.

(13)Man har länge vetat att kroppen behöver ljus. (14)Redan på 40-talet började man med hjälp av kvartslampor ljusbehandla gruvarbetare, som arbetade långt under jord och därför nästan aldrig såg solen. (15)Behandlingen hjälpte faktiskt lite. (16)Den tidens lampor var inte så effektiva, men i Finland har man gjort en lampa med ett speciellt helvitt, starkt ljus som man använder inom den så kallade ljusterapin för att hjälpa människor genom den mörka tiden. (17)Mörkret gör att man känner sig trött, eftersom kroppens eget sömnhormon, melatonin, tillverkas i lilla hjärnan när det är mörkt.

(18)Flera sjukhus använder ljusterapi mot depressioner och sömnproblem. (19)Resultat har varit gott, 75 procent av de patienter som har fått ljusterapi känner sig bättre. (20)Behandlingen ges i speciella rum där allt är vitt, till och med patientens kläder är vita. (21)Under terapin kan patienten läsa en bok, lyssna på klassisk musik eller dricka en kopp te eller kaffe. (22)Det är mycket viktigt att man har ögonen öppna under behandlingen, eftersom ljuset som är på 2000 lux påverkar hjärnan via ögonen. (23)När ljuset från den starka lampan träffar ögonen tror hjärnan att det är dagsljus och slutar producera sömnhormon och man känner sig piggare. (24)En halvtimmes ljusbehandling på morgonen är effektivast för de flesta med normal dygnsrytm, men naturligtvis inte för dem som arbetar på natten.

(25)Det är inte bara på sjukhus man kan få ljusterapi. (26)Några arbetsplatser har byggt upp speciella ljusrum för att personalen ska hålla sig pigg och frisk. (27)I Helsingfors har man till och med ljusterapi i en av sina bussar. (28)Under vintermånaderna kan passagerarna få dagsljus inne i bussen, även när det är alldeles mörkt ute. (29)Det är så ordnat att det vid varje sittplats finns en liten speciallampa som passageraren kan tända om han eller hon önskar lite ljusbehandling under resan.

(30)Det blir allt vanligare att köpa en egen ljusterapilampa att ha hemma. (31)Man placerar lampan på bordet eller hänger den på väggen, så att man kan äta frukost och läsa tidningen medan ansiktet badar i ljus. (32)Man måste vara lite försiktig med lampan, för mycket ljus kan nämligen göra att man i stället får problem med att somna.