

## DU - ordlista

### Kapitel 10

#### Sång till friheten s. 100

en våg, -or en lång och bred upphöjning som flyttar sig i vattnet  
en ledstjärna, -or en person som man beundrar  
en lunga, -or ett organ i kroppen som man andas med  
en skuldra, -or en del av kroppen mellan halsen och armen  
stolt det att vara mycket nöjd med något  
en moder, mödrar en mamma, en person som fött någon  
en rättvisa, -or när alla behandlas lika  
en kamp, er en strid

#### Du går icke ensam s. 104

(en) glans det att något lyser och skiner  
skåda att se, att titta på  
säll lycklig, salig

#### Tänk alla miljoner år ... s. 106

en fluga, -or en insekt (som surrar när den flyger)  
en stig, -ar en smal väg, t.ex. i skogen

(ett) ansvar att se till att något fungerar på rätt sätt

#### Du är den ende s. 108

hemligen så att ingen ser vad man gör  
blott bara, endast  
lugnande som gör att man blir lugn  
en stämma, -or en röst  
hör till tillhör; här: har en annan vän  
ett öde, -n en känsla av att något redan är bestämt  
en fantasi, -er något man hittar på som inte är sant  
ana känna eller tro något utan att man är säker

### Kapitel 11

#### Friskvård s. 114

en anställd, -a en person som arbetar på ett företag  
en förmån, -eren särskild rättighet, något extra som ett företag ger sina anställda  
ägnas åt hålla på med  
undvika försöka låta bli att göra

en arbetsgivare, -	en person eller ett företag som anställer människor och ger dem lön
ett avdrag, -	en summa pengar som man kan ta bort från lönen
en skatt, -er	pengar som man betalar till staten eller kommunen
(en) massage	när man gnider eller knådar kroppen så att musklerna blir mjukare
ett kostråd, -	när man talar om för en person hur man ska äta för att må bra
(en) motion	när man rör på sig istället för att sitta stilla
en insats, -er	här: när arbetsgivaren vill ge sina anställda möjlighet att göra något
erbjuda	ge någon något
(en) rökavvänjning	försök att sluta röka
en rabatt, -er	när man får betala mindre för något så att det blir billigare
ett gym, -	en träningslokal där det finns olika träningsmaskiner
en idrottsanläggning, -ar	en träningslokal där man kan träna olika sporter
en träningslokal, -er	ett rum där man kan träna på sin arbetsplats
en sjuklön, -er	pengar man får när man är sjuk
en anledning, -ar	en orsak till något
bedöma	<u>finns inte i texten</u>
lönsam	här: som gör att arbetsgivaren sparar pengar
ett företag, -	en arbetsplats
orka	klara av
en studie, -r	en undersökning
effektiv	det att arbeta mer och bättre
(en) kost	mat
ett besvär, -	problem med något
koppla till	höra ihop med något
(en) övervikt	när man väger för mycket
en hjärt-kärlsjukdom, -ar	problem med hjärta och kärl
västvärlden	västerlandet, länderna i Europa och länder med europeisk kultur
förebyggande	när man gör något i förväg för att undvika att få problem senare

## Friskvårdssatsningar s. 120

en friskvårdssatsning, -ar	det företag gör för att personalen ska vara friska
en organisation, -er	en större grupp som arbetar mot samma mål
en medarbetare, -	en anställd på ett företag
(ett) ansvar	att se till att något fungerar på rätt sätt
prioritera	göra något för att det är viktigare än något annat
ett gymkort, -	ett kort man betalat för så att man kan gå och träna många gånger
(en) uppmuntran	när man talar om att någon gör något bra
en fruktkorg, -ar	en korg med olika frukter, som brukar finnas på många arbetsplatser
hälsosam	nyttig, bra för kroppen
en hälsokontroll, -er	en undersökning som brukar göras regelbundet och som arbetsgivaren betalar för
ett projekt, -	ett arbete som man gör under en viss tid
involvera	ta med (se till att många kan vara med)

ett motionslopp, -	när man springer en viss sträcka tillsammans med andra
en föreläsning, -er	när en person kommer till ett företag för att berätta något
(en) livsstil	ett sätt att leva
frivillig	det att göra något av fri vilja, utan att någon sagt till
en aktivitet, -er	när man gör något för en grupp så att de har något att göra
(en) innebandy	ett lagspel med en rund liten boll och klubbor
(en) ohälsa	när någon är sjuk
(en) stress	när man har för mycket att göra och mår dåligt av det
en motionsvana, -or	när man motionerar mycket och ofta
familjerelaterad	som hör ihop med familjen
otydlig	när något är svårt att se eller förstå
en roll, -er	en position/tjänst någon har inom ett företag
en neddragning, -ar	när personal måste sluta på en arbetsplats
en omorganisation, -er	när ett företag får en annan struktur
(en) rökning	när någon röker cigaretter, cigarrer, pipa
mäta	ta reda på något särskilt
en utgång, -ar	ett resultat
en sjukfrånvaro	när någon är sjuk och hemma från arbetet
följa upp	fortsätta att kontrollera ett resultat man fått fram
individuell	som gäller enskilda människor
et utvecklingssamtal, -	ett samtal där arbetsgivare och anställda pratar om vad som hänt under året och vad man kan göra för att göra något bättre
en kostvana, -or	hur någon brukar äta och dricka

## Kroppen behöver röra sig s. 122

(ett) stillasittande	när man har ett arbete där man sitter stilla mycket (t.ex. på ett kontor)
förflytta sig	röra på sig
(en) övervikt	när man väger för mycket
på sikt	längre fram
(en) forskning	när man studerar något vetenskapligt
måttlig	lagom, inte för mycket och inte för litet
(en) motion	när man rör på sig för att må bra
(ett) välbefinnande	när man mår bra
ett hälsorecept, -	här: ett förslag för att få bättre hälsa
(en) blodcirkulation	blodets rörelse runt om i kroppen
(ett) syre	ett ämne i luften som vi måste ha för att kunna andas
ett blodfett, -er	blodfetterna är nödvändiga för att upp kroppens celler och för att tillverka vissa hormoner.
ett stresshormon, -er	ett hormon som produceras när man stressar och inte mår bra av det
(en) energiförbrukning	det kroppen förbrukar när en människa rör på sig

en blodsockernivå, -er	den sockerhalt som finns i blodet
motverkas	försöka stoppa eller minska något
(en) typ 2-diabetes	en sjukdom som kan ge problem med hjärta och kärl
en blodpropp, -ar	bildning av blod som stelnat i blodomloppet
(ett) blodtryck	blodets tryck på väggarna i blodkärlen
en risk, -er	en fara att något kan ske
en led, -er	ett ställe där två ben i skelettet möts
(en) demens	en sjukdom som gör att minnet blir sämre
(en) benskörhet	en sjukdom som gör att man lätt bryter benen
(en) bröstcancer	den vanligaste formen av cancer bland kvinnor
fysisk	som har med kroppen att göra
en aktivitet, -er	här: olika sätt att röra på sig
komplettera	lägga till något
ett läkemedel, -	medicin
en inlärningsförmåga, -or	att kunna lära sig något
en koncentrationsförmåga, -or	att kunna vara fokuserad på något
motverka	stoppa eller minska något
ett endorfin, -er	ett ämne som tillverkas i kroppen
(ett) morfin	ett medel som gör att man inte känner att det gör ont
frigöras	här: börja verka i kroppen
belåten	nöjd (med sig själv och det man gjort)
mental	som har med själen att göra
en prestationsförmåga, -or	att kunna prestera något
regelbunden	något som görs med jämna mellanrum
förbruka	använda, göra av med
(en) kroppsvikt	så mycket som man väger
(ett) välbefinnande	när man mår bra
ansträngande	arbetsam, jobbig
(en) puls	stötar i blodådrorna när blodet pumpar
i sträck	utan att göra paus
(en) kondition	god förmåga att klara av något som är ansträngande för kroppen
(en) innebandy	en lagsport med liten boll och klubbor som spelas inomhus
(en) löpning	det att springa

## Kapitel 12

[1972-03-27] s. 133

obesvarad	utan att svara på (ett brev)
vid det här laget	nu
vända ut och in på sig själv	här: verkligen berättar hur du känner dig
anklaga	här: vara sträng mot sig själv
en avsikt, -er	en mening (med något)
voj voj	ett uttryck som betyder oj, oj (när man tycker synd om någon)

# s a n o m a utbildning

ryslig	hemsk, förskräcklig
öppenhjärtig	mycket ärlig
en brevhög, -ar	en hög med många brev
lägga åt sidan	här: lägga på ett speciellt ställe
kräva	behöva
trycka ner	här: mobba, varit dum mot
i längden	på lång sikt, längre fram
låta någon göra något	här: göra det möjligt för någon att fortsätta mobba
må	måtte (ålderdomligt), hoppas att
(en) vårsol	solen på våren
sucka	stöna, klaga
ett uttryck, -	ett sätt att säga något på
se i syne	här: är det verkligen sant?
riva upp	öppna snabbt
banka	slå
i tid och otid	hela tiden
knallröd	alldeles röd
förbannad	arg
ett utskällningsbrev, -	här: ett argt brev
reta	irritera
värst	det att något är mycket dåligt
ångra	önska att man inte gjort något
urdum	väldigt dum
begära	önska väldigt mycket
hederlig	här: verkligen, otroligt
slösa	göra av med pengar
(ett) bus	här: göra dumma saker
rymma	ge sig iväg hemifrån utan tillåtelse
sno	stjäla, ta fast man inte får
skolka	inte gå till skolan
en ungdomspsykiatrisk klinik, -er	en avdelning på sjukhuset för ungdomar med problem
ett mentalsjukhus, -	ett sjukhus för personer med psykiska besvär
knarkande	använda droger
nervös	vara orolig
supande	det att dricka mycket alkohol
mörkrädd	rädd för mörkret (när man ska sova)
trycka ner någon i skorna	här: vara elak mot någon och få personen att känna sig värdelös
delvis	till viss del, lite grand
nämligen	<i>ett ord som används när man vill förklara hur något är</i>
hålla med	tycka lika om något
ställa in sej /ställa sig in/	försöka bli populär bland vänner
råka vara	av en händelse vara
vek	svag

sprida ut psyket Mäst.det. Blomqvist	här: tala om något (ofta negativt) för alla här: psykiatrisk avdelning på ett sjukhus <i>Mästerdetektiven Blomqvist (bok skriven av Astrid Lindgren), filmatiserad och visad på tv tv-serie från 1964, manus skrivet av Astrid Lindgren</i>
Saltkråkan (ett) tvång räcka händelsevis påminna knasig Skådesp en roll, -er tröttna göra sig besvär (ett) skoj larvig slarvig lat en tusendel, -ar intellektuell utrustad känslig en nerv, -er ha känsliga nerver sorglig tokig en teaterverksamhet, -er få utlopp för tonåren åstadkomma (ett) förverkligande däremot (en) skolunderbyggnad komma nån vart intensiv	att vara tvungen att göra något vara nog, vara tillräckligt av en händelse säga till någon att göra något lite tokig skådespelare den person man spelar i t.ex. en film inte vilja längre anstränga sig det att ha roligt när man gör något dum, barnslig inte noggrann det att inte tycka om att göra något här: väldigt lite som har förmåga att tänka här: ha möjlighet att kunna göra något det att känna något väldigt lätt och inte tåla så mycket en tråd som går mellan hjärnan och någon del av kroppen påverkas mycket lätt, lätt bli orolig ledsamt, problematiskt här: konstig ett ställe där man kan få spela teater använda, få fram (känslor) åren mellan 13 och 19 ge (som resultat) när man gör så att något blir sant i stället att gå i skolan och lära sig komma vidare, bli känd här: verkligen vilja

## Första brevet hem s. 140

tassa ett snedtak, - den understa en reservoarpenna, -or en ask, -ar ett sammetsfoder, -	smyga på tå utan att det hörs ett tak som lutar inne i ett hus det som ligger längst ner (i en hög) en penna som man fyller med bläck en liten låda här: en liten låda som klätts inuti med sammetsstyg
---	--

en fönstersmyg, -ar	ett utrymme vid fönstret där man kan sitta
skruva	vrida
en hylsa, -or	ett fodral på pennan som skyddar den
piska	slå
en fönsterruta, -or	ett glas i fönstret
urskilja	kunna se något
stenig	full med sten
en sluttning, -ar	mark som lutar
sträcka sig	här: som leder ner till
enstaka	några få
gräsbevuxen	där gräset växer
en fläck, -ar	ett litet område
knotig	här: ett träd som har utstående delar
en enbuske, -ar	en slags buske med gröna barr och blåa bär
ett vattenbryn, -	område vid vattnet som gränsar till stranden
en våg, -or	en lång och bred upphöjning som flyttar sig i vattnet
en strandkant, -er	ett strandområde alldeles vid vattnet
ett dån, -	ett starkt ljud
tränga in	här: när ljudet hörs i rummet också
hejda sig	stanna upp
stram	stel, sträng
bakåtstruken	här: hår som dragits bakåt
skarp	hård, som syns tydligt
en linje, -r	här: streck som syns i ansiktet
färglös	utan färg, blek
rysa	darra lite grand
sträng	det att vara mycket bestämd
sudda ut	här: tåren gör att det sista ordet inte syns
en plump, -ar	en fläck av bläck
en strupe, -ar	den del av halsen som är längst fram
hejda	stoppa
rusa	springa
kasta sig	lägga sig snabbt
akta	vara rädd om
ett överkast, -	ett tyg som man lägger över sängen på dagen
sjunka ner	här: sätta sig ner
lutad	här: sitta med ryggen mot sängen
en sängkant, -er	den del av sängen som är längst ut
en snyftning, -ar	andning genom näsan när man gråter
avta	sluta
inuti	inne i kroppen
en tvättskrubb, -ar	ett litet rum där man tvättar sig
skölja	tvätta av sig

en fönsterbänk, -ar	utrymme framför fönstret
ett inresetillstånd, -	ett papper som talar om att man får resa in i ett annat land
ångra	tycka att man gjort något fel
besviken	ledsen
knyckla ihop	här: krama ihop brevet till en liten boll
en lucka, -or	en öppning
proppa in	stoppa in något (med lite problem)
en utsikt, -er	det man ser från ett fönster när man tittar ut
ett kuvert, -	ett omslag där man kan stoppa in brev
slicka igen	stänga kuvert genom att slicka med tungan på klistret
urdrucken	det att vara nästan slut, när man druckit något
ett skafferi, er	ett utrymme där man kan förvara mat
en mjölktilbringare, -	en kanna med mjölk
låtsas	här: visa (istället för att prata)
föra	här: ta ett glas och sätta det framför munnen
komisk	lustig
dövstum	det att inte kunna prata eller höra
varsitt	här: på sina olika (språk)
handflata, -or	innersidan av handen
ett flanellnattlinne, -n	ett plagg för kvinnor att sova i, gjort av det mjuka tyget flanell
vika ihop	lägga ihop något i flera lager
noggrann	omsorgsfullt
en sänggavel –ar	kortsidan av sängen
en fotände, -ar	den ände av sängen där man har fötterna
prydlig	ordentlig
en trave, - ar	en hög (med kläder på varandra)
begrava	här: lägga näsan ner i kudden
välbekant	något som man känner till väl
smattra	det ljud som hörs när det regnar på fönstret
smyga	här: gå upp utan att det hörs
kika	titta
se fram emot	längta efter något
slippa	inte behöva göra något
en barnkammare, -	ett rum där barnen sover
domna bort	när man inte känner något längre
sjunka in	här: en känsla man har när man nästan somnat
skjutas upp	här: öppnas
på glänt	här: öppnas lite
sluten	stängd
snudda	röra vid något/någon mycket försiktigt
dras igen	stängs





usel	dålig
(en) diskplockning	att ta ut disk ur diskmaskinen
husman	husmanskost, typisk svensk vardaglig mat
à la carte	meny där gästerna kan välja mat själva
(en) dricks	de pengar som serveringspersonal får extra från gästerna
skruva på sig	vrida kroppen lite och visa att man är osäker
en svart lön, -er	betalning utan att skattemyndigheterna får veta
häftig	kul, spännande
en sjukförsäkring, -ar	en försäkring den anställde får och som betalas av arbetsgivaren
en pensionspoäng, -	I det gamla pensionsystemet samlade man pensionspoäng när man arbetade och poängen låg sedan till grund för pensionen. Detta gäller fortfarande för personer födda 1953 eller tidigare. Uttrycket används ibland synonymt med "att tjäna till sin pension".
en motvilja, -or	visa någon att man inte tycker det är bra
fifty-fifty	hälften. hälften, dvs. hälften svart lön och hälften laglig
ob	<i>förkortning av obekväm arbetstid då man får extra lön (kvällar och helger)</i>
uppenbarligen	här: man kunde se att han kände sig generös
generös	det att gärna ge bort något till någon
en guld tand, -tänder	en tand av guld
glimma	glittra, skina
en överkäke, -ar	tänder i övre delen av munnen
(ett) personalkäk	när personalen får äta på arbetet
tveka	inte vara säker
ett överslag, -	snabbt räkna ut
löjlig	larvig, dum
svamla ihop	här: snabbt ljuga ihop ett svar
samla sig	här: tänka igenom
uppriktigt sagt	helt ärligt

## Kapitel 14

### Laleh målar med hela språkpaletten s. 169

en språkpalett, -er	här: att likna olika sätt att uttrycks sig med att måla med olika färger på en palett
avslappnad	det att vara helt lugn och inte alls orolig
en relation, -er	ett förhållande
livslång	under hela livet
ett mysterium, -er	något som inte kan förklaras med hjälp av förnuftet
en klang, -er	här: en ton eller flera som låter vackert tillsammans
dyka upp	helt plötsligt komma fram
rörig	komplicerat, svårt

sväva omkring	fara runt i luften
en virvelvind, -ar	en vind som rör sig i virvlar
fastna	sitta fast
trovärdig	som man kan tro på
sann	riktig
dussintal	ungefär 12 låtar, dvs. ett dussin
flyta på	här: är lättare att använda
en vardagssyssla, -or	saker man gör när det är vardag
avväga	ta ställning till, bestämma
en ton, -er	här: nyans
uppbyggd	här: hur språket fungerar grammatiskt
bryta	här: ändra
en struktur, -er	hur något är uppbyggt
en kombination, -er	när man blandar olika delar
(en) lekfullhet	här: att leka med språket
ju mer - desto	här: för varje gång jag lär mig något blir jag mer noggrann
petig	mycket noggrann med något
främsta	viktigaste
en orsak, -er	en anledning
pilla	här: peta lite, jobba lite

## Dialekter s. 177

en dialekt, -er	en lokal variant av ett språk
malmöitiska	den dialekt som talas i Malmö
Överkalixmål	den dialekt som talas i Överkalix
en variant, -er	en särskild form av något
geografisk	som har med det geografiska läget att göra
självständig	som får bestämma själv
en nation, -er	ett land
en nationsgräns, -er	en gränd mellan olika nationer
avgöra	bestämma
dra gräns	bestämma var en gräns ska dras
en skala, -or	
ett standardspråk, -	ett neutralt riksspråk som talas i ett land
knappt	
inte ens	
glidande	som inte har fasta gränser
lokal	som gäller för ett speciellt område
regional	som gäller för en speciell region
neutral	som varken är positiv eller negativ

## Hotade språk s. 181

ett kulturarv, -	värderingar som ingår i ett lands kultur
------------------	--

innebära	betyda
en generation, -er	grupp av individer som ingår i samma grupp
räknas som	anses vara
hotad	
viss	
ett sammanhang, -	
riskera	göra något som kanske leder till att man förlorar något
utdöd	här: om språk som inte talas längre
dramatisk	uppskakande, omvälvande
bero på	vara anledning till något
en samhällsförändring, -ar	det att samhället förändras
rädda	
dö ut	här: inte talas längre (om språk)
skydda	se till att ta hand om
ett utbildningssystem, -	som utbildningen ser ut i ett land
(en) modersmålsundervisning	när man får lära sig sitt modersmål i skolan
samiska språk	språk som talas av samer (som bor i den norra delen av Skandinavien)
en same, -r	en person som tillhör en folkgrupp som bor i norra Skandinavien
urminnes tider	här: sedan mycket långt tillbaka
sträcka sig	
(en) status	ett tillstånd
nationell	som gäller hela nationen
ett minoritetsspråk, -	här: ett språk som talas i Sverige av en liten del av befolkningen ( <i>Sverige har 5 minoritetsspråk</i> )
en chans, -er	en möjlighet
överleva	leva vidare, här: fortsätta att talas

## Kapitel 15

### Husmanskost s. 185

(en) husmanskost	enkel, vällagad vardagsmat
traditionell	som blivit en tradition
en maträtt, -er	den mat man lagar och serverar
tjusig	här: trendig, modern just nu
ett recept, -	en beskrivning som talar om hur man ska laga mat
en tillgång, -ar	möjlighet att få tag i något
en råvara, -or	den vara man utgår ifrån när man lagar mat
en krydda, -or	något man tillsätter i maten så att den får smak
ett redskap, -	ett föremål man använder när man lagar mat
thai-inspirerad	påverkad av den mat som lagas i Thailand
en kycklinggryta, -or	maträtt med bitar av kyckling
en favoritlasagne	den variant av lasagne som man älskar mest att äta

svenskfödd	född i Sverige
känslomässig	som handlar om känslor
ett förhållande, -n	tycka om något på ett särskilt sätt
utvecklad	stor, omfattande
en talang, -er	en skicklighet
en smaklök, -ar	celler i tungan som förmedlar en smak
ett långkok, -	när man kokar mat väldigt länge, motsats till snabbmat
(ett) pyssel	här: man måste jobba ganska mycket med
färdiglagad	det att man kan köpa mat som är färdig i mataffärerna
färdigförpackad	det att man kan köpa mat som är förpackad och klar i mataffärerna
en kyldisk, -ar	en behållare i mataffären för mat som måste förvaras i kyla
en frysdisk, -ar	en behållare i mataffären för mat som måste förvaras fryst
manuell	ett ställe i mataffären där någon hjälper till, t.ex. ostdisk, köttdisk
en delikatessdisk, -ar	ett ställe i mataffären där man kan handla delikatesser, t.ex. ost, skinka
ett pulver, -	mycket små delar av något som man blandar med vatten
rekommendera	säga att något är mycket bra
en meny, -er	en matsedel som talar om vad det finns för mat att välja på
variera	vara olika
dubbel	här: man är både negativ och positiv till något
en inställning, -ar	vad man tycker om något
(en) matlagning	när man lagar mat
orka	ha tillräcklig lust och styrka för att göra
halvfärdig	mat man kan köpa som bara behöver värmas
tillbringa	vara
olika sorters	här: all möjlig mat

## Vad ska krogen heta? s. 190

en krog, -ar	en enklare restaurang
en krögare, -	en chef på en restaurang
ett skäl, -	en anledning
en lantmätare, -	en person som arbetar med att mäta land och göra kartor
(en) brainstorming	när många personer kommer med olika idéer
häromkvällen	en kväll för ett tag sedan
(en) koll	när man vet något om något/någon
överväga	tänka igenom något noga
flina	le på ett lite elakt sätt
en ört, -er	en växt som används som krydda
ett skaldjur, -	ätligt djur med skal som finns i havet
en smårätt, -er	en maträtt som inte är som en hel stor måltid
en influens, -er	en påverkan
gräddig	här: fet sås med grädde
upphottad	här: som gjorts modern med kryddor som egentligen inte hör till

(en) husman	enkel vällagad vardagsmat
överarbetad	konstlad, med annorlunda ingredienser
en uppläggnings-, -ar	när man lägger upp maten på tallrikar
(en) salvia	en ört som används som krydda
(en) timjan	en ört som används som krydda
(en) koriander	en ört som används som krydda
en spackelskarv-, -ar	ett mellanrum mellan kakelplattor som fyllts med spackel
en overall-, -er	ett klädesplagg som täcker hela kroppen
tillsagd	när någon säger åt någon att göra något
(ett) spackeldamm	damm som finns i luften när man spacklar
yra	flyga runt (i rummet)
jämna till	göra så att det blir slätt och jämnt
en väggyta-, -or	en vägg
ett sandpapper-, -rysa	ett papper med sand på som man använder för att slipa darra till
spagetti frutti di mare	maträtt med spagetti och skaldjur
en burkräka-, -or	räkor (skaldjur) som finns att köpa på burk
ett mikroskop-, -	ett instrument som förstörar mycket små delar
en slip-, -ar	en maskin som man slipar med så att det blir slätt
erbjuda	säga att någon kan få något
inse	förstå
en räkning-, -ar	fakturor som ska betalas när man köpt något
en pärla-, -or	här: en fantastisk person
tårögd	det att ha tårar i ögonen
ett förtroende-, -n	när man visar att man tror och litar på någon
åtminstone	i varje fall

## Kapitel 16

### Från God dag direktör Berg till Hej Ann! s. 197

en umgängesvana-, -or	ett sätt att träffa människor på
genomgripande	stor
tilltala	säga något till någon (här: du eller ni)
ett sekel-, -	ett århundrade, 100 år
ett titelbruk-, -	ett vanligt sätt att tilltala någon med titel
utbrett	mycket vanligt
en privatsfär-, -er	i det privata livet
undvika	försöka låta bli
lägga bort titlarna	börja säga du till varandra
komplicerad	svår, invecklad
en procedur-, -er	ett sätt att göra något på
gångbar	vanlig, som går att använda

# s a n o m a utbildning

neutral	här: som varken var du eller ni
ett tilltalspronomen, -	ett ord som används för att tilltala någon
nedåtriktad	här: nedåt i hierarkin, mindre värd
nia	säga ni till en person
föväntas	tycka att man borde
titulera	tilltala någon med titel
en hierarki, -er	noggrant bestämd ordning för vem som bestämmer över vem
därmed	i och med det
en skada, -or	här: ett problem
skedd	här: har det redan blivit
nedlåtande	det att någon är mindre värd
en undvikarstrategi, -er	ett sätt att prata så att kunde undvika att säga både du och ni
ett tilltal, -	säga något till någon
tredje person	<i>han, hon, den, det (3:e person av personliga pronomen i grammatiken)</i>
radikal	stor, omfattande
jämlik	det att alla har lika stort värde
okomplicerad	lätt, enkelt
(ett) duande	att tilltala varandra med du
ligga i tiden	vara modernt
en övergång, -ar	det att övergå från ett sätt till ett annat
tillskrivas	här: anse att någon har gjort något
införa	börja med
en myndighet, -er	en del av staten som får bestämma inom sitt område, som här Medicinalstyrelsen
(en) informalisering	en utveckling där allt blir mindre formellt och stelt
parallellt	samtidigt
etableras	börja användas
omarkerad	här: allmän
neutral	som inte tar ställning till
en hälsningsfras, -er	ett sätt att hälsa på
dyka upp	här: komma att användas
begränsad till	bara förekomma
en servicesituation, -er	en situation där det finns en kund och en person som ger service, t.ex. banker, affärer ...
artig	som visar ett gott sätt
(en) respekt	när man visar att man respekterar och uppskattar någon
en paradox, -er	när något blir en motsats
bli niad	tilltalas med ni
ett bruk, -	en vana
samtida	som pågår nu
ett språkbruk, -	ett sätt att använda språket
en position, -er	en ställning
sprida sig	här: fortsätta att användas i andra situationer

en trend, -er	något som är modernt just nu
en bekant, -a	en person man känner
signalera	här: visa
en distans, -er	här: att inte känna närhet till någon
(ett) förnamnsbruk	när man använder förnamnet vid tilltal
markera	här: visa att man känner
(en) närhet	här: att man är nära vänner

## Fyra röster om att dua eller nia s. 209

framfusig	det att tränga sig på en person, t.ex. i en butik
service	här: ett sätt att ta hand om kunder i en butik
störande	det att vara högljudd och prata högt
pensionerad	en person som slutat arbeta
en socionom, -er	en person som är utbildad för att hjälpa människor som har det svårt
förolämpad	det att känna sig fel behandlad
funka	fungera, vara ok
i alla lägen	alltid
tack och lov	här: det är jag glad för
intim	nära
en patient, -er	en person som behandlas av en läkare på ett sjukhus
enstaka	några få
formulera sig	uttrycka sig
uppskatta	tycka om något
gammaldags	något som gällde förr i världen
(en) barnuppföstran	ett lära barn vad som är rätt och fel och hur man ska vara mot andra

## Kap 17

### Längesen s. 209

svävande	mycket osäkert
ett decennium, -er	10 år
kantas	här: livet har inneburit en del problem
ett gupp, -	en liten upphöjning i marken
en port, -ar	en ytterdörr till ett hus
(en) längtan	en stark inre känsla att man vill ha något eller någon
lida	ha det mycket svårt
en övertygelse, -r	en känsla av att något är rätt och riktigt
ett spår, -	här: göra något så att man inte blir bortglömd
tillmötes	här: få bekräftelse på något
ett öde, -n	här: så trist
(en) tröst	lindring, när något känns bättre
snubbla	vara nära att falla
pladask	rörelse utan kontroll
rusa	springa förbi



en perrong, -er	en plattform intill spåren på en järnvägs- eller tunnelbanestation
förälskad	kär i en person
obeskrivlig	som inte går att beskriva med ord
tagen	påverkad
betrakta	se på
fångas	här: när vinden tog tag i håret
svimma	bli medvetslös
en bergstopp, -ar	högst upp på ett berg
(en) svindel	en känsla av yrsel
ett nät, -	ett system av trådar som satts ihop
förtrollad	helt tagen, mycket påverkad
bunden	det att sitta fast med en tråd i något
logisk	det att tänka klart och riktigt
sunt	riktigt
uppvakta	här: ta kontakt med någon
på avstånd	långt bort
fastna	här: besvara känslorna
korrespondera	när två personer skriver till varandra
en förhoppning, -ar	en känsla där man tror att något kommer att hända
rasera	rasa samman
utomlands	ett annat land
(en) åtrå	en stark sexuell känsla
sargad	här: påverkad av tiden som gått
(en) hållning	ett sätt att hålla kroppen
förvriden	alldeles sned
treva sig fram	ta sig fram försiktigt
etablera	här: få
brista ut	börja skratta
en passion, er	en stark känsla av kärlek
en rynka, -or	en fördjupning i huden
bestå	finns kvar
intakt	utan förändring
förlägga	lägga åt sidan, här: glömma
en avgång, -ar	när tåget börjar rulla ut från stationen
stiga på	gå på
tveka	inte vara säker på
vidröra	röra vid, nudda

## Om "Längesen" s. 215

en låt, -ar	en sång, en melodi
en inspelning, -ar	när en artist spelar in sina låtar i en studio
ett samlingsalbum, -	ett album där en artist spelar in sina populäraste låtar
Oskar Linnros	<i>svensk artist och låtskrivare</i>

ett stycke, -n	en melodi
en röstsampling, -ar	en slags provtagning på hur rösten kommer att låta; man förvandlar inspelningen till ettor och nollor
Veronica Maggio	<i>svensk artist och låtskrivare</i>
upprepa	här: sjunga flera gånger efter varandra
en fras, -er	en mening
utmana	göra det lite svårt för någon
en vers, -er	flera rader i t.ex. en dikt
betrakta som	anse vara
självbiografisk	det att något handlar om en själv, här: den som skriver
knaka	här: arbeta; tänka mycket
colombiansk	från Colombia
en bokhandel, -ar	en affär där man kan köpa böcker
Södermalm	<i>en stadsdel i södra Stockholm</i>
ett antikvariat, -	en affär där man kan köpa begagnade, ofta äldre böcker
trasig	sönder, inte hel
slitet	det att vara mycket använt och mycket läst
ett ex, -	ett exemplar (av en bok)
inspireras	bli positivt påverkad av något
en tidslinje, -r	här: att något pågår länge
vägra	inte vilja
ge upp tron på	sluta tro på något
ett hinder, -	när något är svårt eller nästan omöjligt
makalös	helt otroligt
plocka in	här: lägga in i låten
släppa taget	här: låta bli att tänka på
stämman in på	här: vara likadant som
trovärdig	som man kan tro på
en disposition, -er	en planerad ordning (i låten)
lägga upp	här: göra
naturlig	det att framstå som självklar
kronologisk	i tidsordning
Rostig kärlek	<i>titel på en låt som Petter skrivit</i> (Rostig kärlek betyder gammal kärlek)
en skiva, -or	en cd eller LP med låtar som man kan spela på en spelare
utgå ifrån	börja med
växla mellan	byta mellan
ett tidsperspektiv, -	här: olika tider: då och nu
dynamisk	kraftfull
hejdlös	det att inte ha någon gräns
kraftfull	mycket stark
bli fångad av	påverkas av någon; här: inte kunna låta bli att tänka på
våldsamt förälskad	det att känna stark kärlek för någon
en summering, -ar	här: en avslutning där man tänker på allt som hänt

inspirera någon  
så  
ett frö, -n  
uppskattad  
relatera till

göra att någon blir påverkad av något  
sätta (frön)  
ett korn som kan bli en växt  
det att någon tycker mycket om något  
här: kunna ha en relation till

## Repetition

### Du vet väl om att du är värdefull s. 227

värdefull  
acceptera  
lita på  
en skapelse, -

vara värd mycket  
godkänna, tycka att någon är bra  
ha förtroende för  
här: skapelseberättelsen

### Vad är en psalm? s. 228

religiös  
en allsång, -er  
ursprunglig  
nyskriven  
förknippa med  
en skolavslutning, -ar  
ett budskap, -

som har med religion att göra  
en sång där många sjunger tillsammans  
som fanns från början  
som skrivits nyligen  
sätta i samband med, komma att tänka på  
när skolan slutar för terminen i juni  
ett innehåll i något man vill förmedla