

**1**  
Snökontinenter  
Eva Marklund




**16**  
Delarna och helheten  
Åke Lagerborg



**2**  
DNA  
Florian Kynman



**15**  
Sommaräng  
Allan Lindqvist




**3**  
Delar ur Partitur för ett längre samtal  
Bård Breivik



**14**  
Blå platser  
Mats Caldeborg



**4**  
Röd orkidé  
Monica Larsson



**13**  
Fast back  
Björn Fast Fjellström



**5**  
Silhuett  
Cecilia Aaro och Matilda Fahlsten




**6**  
Pavlova och Curcubita  
Anna Berglund



**12**  
Upptåg  
Mårten Medbo/  
Hanna Stahle



**7**  
Stjärnpekare  
Mikael Åberg



**11**  
Mellan dröm och verklighet  
Anna Kristensen



**8**  
Arrow  
Sigurdur Gudmundsson



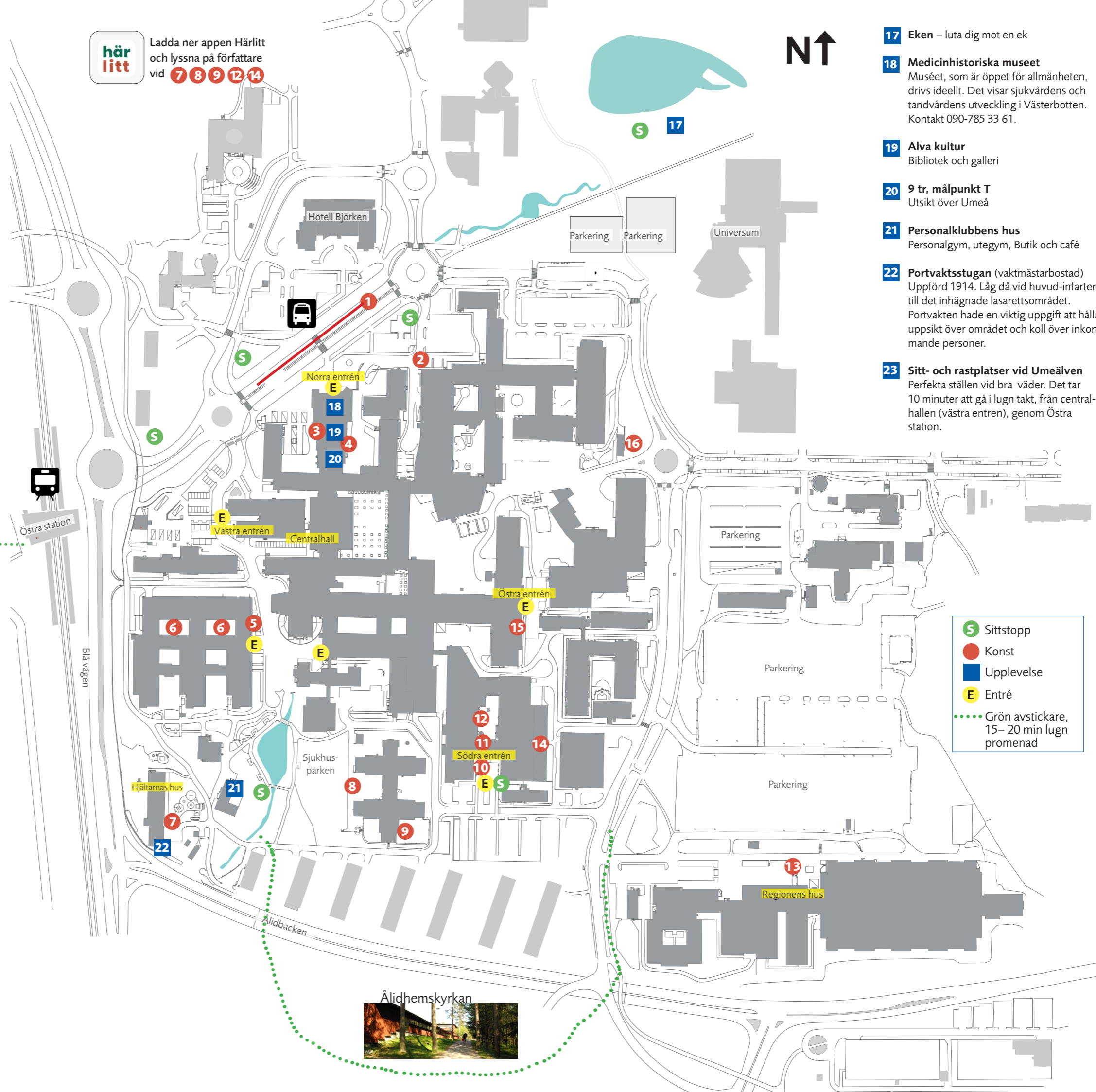
**9**  
Solglädje  
Arvid Källström



**10**  
Spotlight kid  
Olov Tällström



**här  
litt** Ladda ner appen Härlitt och lyssna på författare vid **7 8 9 12 14**



- 17** Eken – luta dig mot en ek
- 18** Medicinhistoriska museet  
Muséet, som är öppet för allmänheten, drivs ideellt. Det visar sjukvårdens och tandvårdens utveckling i Västerbotten. Kontakt 090-785 33 61.
- 19** Alva kultur  
Bibliotek och galleri
- 20** 9 tr, målpunkt T  
Utsikt över Umeå
- 21** Personalklubbens hus  
Personalgym, utegym, Butik och café
- 22** Portvaktstugan (vaktmästarbostad)  
Uppförd 1914. Låg då vid huvud-infarten till det inhägnade lasarettområdet. Portvakten hade en viktig uppgift att hålla uppsikt över området och koll över inkommande personer.
- 23** Sitt- och rastplatser vid Umeälven  
Perfeka ställen vid bra väder. Det tar 10 minuter att gå i lugn takt, från centralhallen (västra entren), genom Östra station.

**S** Sittstopp  
**K** Konst  
**U** Upplevelse  
**E** Entré  
..... Grön avstickare, 15–20 min lugn promenad

## Om härlitt

I appen härlitt följer du i författarnas fotspår genom Västerbotten. Läs och lyssna till nyskriven litteratur, upptäck platser och författarskap genom din mobiltelefon. Vilka berättelser utspelas i närheten av var du är?

Vid konstverk 7, 8, 9, 12 och 14 i det här promenadstråket har författare lämnat ett litterärt spår. Ett spår består av text och ett inläst framförande av författaren själv. Du läser upp spåren vid de specifika platserna med hjälp av härlitt. När du har läst upp ett spår kan du ta del av texten och framförandet igen, från en annan plats.

härlitt sätter Västerbottens litteratur på kartan.

Appen härlitt utvecklas av Regionbibliotek Västerbotten och kan hämtas kostnadsfritt genom att skanna QR-koden eller gå in där appar finns.



## Sagor och dikter – härlitt

**Eva Salqvist har författat och läser sina sagor:**

Tabrak i Kristallen vid *Upptåg* <sup>12</sup>, taket i Kristallen.

Myrslottet vid *The Spotlight Kid* <sup>10</sup>, södra entrén.

Haren och hoppet vid *Blå platser* <sup>14</sup>. Två harar, en ute och en inne, bottenvåningen byggnad Q.

**Kurt Levlin har författat och läser sina dikter:**

Borttappat, Hundtankar och Renhållningsarbete vid *Stjärnpekare* <sup>12</sup>. Tre konstverk utanför Hjältarnas hus.

Det är så mycket som ska testas och godkännas vid *Solglädje* <sup>9</sup>. Geriatrikens baksida.

Byggnadsställningar vid *Arrow* <sup>8</sup> Geriatrikens baksida.

## Vill du veta mer om konsten ...

... finns flertalet verk presenterade på Västerbotten Art [vasterbotten.art](http://vasterbotten.art)



## Digital karttjänst

För att hitta på Norrlands universitetssjukhus, besök [mazemap.com](http://mazemap.com) eller ladda ner appen MazeMap. Här kan du se och hitta till byggnadernas våningsplan, målpunktsadresser, väntrum, kulturella lokaler, konst utomhus och mycket mer. [use.mazemap.com](http://use.mazemap.com)



## Promenad med inspiration av konst

Kanske för att du behöver lite luft, känna en sommarbris eller ett snöfall mot ditt ansikte.

Kanske för att du behöver rörelse eller vill leka mitt bland konsten.

Kanske för att samla dina tankar eller mötas i ett samtal.

Kanske äter du lunch ute i sällskap av en bok eller så besöker du några konstverk.

Promenadstråket kan du ta del av även om du inte orkar gå så långt eller kör rullstol. Sittplatser där du kan vila finns markerade.



## Olika funderingar kring konstverk

- Vad tänker du på när du ser konstverket?
- Kan du härma konstverket?
- Hur låter konstverket?
- Hur luktar konstverket?
- Om du kan ta på konstverket – hur känns det?
- Om konstverket vore en kaka, hur skulle det smaka?
- Vad tycker du att konstverket borde heta?
- Ser konstverket annorlunda ut från en annan vinkel?

kontakt vid frågor eller för synpunkter:  
[folkhalsoenheten@regionvasterbotten.se](mailto:folkhalsoenheten@regionvasterbotten.se)

Promenadstråket har tagits fram i samarbete mellan: Alva kultur, funktionen för offentlig konst, barn- och ungdomscentrum, folkhälsoenheten, företagshälsan, personalklubben Umeå och Regionbiblioteket Västerbotten.

2023

# Promenad- stråk

## Kul tur för kropp och själ

