



Upptäck Stockholm guidar dig till utomhusaktiviteter i Stockholm. Med SL åker du till dem klimatsmart och enkelt.

# Upptäck Stockholm med din telefon

Denna tid på året lockar stadens utomhusaktiviteter och stockholmarna söker sig ut i den grönskande naturen för motion och rekreation.

Faktum är att nio av tio stockholmarna har bara 300 meter till ett grönområde eller en park.

Men trots att många bor nära naturen är det få som vet var grönområdena ligger, vad man kan göra där eller hur man tar sig dit. Inför sommarsäsongen har Stockholms stad släppt sin första app – Upptäck Stockholm. Den ger tips och inspiration på tusen olika aktiviteter som man kan göra i Stockholm oavsett om man vill ta det lugnt eller bli riktigt svettigt.

Appen Upptäck Stockholm hjälper dig att hitta platser och upplevelser utifrån den plats du befinner dig på eller utifrån Stockholms 14 stadsdelsområden.

Här nedan finns fyra exempel på naturnära utomhusaktiviteter som appen guidar till och tips på hur du tar dig dit klimatsmart med kollektivtrafiken.

## FAKTA

Appen Upptäck Stockholm finns tillgänglig för Android\* och iPhone och kan laddas ner kostnadsfritt från Android Market eller App Store.

Läs mer om applikationen och få instruktioner för hur den används på [www.stockholm.se/upptackstockholm](http://www.stockholm.se/upptackstockholm)  
\*Android version 2.2 eller senare

## FYRA UTFLYKTSTIPS FRÅN UPPTÄCK STOCKHOLM

### Picknick vid Ekudden

Ekudden ligger vid Flatensjöns norra ände. Här kan du slå dig ner med din picknick bland hundraåriga ekar och blicka ut över Stockholms kanske vackraste ängar och lundar. Från Ekudden går en promenadslänga runt hela sjön och via en liten stig tar du dig ut till udden fina strandklippor.

→ ÅK DIT MED SL: Ta tunnelbanans Gröna linje från T-Centralen mot Skarpnäck. Kliv av vid Skarpnäck och byt till buss 180 mot Orhem. Kliv av vid Listuddsvägen och gå ca 800 meter till Ekudden. Restid 31 minuter.

### Tidens väg

Tidens väg är en två km lång promenad genom Järvafältets historia och ett av Stockholms värdefullaste fornlämningsområde. Promenaden går längs grusvägar med avstickare ut i naturen och nya fina informationsskyltar guidar dig mellan sevärdheterna.

→ ÅK DIT MED SL: Ta tunnelbanans Blå linje 11 från T-Centralen mot Akalla. Kliv av vid Akalla. Gå ca 350 meter mot Akalla by och bangolfbanan där du ser den första skylten. Restid 21 minuter.

### Björkhagens utegym

Passa på att styrketräna utomhus i sommar. Magasinet Sportguiden har utsett Björkhagens utegym till en av landets tio bästa utomhusarenor. Gymmet ligger i skogsmiljö i nära anslutning till motionsspår och smälter bra in i naturen. Det är gratis och det finns instruktioner till varje övning.

→ ÅK DIT MED SL: Ta tunnelbanans Gröna linje från T-Centralen mot Skarpnäck. Kliv av vid Björkhagen. Gå ca 400 meter in mot Nackareservatet. Restid 13 minuter.

### Stora skuggans 4H-gård

Denna stadsnära bondgård är belägen i Ekoparken på Norra Djurgården. Här kan barnen leka och komma nära små och stora djur. På helgerna finns bland annat ponnyridning och häst- och vagnurer.

→ ÅK DIT MED SL: Ta tunnelbanans Röda linje från T-Centralen mot Mörby centrum. Kliv av vid Universitetet. Promenera cirka 800 meter. Restid 26 minuter.

## Ta en promenad i nya tunneln under Traneberg

I drygt ett år har SL arbetat med att bygga en tunnel från Alvik till Margretelund för Tvärbanans förlängning mot Sundbyberg och Solna. Tunneln är färdigsprängd och nu får du tillfället att för första och enda gången ta en promenad i Tranebergstunneln. Promenaden är 800 meter lång och börjar vid Tvärbanans hållplats i Alvik. Insläpp i tunneln sker från



12.30 till 14.00. För att promenera i tunneln behöver både vuxna och

THOMAS JOHANSSON

barn ett par rejäla skor som tål smuts samt oömma kläder. Tyvärr är tillgängligheten i tunneln inte anpassad för barnvagnar, sittvagnar och rullatorer eftersom underlaget är bitvis ojämnt. Där tunneln mynnar ut i Margretelund väntar fika, ballonger, utställning och mer information om Tvärbanan. Bussar kommer att gå i skytteltrafik från Margretelund till Alvik för att

skjutsa tillbaka besökarna. Sista bussen tillbaka till Alvik avgår 15.00.

### Tunnelnepromenaden

Datum: lördag 14 maj 2011  
Plats: Tvärbanans hållplats i Alvik  
Tid för tunnelninsläpp: 12.30-14.00  
Sista bussen tillbaka till Alvik: 15.00  
Välkommen!

## TRAFIKNYHETER

### Tunnelbanan

**PLANERADE ARBETEN VID STATION GÄRDET 15, 16 OCH 17 MAJ.** Den 15 maj kl 16:00-01:30 vänder tågtrafiken vid Gärdet. Trafiken på sträckan Gärdet-Ropsten ersätts med buss. Arbetet kan innebära att din resa till och från Lidingö tar lite längre tid än normalt. Planera din resa och var ute i god tid. 15, 16 och 17 maj mellan kl. 16:00 och 01:30 är biljetthallen vid Gärdet, uppgången mot Brantingsgatan/Askrikegatan stängd. Ersättningsbuss mellan öppen och stängd entré.

**GRÖN LINJE.** Sträckan Gullmarsplan-Hagsätra i båda riktningarna ersätts med buss på grund av ett omfattande renoveringsarbete. Detta pågår till och med 25 september. Mer information finns på [sl.se/hagsatra](http://sl.se/hagsatra).

→ Fler trafiknyheter: [sl.se](http://sl.se)

## SL-SIFFRAN



1,5  
varv runt jorden.

Så lång sträcka tillryggaläger en buss på linje 4 under ett år i Stockholmstrafiken.

## Sms-biljetten byter utseende

Sms-biljetten får ett nytt utseende för att försvåra förfälskningar och dessutom fungera i en sms-läsare. Vi provar optiska sms-läsare på Rådmanngatan och Gullmarsplan. De optiska läsarna är till för att göra det enklare och snabbare att passera genom spärren och upp på bussar när du använder sms-biljett. För att det ska fungera byter vi alltså också utseendet på sms-biljetterna.

Reser du från Rådmanngatan eller Gullmarsplan ska du använda de spärren som har de nya läsarna. Du håller din telefon med sms:et mot läsaren och öppnar spärren på det sättet. Sms-biljett kan du köpa om du har en mobiltelefon och ett svenskt mobilabonnemang eller ett registrerat kontantkort. Har du frågor kan du prata med personalen på stationen eller kontakta SL:s kundtjänst på tel 08-600 10 00.