

# hej | livet

ett magasin om livsfrågor från Svenska kyrkan

04 | 2021

**ETT GOTT LIV**  
Hunden och människan

**PÅ BESÖK**  
Hos Cnema

**HISTORIA**  
Julhögtiden

## EVA LUNDGREN STENBOM

Eldstjäl på gränsen mellan  
Röda stan och Marielund.

**TEMA KÄRLEK**

SISTA VILAN | NÄR KÄRLEKEN TAR SLUT | KÄRLEKSRESAN | KÄRLEKEN TILL EN HOBBY



## ”Så låt oss tillsammans göra det lite lättare för varandra när vi möts.”

Det är egentligen inte så svårt. Att göra gott. Komma nära. Hjälpa någon. Vara ett stöd. Ta emot något från någon annan. Ge en kram. Bära något tungt. Dela något svårt. Skratta tillsammans. Ge någon ett leende. Möta en blick.

Alla vet vad det är. Alla vet vad det innebär att visa kärlek och göra något gott mot en annan människa. Vi vet. Vi kan. Alla kan.

Och ändå är det så märkligt svårt. Så oändligt svårt att älska sina medmänniskor och göra det goda. Det är knepigt att vara en som längtar efter gemenskap och ändå är full av spärrar och hinder, som gör oss rädda och generade. Osäkra och trevande. Högmodiga eller osynliga. Hinder som gör att vi inte bjuder på dem vi är. Och så blir det sämre för alla.

Så låt oss tillsammans göra det lite lättare för varandra när vi möts. Se att där kommer en till som vet vad som är gott. Och leta i dig själv efter vad du innerst inne längtar efter. Jag är säker på att det är ganska likt om man jämför. Det kan vara lite svårt ibland, men värt att pröva...

Hälsar  
Thomas Wärfman  
kyrkoherde



mötet | Eva Lundgren Stenbom

## En möjliggörare

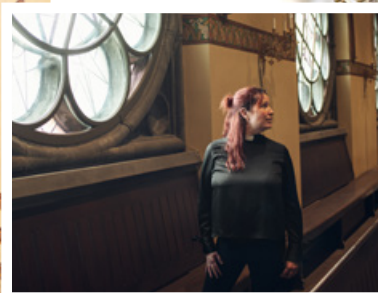
För att minska distansen mellan människor startade Eva föreningen Imagine what we can do, som bland annat erbjuder läxhjälp.

Läs mer på sidan 8



### INNEHÅLL

4	TIO SPANINGAR   Om kärlek	22	OM   Sista vilan
6	ETT GOTT LIV   Hunden och människan	26	LIVET   Kärlek
8	MÖTET   Eva Lundgren Stenbom	38	HISTORIA   Julhögtiden
14	UPPLEV   Bröllopsresa	42	KULTURARVET   Kronbrud i Vånga
17	RECENSIONER   Film och podd	44	KRÖNIKA   Lina Skandevall
18	PÅ BESÖK   Hos Cnema	44	HEJ DÄR   Åsa Sjöberg



ANSVARIG UTGIVARE  
Thomas Wärfman, kyrkoherde

REDAKTION  
Gustaf Hull, redaktör  
Annelie Tollerå, text  
Malin Singelsö, text, foto och layout  
Matilda Eklöf, text  
Therese Götberg, text och illustration

UTGIVARE  
Svenska kyrkan i Norrköping

TRYCK  
Norrköpings tryckeri

DISTRIBUTION  
Gratistidning/SDR

OMSLAGSBILD  
Foto Niclas Fasth

KONTAKT  
Svenska kyrkan i Norrköping  
Box 263  
601 04 Norrköping  
011-24 10 00  
norrkoping@svenskakyrkan.se

**Svenska kyrkan**   
NORRKÖPING

1

## BLOMSTERSPRÅKET

Idag väljer vi ofta blommor till buketten utifrån hur de ser ut och var de har producerats. Men en del kan nog dra slutsatsen att det betyder "jag älskar dig" när de får en röd ros. Med blomsterspråk menas oftast det symbolspråk som utvecklades under 1700- och 1800-talet. Då unga förelskade inte alltid kunde umgås direkt med varandra utan någon form av mellanhand, kommunicerade man med blommor. Förutom att den röda rosen betyder "jag älskar dig" spelar både sort, färg och antal in. Till exempel så betyder en tussilago "den första kärleken", färgen gul "du är solen i mitt liv" och sex blommor "jag tvivlar på ditt ord".

2

## Afrodisiakum – sant eller falskt?

På ica.se kan du hitta en redovisning av en studie som har publicerats i The Journal of Sexual Medicine där författarna har gått igenom forskning kring vanliga afrodisiaka. Resultatet visar att choklad, honung och ostron inte alls har någon effekt på lusten eller passionen. Däremot verkar örten ginseng och den peruanska roten maca ha lovande påverkan.



4

## Vad händer i kroppen när du blir kär?

Din kropp kan reagera på många olika sätt när du blir kär. Hjärnan börjar producera olika ämnen och hormoner som gör att din kropp påverkas. Ämnen som bland annat

oxytocin, dopamin, endorfin och adrenalin frigörs eller ökar. På grund av detta kan du känna dig lyckligare, gladare och modigare när du blir kär.

3

## Smeknamn på olika språk

Älskling, pussgurka och sockertopp. Kärleken kommer i många former och med många olika namn. Vad man kallar den man älskar skiljer sig också åt mellan språk och kulturer.

### Läs några exempel här nedan:

Australien: Possum (pungråtta)

Frankrike: Mon chou (mitt kålhuvud)

Italien: Microbino mio (min lilla bakterie)

Japan: Tamago gata no kao (ägg med ögon)

Ryssland: Mo chuisse (min puls)

Spanien: Mi cielo (min himmel)

Sydafrika: Patat (sötpotatis)

Tyskland: Mausezähnen (liten mus-tand)



5

## Höga visan

Höga visan är en samling kärleksdikter i Bibeln, som har den hebreiska ursprungstiteln *Sångernas sång*. Den är något av ett mysterium, då man inte är säker på dess ursprung, betydelse eller ålder. Traditionellt är den tillskriven Kung Salomo. I handlingen fattar kungen kärlek till en fattig lantflicka med ovanlig skönhet. Hon blir utvald till hans brud, och det är deras kärleksförhållande och passion som skildras.

Vissa menar dock att texten har sitt ursprung i Kaananeisk mytologi. Andra menar att det är gammal-egyptisk, profansk kärlekslyrik. Den har tolkats metaforiskt som kärleken mellan Gud och Israel, eller mellan Kristus och församlingen.

## KÄRLEKENS MÖTESPLATSER

6

I studien *How Couples Meet and Stay Together* har forskare vid Stanford University tittat på var det är vanligast att hitta kärleken. De som tillfrågades i undersökningen var heterosexuella personer bosatta i USA. Studien genomfördes först 2009 och sedan igen 2017. 2009 redovisade majoriteten, på 25 %, att de hade träffat sin partner genom gemensamma vänner. Men 2017 svarade flertalet, som utgjorde 39 %, att de hade träffat sin partner online.



## Populära vigselkyrkor

De mest populära kyrkorna för vigsel i Norrköping är Östra Eneby kyrka och Kvillinge kyrka. Östra Eneby kyrka är en mycket gammal kyrka och det finns delar av kyrkobyggnaden bevarade från 1100-talet. Även Kvillinge kyrka är byggd på 1100-talet, men har idag främst dragen av en 1890-talskyrka.



## Hjärtat som symbol för kärlek

Hjärtemojis, händer formade till hjärtan och rosa hjärtformade gelégodisar. Idag känns hjärtsymbolen kanske

8 som en självklar symbol för kärlek. Den första kända avbildningen av ett hjärta som en kärlekssymbol är från en miniatyrmålning i en fransk riddarroman från 1250. Vissa forskare menar dock att det avbildade hjärtat egentligen är ett päron.

Hjärtat blev en allmän kärlekssymbol i västvärlden först på 1800-talet. Men på medeltiden kunde starka känslor lika gärna kopplas ihop med ögonen, huvudet eller lever. Just levern som en symbol för kärlek finns kvar i bland annat den persiska kulturen. Att någon har ”en lever av guld” (jigar talá) på persiska motsvarar ungefär svenskans ”hjärta av guld”.

9

## EGENKÄRLEK ELLER PERSONLIGHETSSTÖRNING

Enligt en beskrivning på mindler.se kan en narcissistisk person beskrivas som egocentrisk, egoistisk och självupptagen. En narcissist anser sig vara bättre än många andra och har orealistiskt höga tankar om sig själv. Att ha narcissistiska personlighetsdrag innebär också att man tycker ha sig rätt till särskilda förmåner eller till särskilda bemötanden. Detta är dock ganska vanligt och behöver inte innebära några större problem i vardagen. Men för den som lider av den psykiatriska diagnosen narcissistisk personlighetsstörning (NP) utgör självupptagenheten ett allvarligt hinder i livet. För att utveckla sina bristande sociala färdigheter och hitta fungerande verktyg krävs mycket träning och professionell hjälp.

10

”Jag älskar dig” – används det för ofta?

Kärleken sägs vara evig. Men kan orden slitas ut? I en artikel i *The Atlantic* ställs frågan varför amerikaner säger ”jag älskar dig” så ofta. De frimodiga kärleksförklaringarna tros enligt forskare härstamma från 1960-talet, kärlekens årtionde. Användningen har sedan spridits över världen via populärkultur och ny teknik.

Men finns det ett rätt sätt att uttrycka sin kärlek? Kan du verkligen älska en maträtt eller urholkar det ordet? Ett enkelt svar är svårt att komma fram till, men precis som varje kärlek är unik innehar varje kärleksförklaring också ett unikt värde. Så kanske ligger vikten inte vid orden i sig, utan i människorna som yttrar dem?



Ett gott liv | Hunden och människan



# Hunden: människans bästa vän

Hunden sägs vara människans bästa vän. Den är ett av våra äldsta husdjur och finns med i alltifrån urtida grottmålningar till dagsfärska hollywoodfilmer. Men hur blev hunden människans bästa vän och varför älskar vi den så mycket?

Text Matilda Eklöf Foto Malin Singelsö

**F**ler än 725 000 hushåll i Sverige idag har hund. Näst efter katten är hunden vårt vanligaste sällskapsdjur med omkring en miljon glatt svansviftande vänner registrerade i landet. Intresset för hundar är stort, något som inte minst har visat sig under de senaste åren när intresset för att skaffa hund har exploderat. Under 2020 ökade Svenska Kennelklubbens register med elva procent, den största ökningen sedan 1971.

Det är tydligt att människan älskar hundar. Undersökningar visar dessutom att just hunden har en särställning bland våra husdjur. De flesta hundar bor inomhus och får vandra omkring fritt i hemmet, får bra mat och dagliga promenader. Hunden har blivit en del av familjen. Men vägen från flockliv till familjeliv har varit lång och brokig.

### Vargen blir till hund

Tamhunden tillhör rovdjursfamiljen Canidae. I samma familj ingår också varg, räv, hyena och schakal. Forskarna har genom genetisk forskning kommit fram till att hunden förmodligen utvecklades för

många tusen år sedan från en numera utdöd vargras. Från denna vargras härstammar också den moderna vargen som är hundens närmsta släkting.

Exakt hur utvecklingen gått till är osäkert men 2013 publicerade forskare i Uppsala en stor genetisk analys där hundars och vargars gener jämfördes. Analysen visade att den så kallade amylasgenen, som är ansvarig för kroppens nedbrytning av stärkelse, fanns i sju gånger fler kopior hos tamhunden än hos deras gråfotade släktingar. Stärkelse finns i bland annat ris, bröd och potatis, mat som är vanligt förekommande hos människan.

Genen kan vara förklaringen till varför vissa vargar började leva i närheten av mänskliga byar för cirka 10 000 år sedan. Detta var ungefär samtidigt som människan gick från jägar- och samlarkulturen till att istället bli bofasta jordbrukare. Vargar som kunde äta människans stärkelserika mat behövde inte längre jaga i lika stor utsträckning. De kunde istället leva i utkanten av hus och byar, och leva på matrester. Med tiden blev en del vänner med människorna och hunden kunde domesticeras.

### En trofast vän

Människan hade försökt tämja vargar långt innan dess men det var inte förrän för cirka 10 000 år sedan som vargen och hunden blev två skilda djur. Sedan dess har hunden varit en trogen vän och använts av människan i massvis med olika syften. Från att i början främst ha använts till brukshundar för jakt, vallning och skydd är hunden idag kanske främst förekommande som sällskapsdjur.

Hundar är inte bara trevliga, forskning visar också att de kan bidra till ett gott liv. Husdjur har länge kopplats samman med goda hälsoeffekter. Att ha hund kan leda till en bättre livsstil där vi rör oss mer, vilket i sin tur minskar risken att drabbas av hjärt- och kärlsjukdomar. Annan forskning visar också att husdjur, speciellt katter och hundar, kan minska stress, ångest och depression samt minska ensamhet. Kanske är det just dessa egenskaper som har gjort hunden till människans bästa vän? ●



A close-up portrait of a woman with light brown, wavy hair, smiling warmly. She is wearing a dark, patterned top and a necklace with a circular pendant. The background is softly blurred, showing a window and a plant.

## OM EVA

Namn | Eva Lundgren Stenbom

Yrke | Kulturvetare och verksamhetsansvarig på Skandiateatern. Driver föreningen *Imagine what we can do*.

Familj | Maken Leif, dottern Amanda och katten Koriander.

På fritiden | Foto och dykning. Kombinerar gärna båda.

Brinner för | Kultur, hållbarhet och mänskliga rättigheter.

Mest stolt över: | När mina läxbarn kommer och berättar att de gjort bra ifrån sig i skolan.



# Av kärlek till medmänniskan

När Eva Lundgren Stenbom förstod att distansen mellan människorna i Marielund och Röda stan var stor, trots att det bara är spårvagnsspåret som skiljer dem åt, var hon tvungen att agera. Hon startade sin förening *Imagine what we can do*, som bland annat driver Läxhjälpn.

Text Annelie Tollerå Foto Niclas Fasth

**E**va Lundgren Stenbom bor i ett gammaldags falurött hus i Röda Stan, precis längst ut i ytterkanten av området, alldeles bredvid spårvagnsspåret. På andra sidan ligger Marielund, som då räknades som ett utsatt område, med sina betongkomplex. Skillnaden kunde inte vara större. Det är en unik plats, där gränsen mellan de två karaktäristiska områdena endast skiljs åt av ett spårvagnsspår.

Hon berättar om när familjen först flyttade till Röda stan för lite mer än 20 år sedan. Vid en träff med ett antal boende i området var det några som

vittnade om att de absolut inte ville att deras barn gick igenom Marielund på väg hem. Eva reagerade på uttalandet.

– Är det så här vi ska ha det i samhället?, tänkte jag. Det kändes inte bra. Jag ville inte gå med på det.

## **Nyfiken på människor**

Eva reflekterar över att hon alltid har varit nyfiken på människor och på de som varit annorlunda. Hon har drivits av en stor nyfikenhet.

– Jag minns när somalierna först kom till Sverige, berättar hon. De hade annorlunda kläder och utseende och jag undrade vilka de var. Hur man skulle kunna komma i kontakt med dem.

Eva kände att hon ville göra något för att minska distansen mellan människorna på de två sidorna.

– Jag ser oss alla som grannar, det är självklart. Vi handlar i samma matbutik. Det vore konstigt att låtsas att vi inte ser varandra. Om människor bara kunde våga öppna upp lite, så skulle man upptäcka att vi är precis likadana. Vi har samma behov, samma drömmar och samma önskan om att få ett bra liv.

När Eva startade sin förening *Imagine what we can do* var det övertygelsen om att människor kan åstadkomma något stort tillsammans som drev henne. Hon hade precis

”Jag lyssnar på människor och försöker förstå vad de behöver göra för att komma en bit framåt. Jag ser mig mer som en möjliggörare.”

sagt upp sig från en kommunal 13-årig tjänst som kändes som en återvändsgränd. Drömmen var att verka inom kultur, integration och hållbarhet och hon ville hitta sätt att ge utrymme för människors eget självförverkligande.

– Det är inte jag som formar alla idéer och styr upp dem. Nej, då kan man lika gärna sitta och göra saker ensam och starta företag. Det här är något helt annat. Jag lyssnar på människor och försöker förstå vad de behöver göra för att komma en bit framåt. Jag ser mig mer som en möjliggörare. Det är mycket mer givande för alla.

### Projekt som betyder något

Första projektet hette Konst-PIMPA. Eva minns det med värme. Det var

egentligen ett fristående projekt innan föreningen kom till, med finansiering av Allmänna Arvsfonden. Det gick ut på att låta ungdomar i Marielund mellan 13-19 år få prova på att arbeta med konst och kultur. En källarlokal i Marielund fanns till förfogande. Projektet resulterade bland annat i en utställning tillsammans med konstnären Kristoffer Zetterstrand, som ungdomarna själva beslutade, planerade och genomförde. Eva låter stolt.

– Ungdomarna växte och det fanns mycket styrka i projektet, säger Eva. Det är så himla roligt när någon kommer med en idé och vill göra något. Att få vara med och förverkliga saker, som kommer att betyda något på riktigt för människor, det är så häftigt. Det skapar en sådan energi i mig.

### Övning i svenska språket

Nästa projekt blev en sygrupp med mål att få öva på svenska språket.

– ”Sy och prata svenska” hette gruppen, berättar Eva. Jag hörde mig för i mitt kontaktnät och fick inte mindre än sju symaskiner donerade. Ett par pensionerade svenska damer med sömnadskunskaper kunde tänka sig att hjälpa till. Det blev ett fantastiskt projekt där vi höll på i flera år och sågs varje vecka. Faktiskt finns gruppen kvar, men nu saknas de svensktalande i gruppen.

Invandrarkvinnorna, som gick på SFI (Svenska för invandrare), berättade att de tyckte att det var svårt att nå fram till svenskarna för att få prata och öva på sin svenska. Därmed föddes idén till Läxhjälpen, ett projekt som är igång än idag. Under hela



coronapandemin har Läxhjälpen varit det enda sociala projektet som hon har kunnat driva.

– Läxhjälpen går ut på att matcha svensktalande som kan tänka sig att göra en insats, med studenter som behöver hjälp med läxor. Från början var det SFI-studenter, men projektet har vuxit till att omfatta även den generella skolan. Man ses hemma hos någon, eller bestämmer träff på till exempel biblioteket.

### **Kunnat drivas trots pandemin**

Under Coronapandemin kunde Läxhjälpen ändå drivas vidare, trots att samhället stängdes ner. Eva tyckte att det kändes som en angelägenhet att fortsätta med den. Till en stor del kunde Läxhjälpen drivas med digitala hjälpmedel. Det var upp









till personerna inom Läxhjälpn att bestämma hur de ville göra.

– Det är inte bara att människor får hjälp med läxorna som är viktigt. Det är själva kontakten med en annan människa, det sociala. Att träffa någon som faktiskt bryr sig om hur det går för dig, bara det kan påverka studieresultatet, berättar Eva.

### Behöver fler läxhjälpare

Under senare tid har det varit svårt att hitta människor som vill hjälpa till i Läxhjälpn.

– Vi behöver bli fler Läxhjälpare. Jag har förståelse för att många människor är mitt i livet och har fullt upp. Men det kommer perioder i livet då man kanske får lite mer tid och känner att man vill ge något till någon annan. Då passar Läxhjälpn bra, säger Eva. Jag önskar så mycket att jag hade ett sätt att nå ut till många fler. Jag skriver på sociala medier och vet att det når ut ganska bra, men det känns ändå som om jag skulle behöva nå ut bättre med det här.

Ett annat projekt som funnits inom föreningen är projekt Grannsamverkan. Det gick ut på att para ihop människor, en familj från Marielund och en familj från Röda stan, för att komma varandra lite närmre. Under ett års tid sågs man regelbundet. Totalt var det 26 familjer som deltog i projektet.

– I vissa fall blev det vänskapskontakter som fortfarande består, berättar Eva. Det var ett unikt projekt. Jag önskar att man hade haft någon från universitetet som hade gjort följeforskning på det. Det fanns massor som skulle ha kunnat utvärderats därifrån. Det hade varit väldigt intressant.

### African by heart

Det är svårt att förstå hur Eva hinner med alla projekt. Hon har många fler i rockärmen. Man får känslan av att det aldrig tar slut. Den ena idén har fött den andra.

– Jag har hållit på i sju år med föreningen nu, säger Eva. Åren tickar

på. Då blir det ju många projekt automatiskt, säger Eva.

Hon verkar inte ha några planer på att sluta med sina projekt. Men hon har redan en plan till pensionen.

– När jag någon dag tar pension tänker jag resa runt i Afrika. På ett hållbart och respektfullt sätt såklart. Där det går med tåg, säger hon.

Hon har skaffat kontakter, vänner och bekanta i många länder. Tanzania ligger henne särskilt varmt om hjärtat. Där är hon också med och driver olika projekt för människor med albinism.

– En gång sa en person till mig: “You may look swedish, but you are african by heart”. De orden blev jag så glad över. Jag älskar Afrika och vill absolut resa runt och upptäcka många av de afrikanska länderna.

Det märks att Eva har hamnat på rätt plats i livet.

– Jag tycker att det är häftigt att bo här i Röda stan. Att få befinna mig i skärningspunkten mitt emellan. ●

# En kärleksresa

Att planera ett bröllop innebär också många gånger att planera en bröllopsresa. Idag har de nygifta ofta varit på resande fot tillsammans tidigare och känner resepersonligheten hos sin partner. Men en bröllopsresa kan ändå bygga upp vissa förväntningar och det gäller att synka så båda två får utlopp för eventuella drömmar kring resan.

Text Malin Singelsö Foto Pixabay samt Malin Singelsö

**N**aturupplevelser eller citypuls? Aktivitet eller lata dagar då det mest ansträngande är att applicera mer solskydd och föra ett glas med kall dryck till munnen? Hur ska man välja?

## Prata igenom förväntningar

Det är viktigt att prata om vad man vill ha ut av resan. Dessutom är det inte ovanligt att vara ganska trött efter en intensiv period av planering och upplevelsen av dagen B. Dessutom har man ofta spenderat en del sparpengar på sin bröllopsdag. Idag är det vanligt att brudparet åker iväg på en kortare resa efter en mellanlandning hemmavid efter vigseln, för att sedan göra en

längre bröllopsresa, när man har hunnit landa lite och fyllt på spargrisen.

## Hållbarhetsaspekt

Idag är frågan om hållbarhet också viktig för många. Även om det erbjuds klimatkompenserade flygresor är en sådan resa inte alltid aktuell på grund av dess klimatpåverkan. Tåg och bil kan räcka långt för att nå fantastiska resmål. I pandemins spår har många också insett vilket fantastiskt utbud av upplevelser det finns inom vårt lands gränser. Hur mycket man lägger på bröllopet och bröllopsresan ger också effekter på hållbarheten i privatekonomin. Det är en balansgång mellan att få uppfylla sina önskningar på sin stora dag och att gå ur det hela

med en hållbar situation i sin ekonomi. Ett tips är att be bröllopsgästerna om bidrag till bröllopsresan istället för att de ger presenter. Ett annat att välja en resa med lägre kostnader, det är upplevelsen tillsammans som man minns.

## Listor underlättar

Vissa gillar listor mer än andra, men det finns helt klart en poäng med dem. Ibland är det också svårt att uttrycka vad man verkligen vill, i sin önskan att ens partner ska vara lycklig. Då kan det underlätta att göra varsin lista med önskningar och förväntningar, som man sedan kan jämföra och prata ihop sig kring.●



# Resetips!

## Rekommenderas!

*Så fort du ser en plats du vill besöka, det kan vara något du har Googlat fram, ser på sociala medier eller på TV, spara då platsen på Google maps. Det är också ett smidigt sätt för att hålla koll på upplevelser och platser ni vill besöka på ert resmål.*



### Norrskensjakt – tåg förbi polcirkeln

Att uppleva ett norrsken är sällsamt och vackert, perfekt för den som vill få oslagbara naturupplevelser. En resa för er som vill ha lagom med äventyr men med låg till medelhög aktivitetsnivå. En klassisk plats för norrskensjakt i Sverige är Abisko. Norge erbjuder också vackra platser för norrskensjakt, till exempel Narvik. Det går att ta tåg till båda dessa destinationer. För att komma fram utvilad rekommenderas nattåg med sovhytt.



### Tågluffa i Europa med sikte på storstäder

Luta er tillbaka och njut av landskapet medan ni på ett klimatsmart sätt susar fram genom Europa. Hoppa av och upplev det ni önskar på vägen eller ta fasta på storstäder som Paris eller Berlin. Att inte ha med bil är bara en fördel. Finns det något bättre sätt att uppleva en storstad än till fots? Smacka in minst 20 000 steg per dag och använd kollektivtrafiken för längre förflyttningar. En bra strategi är att skippa frukost på hotellet och börja flanera direkt på morgonen och hitta ett mysigt ställe för frukost på stan. Handen på hjärtat så är en del av upplevelsen av städer dess matkultur, så gå, se, upplev och ät dig fram genom de storstäder ni besöker.



### Bila till England

Ta sikte på Danmark och ta dig sedan via landvägen till Coquelles i Frankrike. Där tar du enkelt Eurotunnel Le Shuttle till Folkstone i södra England. Det tar 35 minuter att korsa kanalen och du sitter kvar i din egen bil. Väl framme i England är valmöjligheterna oändliga. Gamla anrika städer som Cambridge och Oxford, storstäder med London som kronan på verket, små byar med kullerstenstorg där du kan dricka te och äta scones med clotted cream och marmelad. Kanske bege er upp till den magiska naturen i Skottland? Du kan till och med besöka verklighetens Downton Abby eller uppleva de platser som figurerar i filmerna om Harry Potter. Den som vill ha mer trygghet bokar boenden längst med en rutt innan resan, eller så styr man dit näsan pekar, och hittar guldkorn på vägen. Ibland kan det innebära... låt oss säga, annorlunda hotellupplevelser att köra på det sistnämnda alternativet, men sådant skapar minnen för livet och blir något att skratta åt i många år framöver.



## Alperna eller svenska fjällen

Vill du upp på höjden och uppleva magiska landskap är både svenska fjällen och Alperna bra alternativ. Ingen av dem kräver flygresor och du kan anpassa upplevelsen utifrån era önskemål då allt från lyxhotell med spa eller enklare boenden erbjuds. Med aktiviteter som vandring, försrättning, klättring, linbanor med mer, finns något för de flesta. Dessa platser ses kanske ofta som destinationer att uppleva på skidor, men sommaren och hösten kan vara den bästa tiden att besöka fjällvärlden, då upplevelsen blir en helt annan.



## Tanzania och Zanzibar - safari kombinerat med vita stränder

*If I have ever seen magic, it has been in Africa — John Hemingway*

Att resa på safari i Afrika är en livsdröm för många. Vill man uppleva både safari för att se big five och vita stränder med sol och bad så är en kombination av Tanzanias savanner och kryddön Zanzibar utanför Tanzanias sydöstra kust populärt. Tanzanias fastland erbjuder både nationalparken Serengeti och naturskyddsområdet Ngorongoro. Den sistnämnda är världens största kaldera (krater efter en kollapsad vulkan) och är listad på Unescos världsarvslista.

Zanzibar lockar med underbara vita stränder och turkost vatten där man kan dyka och snorkla, spana efter delfiner, yoga på stranden eller bara ta det lugnt. Visst går det att ta sig till Tanzania utan att flyga men det tar lång tid och är inte helt enkelt så de flesta flyger dit. För den större plånboken finns lyxiga lodger att bo på under safari och ha som utgångspunkt för så kallade game drives och plats för traditionella sundowners, när man upplever solnedgången över en drink. Här snackar vi glamping på hög nivå.



## Gotland runt

Vår egen pärla i Östersjön. Upptäck ön med bil eller cykel. Ön är också perfekt att uppleva med husbil eller campervan. Det finns alla prisnivåer av boende, men vill man lyxa till det och boka i god tid så är hotellet Fabriken Furillen något alldeles extra. Smakrike logi vid Ljugarn håller hög klass, även på restaurangen, och ett stenkast bort kan man ta långa promenader ut med stranden. På Warfsholm i Klintehamn kan man bo i klassisk pensionatsmiljö och på Surflogiet mellan Klintehamn och Visby erbjuds glampingtält på stranden. Där kan man testa både surfing och SUP på dagen.

Upplev turkost vatten i Blå lagunen, karga stenstränder med vinden som river och den klassiska siluetten av små sjöbodas. Mjuka sandstränder för promenader och bad, mysiga byar och världsarvstaden Visby. Gotland har en väldigt hanterbar storlek, och på en vecka kan man roadtrippa kring hela ön med avstickare mot inlandet. Välj höger eller vänstervarv när du kör av färjan och njut.



# Recensioner



## FILM: **Eternal Sunshine of the Spotless Mind**

ÅR: 2004

REGI: Michel Gondry

MANUS: MCharlie Kaufman, Michel Gondry, Pierre Bismuth

ROLLERNA: Jim Carrey, Kate Winslet, Elijah Wood

*”I could die right now, Clem. I’m just... happy. I’ve never felt that before. I’m just exactly where I want to be.”*

Joels flickvän Clementine har raderat honom ur sitt minne. Hjärtekrossad beslutar sig Joel för att göra samma sak, men när han under operationen ser sina minnen försvinna ångrar han sig. Så startar en desperat flykt där Joel gör allt för att minnas Clementine och deras tid tillsammans. Men kommer han att lyckas? Eller kommer hon att försvinna för alltid?

”Eternal Sunshine of the Spotless Mind” blev en av 00-talets mest omskrivna filmer och vann bland annat en Oscar för bästa manus. Under de nästan tjugo år som gått sen dess har det egensinniga och fragmenterade universum som manusförfattaren Charlie Kaufman (I huvudet på John Malkovich) skapat fortsatt att fascinera tittare världen över.

Kate Winslet och Jim Carrey briljerar i rollerna som det falnande

kärleksparet Clementine och Joel. Deras minnen kommer till liv och tillsammans med Michel Gondrys unika registil skapas en film som inte bara utforskar människans allra innersta väsen utan också berör kärlekens absoluta kärna.

”Eternal Sunshine of the Spotless Mind” är utan tvekan en av 2000-talets bästa filmer. Det är en berättelse som dröjer sig kvar och som du garanterat aldrig kommer att glömma. Väl värd att se om både en och två gånger.

/Matilda Eklöf

## PODD: **Röda Vita Rosen**

ÅR: 2021

PRODUCENT: Ellen Kittel

VID MIKROFONERNA: Jenny Strömstedt och Victoria Skoglund

Jag har börjat med en ny helgrutin. Med en podd i lurarna och en sekator i högsta hugg gör jag någon typ av syssla kopplad till växter. Det kan handla om att ansa pelargoner, klippa bort överblommade blommor på dahlior och rosor eller fixa en helgbukett. Och det kan inte vara vilken podd som helst inte, nej, nej, nej. Det är Röda vita rosen-podden som gäller, där Jenny Strömstedt i rollen som novis och Victoria Skoglund i form av professor, pratar trädgård.



Foto: Rickard L. Eriksson

Nu funderar du kanske på vad kopplingen till kärlek är här? Till odling, plantor? Ja, så kan det förvisso vara. Röda vita rosen kategoriseras som en podd om trädgård. Men jag skulle påstå att den handlar om livet. Om kärlek och vänskap. Om att envist ta en och annan smäll men ställa sig upp igen. Om förtröstan. Om hur livet vaknar, frodas och sedan lägger sig till ro igen. Jag skulle säga att Röda vita rosen närmast är en livsfrågepodd. I en trygg och självklar vänskaplighet vågar Jenny och Victoria ge sig in i det som skaver och gör ont. Starksköra vågar de gråta på riktigt inför en nära väns bortgång eller sorgen av att lämna ifrån sig något man har älskat. För att fem minuter senare säga något dräpligt eller rent av ekivokt och drabbas av en fnissattack.

Det är ett varmt och inbjudande systemskap som inte räds att tala om livets upp- och nergångar, som struntar fullständigt i om vad som är fint eller fult att prata om. Och oftast hinner de till och med prata om växter och odling en stund, innan det är dags att avrunda avsnittet. Om ravegräs och tivolirabatter. Om gödsel, jord och mördarsniglar. Stående hållpunkter är läsarfrågor och trädgårdsmästarens kalender.

Du hittar Röda vita rosen där poddar finns (t ex Spotify) och på Facebooksidan Röda vita rosen.

/Malin Singelsö

På besök | Cnema

# Kärleken till film

2011 slog Cnema upp portarna till sina nya lokaler och sedan dess har norrköpingsborna kunnat ta del av kvalitetsfilm och kulturupplevelser från hela världen. Vi träffade Simona Macuh och Elin Bennett, program- och publikansvariga på Cnema, för att prata om kärleken till filmen, bions framtid och en sverigeunik verksamhet.

Text Matilda Eklöf Foto Niclas Fasth

*På Cnema finns många gamla projektorer. Det är en del av biografernas historia som är viktig att kunna visa upp, menar Simona.*

**S**imona och Elin möter upp i den hemtrevliga foajén. Sammetsoffor samsas med gamla radioapparater, klättrande växter och rader av filmaffischer inför kommande visningar. Kanske en annorlunda framtoning för en biograf, men så är Cnema också unik i Sverige. Biografen ägs av Norrköpings kommun med syfte att berika film- och mediekulturen i Norrköping och Östergötland.

– Intresse för film har alltid varit stort i Norrköping, börjar Simona. Jag tror att det var det som gjorde att kommunen till sist vågade satsa på att starta en renodlad biograf. Intresset och efterfrågan fanns redan där.

Cnema startades för tio år sedan men redan 1969 rullade föregångaren Bio Harlekinen igång projektorn vid Norrköpings konstmuseum. Harlekinen startades som ett komplement till dåtidens biografier med tanken att visa smalare film som inte gick upp på de vanliga biograferna. Visningarna skedde

på Norrköpings konstmuseum och blev med tiden en stor succé. Simona jobbade i biljettkassan på Harlekinen och minns med glädje det stora intresset från norrköpingsborna.

– När jag jobbade på bio Harlekinen så var det ofta kö ända ner på gatan. Det var helt galet. Vi fick köra flera visningar per kväll och det var fullsatt.

### Tioårsjubileum

2011 slog Cnema upp portarna i sina nya lokaler mitt i industrilandskapet, ett stenkast ifrån universitetet och Strömmen. Kommunägd och med tre salonger, film- och medielabb, animationslabb, inspelningsstudio och fokus på filmundervisning för unga är Cnema en unik verksamhet i Sverige. Att det gått att genomföra tror Elin beror mycket på Norrköping som stad.

– Det är en kulturintresserad stad och för den som är intresserad av film, både att se och skapa, har Norrköping så mycket att erbjuda. På många

sätt är det lättare att skapa film här än i många andra större städer. Det är så nära till allt. Vi har både Film i Öst och Norrköpings filmfond i stan så det är lätt att diskutera och få hjälp. Allt finns samlat.

– Nu tio år senare kan vi säga att Cnema är en succé, fyller Simona i. Det är en fantastisk plats och det händer så mycket roligt här. Ur en demokratisk synvinkel är det så viktigt. Film är ett otroligt medium på så många sätt. Röster från olika grupper får göras hörda, det är det fantastiska med film. Det är helt underbart att Norrköping är så generöst med kultur och film.

### En bransch i förändring

Under pandemin har Cnema, precis som mycket annan kulturverksamhet, haft stängt för besökare. Under tiden som den publika verksamheten pausats har de funderat och diskuterat mycket kring hur framtiden kommer att se ut i det nya medialandskapet som har växt





fram under de senaste åren. Det har varit en spännande djupdykning som gett dem många nya insikter.

– Biobranchen har förändrats mycket den senaste tiden, och under pandemin har det gått rekordsnabbt, förklarar Elin. Tidigare gick filmerna alltid upp exklusivt på bio först och det tog ganska lång tid innan de släpptes till hyr- och streamingtjänster. Men pandemin har ruckat på det upplägget helt. Så vi har fått fråga oss själva varför vi gör det vi gör och hur vi kan fortsätta framåt.

Att få grotta ner sig i frågorna har gett mycket, berättar hon. De

har pratat med andra i branschen, gjort framtidspaningar och även tittat bakåt. En helt ny arbetsssysla som gett perspektiv. Exakt hur det kommer se ut framåt är svårt att svara på, men båda är säkra på att biografen kommer ha en roll att fylla även i framtiden.

– Det är inte första gången folk pratat om ”biografens död” eller ens första gången en pandemi drabbat biograferna. Spanska sjukan i början av 1900-talet påverkade exempelvis biograferna mycket. Men biograferna har alltid hittat nya sätt att komma tillbaka.

### Till för besökarna

Cnema driver en bred verksamhet där det ska finnas något för alla. Vad besökarna tycker och tänker är grundpelaren i hela verksamheten. Simona förklarar att det alltid finns i bakhuvudet och att det därför genomförs publikundersökningar varje år. Allt för att hålla en bra kontakt med biografens besökare och ta fram ett bra program.

– Cnema har en väldigt bred målgrupp. Det är ett stort jobb att nå alla och kommunicera det vi gör. Vi har alltifrån seniorvisningar till barnfilmsfestivaler, galapremiärer



**Vänster överst** En gång fanns det tio biografer som var verksamma samtidigt i Norrköping. Cnema håller just nu på att göra en film tillsammans med Stadsmuseet om stadens gamla biografer.

**Vänster underst** Cnema har tre salonger: statisten, birollen och huvudrollen. Statister har 40 platser medan huvudrollen tar in hela 194 personer.

**Till höger** Inne i maskinrummet finns Cnemas autografvägg. Här har skådisar, regissörer och författare som besökt biografen skrivit sina autografer. Här finns autografer från bland annat Jack Werner, Anna Odell, Harriet Andersson och Sven Wollter.

och filmverkstäder. Snart arrangerar vi till exempel en stor filmfestival för extremsport. Det är stor variation och det är det som är så roligt.

### En mötesplats för filmälskare

När till sist den nästan obligatoriska frågan kommer, om vilken som är den bästa filmen de har visat, blir det tyst ett tag och det funderas ordentligt. Elin är den första som bryter tystnaden.

– Min favorit måste nog ändå vara ”Min pappa Toni Erdmann”. Det är en sådan där film som gör att när man sett den så bara älskar

man alla människor efteråt. Den är helt fantastiskt absurd och rolig.

Simona håller med och funderar sedan lite till på sitt eget svar. Det är svårt menar hon, för de har visat så mycket bra genom åren.

– Men en speciellt stark upplevelse var ändå när vi hade Dirty Dancing-singalong. Vi blev helt chockade för vi trodde inte att någon skulle våga släppa loss, men alla stod och sjöng ihop och filmen kom till liv igen. Det är ingen ny film men det var ett nytt sätt att uppleva den. Det var fint.

– Det är ett drömjobb vi har, säger Elin och skiner upp. Att få

sitta och välja film, fundera på hur vi ska kommunicera det och nå en publik. När man lyckas skapa ett sammanhang där människor kan träffas och prata om film - det är det allra bästa.

Simona instämmer och fyller i:

- Precis! När man känner att folk kommer hit för att de ser biografen som en träffpunkt för likasinnade, en mötesplats för alla som älskar film. Då känns det riktigt bra inombords. ●



om | Sista vilan

# Kärlek bortom döden

Det enda vi vet med säkerhet är att vi en gång ska dö. Du, jag och de vi älskar. Av jord är du kommen, jord skall du åter bli. Kvar finns de efterlevande att uppfylla den bortgångnes önskan om hur kroppen skall tas om hand, eller att ta beslut om detta om någon önskan inte har uttryckts. Ett ämne som kan vara svårt att prata om med sina anhöriga. Spelar beslutet någon roll, för de sörjande som är kvar?

Text och foto Malin Singelsö



**K**ärleken bryts inte av att någon gått ur tiden. Den sträcker sig förbi livets uppmätta timmar och minuter, förbi döden.

Allhelgonahelgen har blivit en av kyrkoårets största helger, vad gäller antal personer som besöker kyrkor och kyrkogårdar. Då vill man tända ljus och minnas de som har gått före.

Jag går bredvid en kvinna på en kyrkogård i Norrköping och ställer försiktigt frågan om det känns bra att föräldrarna vilar i en minneslund.

– Jag saknar en grav att gå till, en minneslund känns inte på samma sätt, blir hennes svar.

### **Kremationer ökar**

Antalet kremationer ökar. I riket som helhet är det cirka 82 % som kremeras och i Norrköping 85 %. Jag frågar Anders Carlsson, chef för Kyrkogårdsförvaltningen i Norrköping, hur han tänker kring detta.

– Det finns inga tydliga svar på

varför kistbegravning minskar, men en anledning kan vara att man inte vill ha ansvar för en gravplats utan väljer kremation. Det ger en möjlighet att gravsätta i en minneslund, askgravplats eller askgravlund. Dessa gravskick medför inget skötselåtagande eller gravrättsansvar. Dessutom finns det forskning kring att människor som har invandrat, och som har en annan religion och begravningskultur, anammar den kultur som råder i landet. De lämnar i och med det den traditionella kistbegravningen successivt efter ett par generationer.

### **En stor variation**

Jag fastnar vid orden ”inte vill ha ansvar för en gravplats”. Kanske de efterlevande önskar just det, att ha en grav att vårda? När frågan ställs i en undersökning på sociala medier, visar den sig ha många olika svar. För vissa är det väldigt viktigt att ha en grav att gå till, smycka och tända ljus vid. Andra tycker inte att det spelar

någon roll, så länge man har en plats där man vet var askan är begravd. Ett alternativ för detta är askgravlund, där askan får en egen plats och man får en plakett med namn på anvisad plats i askgravlund. En tredje ser inget behov av att veta exakt, men uppskattar att kunna sitta i en minneslund och även ha möjligheten att tända ljus. Ytterligare en tycker att förälderns önskan att spridas över vattnet blir något vackert, att minnet inte behöver vara knutet till en fysisk plats.

### **Svåra samtal**

Något som sticker ut är önskan att inte vilja vara till besvär efter sin död. För vissa kan den känslan härstamma ur att en flytt har gjort att barnen nu bor på annan ort. Det kan också handla om att man inte tycker att det spelar så stor roll, och att det då inte finns någon orsak att krångla. Men sällan verkar beslutet ha föregåtts av att man har pratat om det i familjen. Något som kan göra

ett sådant samtal mer aktuellt, är sjukdom. När den uppmätta tiden blir överskådlig, ställs frågan på sin spets. En person med erfarenhet av detta är Cicci Nord, som själv blev svårt sjuk.

– Jag blev tvungen att diskutera frågan med min då 12-åriga dotter samt skriva i Vita Arkivet eftersom jag var väldigt sjuk. Jag kanske kommer att ändra mig över tid men jag valde minneslund efter att ha funderat på askgrav. Jag tror inte att jag vill ha en fast plats. Jag har varit rörlig hela livet och vill inte binda någon annan till vare sig gravplats eller askgrav. Jag uppskattar min mormor och morfars grav mycket, att ha en fysisk plats, men när jag går till minneslunden där min farmor och farfar ligger lämnar jag mindre ledsen, med gladare minnen och inte med sorg på samma sätt.

### Ett arv på flera sätt

I samtal med andra framgår också att våra kyrkogårdar blir något av ett kulturhistoriskt arv. Att vandra på en kyrkogård och kunna utläsa namnen på gravarna ger en ödmjukhet och förundran över hur ”slakten följa släktens gång”. Tankar väcks kring vilka människoöden som göms bakom namnen. Denna upplevelse av mänsklighet är en viktig del av kyrkogården och gravstenarnas funktion för många.

Någon som i närtid har hittat än tydligare rötter till sin bygd och släkt är Annelie Tollerå som berättar,

– Jag fick reda på att en anmoders grav finns kvar, nämligen min gammelmormors mor, som flera av oss i slakten är döpta efter i andranamn. Jag visste inte att min mormors kusinbarn betalar för och vårdar graven. Det betyder mycket! Jag besöker den ibland nu. När de går bort skulle jag själv vilja ta över vården av den. Det är självklart att närmare släktingar har gravar och att jag besöker dem då och då. Men en gammal grav från tidiga 1800-talet är på ett annat sätt. Det är lite av ett kulturminne och hon har blivit mer som en anmoder för mig. Jag har ju aldrig träffat henne. I de släktforskningsgrupper på Facebook som jag är med i, ser jag att många tycker att gravar tas bort för snart i Sverige.

### Ett eget beslut

I dagens samhälle fjärrar vi oss från döden. Det märks inte minst på att det tar längre tid innan avlidna begravs, då en begravning kan vara svår att få in i schemat. Att fundera över sin egen dödlighet och lämna instruktioner för hur man vill ha det efter sin död, kan underlätta för sörjande som annars måste ta dessa beslut. Tankarna

kring detta är självfallet många.

– Jag tycker gravplatsen är viktig, jag vill ha en specifik plats att gå till, men det kan antingen vara askgravlund eller kistgrav. Jag har funderat på hur jag vill ha det den dagen jag dör och har bestämt mig för en urna med aska. Jag hade inte tänkt på det förrän min far gick bort, men efter det har jag funderat. Jag tror jag påverkades av hans val som blev just urna. Och jag tyckte det blev fint, säger Charlotte Wibjörk.

– För mig är det helt oviktigt. Minnet av personen, och till exempel bilder, är mycket viktigare än en gravplats. Personen är ju död och märker knappast om jag går dit ändå. När jag själv dör vill jag också att alla mina organ ska gå till donation och/eller min kropp till utbildning, resonerar Anders Berlin.

### En osäkerhet

Lotti Bjuvander som driver Strandvägens begravningsbyrå berättar att de flesta som kontaktar begravningsbyrån inte vet hur det går till när någon har dött och hur en begravning planeras. Den som är osäker på den avlidnes önskan frågar ofta vad som är vanligt, gängse bruk.

– Men jag försöker vägleda och fråga vem personen var, vad han eller hon tyckte om. Varje människa är unik, och ser man till det blir varje

begravning unik. Själva har jag kommit att uppskatta det jag har än mer, då jag möter mycket sorg, osämja och elände. Döden är viktig att prata om. Ta gärna upp det tidigare i livet så det inte blir så dramatiskt, det kan vara svårt för den som är gammal att prata om hur de vill ha det. Men att få prata om det ger trygghet och förtröstan. Dessutom uppskattar man livet mer när det går att prata om döden.

### **Det viktiga samtalet**

Något som ändå blir tydligt, är att många bär på tankar om både sina önskningar vad gäller anhörigas gravsättning och önskningar kring vad som ska hända efter att man själv har dött. Flera beskriver hur graven är viktig för dem, men att de själva kommer att önska ett gravskick där de efterlevande inte behöver ta ansvar för skötseln av en grav. Det får mig att tänka på hur viktigt detta samtal är att ha med nära och kära, även om det också kan kännas tungt att prata om. Kärlek kan vara att plantera en ros vid en grav, att få känna stenen under sin handflata och tala vid graven, till den som har gått bort. Men kärlek kan också vara en bänk vid en vacker utsikt eller aska som skingras för en lätt bris, en solig kväll i skärgården. Men tala med varandra om det, innan möjligheten går förlorad.●







livet | Kärlek

# Bröllopsyra 2022?

Planerar du ett bröllop nu när restriktionerna har lättat? För många en härlig syssla, men också en uppgift med många ångestfällor. Det kan vara skönt att bli påmind om att denna stunden är just för er, för att visa och fira er kärlek. Pomp och ståt är absolut inte ett måste. Ni kan gifta er i jeans på en drop in-vigsel helt utan andra bestyr än att fixa en hindersprövning, om det är vad ni önskar. Drömmer du om att få fixa och planera din stora dag finns det massor av tricks för att få wow-effekt på en mindre budget. Det viktiga är att dagen speglar just er!

Text och foto Malin Singelsö Modell Emma Bruno

Klänningar: Loppis  
Krona: S:t Olai kyrka  
Bukett: dahlior direkt från trädgården  
Skor: privata Converse





## Två snabba till Johanna Kajson

Johanna Kajson är en erfaren bröllopskoordinator som har arrangerat flera kändisbröllop men även synts flitigt i Nyhetsmorgon. Vi ställer två frågor till Johanna om huruvida det stundar bröllopsyra.

### Förutspår du en bröllopsboom 2022?

Oh ja, nu har så många bröllop flyttats fram både 2020 och 2021 så det är otroligt många brudpar som ska få plats 2022 och denna bröllopsboom ser vi såklart fram emot i branschen!

### Ser du några trender som uppstår i pandemins spår, nu när restriktionerna lättats?

Folk har längtat efter dansgolv och fest så den trenden, som stegrade redan åren innan pandemin, kommer nog bara ta ännu mer fart nu tror jag.



## Kläderna

Nej, det behöver faktiskt inte bli så dyrt. Hyra är ett bra alternativ. Hyr du kläder från en seriös butik så får du dem oftast anpassade efter dina mått. Går du på alternativet vit klänning kommer den, för de flesta, ändå mest att hänga i garderoben resten av livet. Har man lite framförhållning kan man också spana på loppisar, second hand och aktionssidor som Tradera för att hitta drömkläningen. Väljer man kostym blir ofta priset per användning mycket lägre, då den går att använda till fest och jobb under lång tid.



## Buketten

Den lite vilda trenden lever vidare och du kan faktiskt fixa din bukett själv, om du inte kräver den där nitiska rosperfektionen. Det vilda och egna kan bli mer perfekt i slutänden. Välj efter säsong! Tulpaner och narcisser om våren, varför inte ett fång med hundkex under försommaren och mogen säd på sensommaren. Hösten bjuder på dahlior, rosor, rönnbär, gräs och löv i sprakande färger som ger härliga möjligheter att skapa en drömbukett. Fråga bara markägaren först om du plockar på annans mark. Googla spiralbindning om du vill binda som ett proffs.



## Kronan på verket

Kanske har du en kompis som kan fixa en uppsättning? Vill du gå all in på hårsmycke så lånar de flesta kyrkor ut brudkronor utan kostnad. Det finns allt från väldigt gamla, stora och pråliga kronor till mer smäckra modeller. Se till att tupera håret och ha många hårnålar till hands. Och varför inte överväga krona även som man? Låt din personlighet få fullt utrymme på din bröllopsdag!





# Kärleken till en hobby

Christoffer Svedbo, vanligen också kallad Zwedda, jobbar som elektriker till vardags, men på fritiden ligger hans hjärta i mer kreativa områden. Fotografering är en hobby som Christoffer varmt vurmar för och som, enligt honom själv, ger en själslig tillfredställelse.

Text Therese Götberg Foto Christoffer Svedbo



**C**hristoffer fick sin första kamera i tidiga tonåren av sin fotointresserade pappa.

- Min pappa har alltid fotat, ända sedan jag var liten. Han hade till och med ett mörkrum inne i sitt badrum. På den tiden var det analogt foto som gällde. Du laddade kameran med film och så hade du 24 bilder. Då visste du inte hur de blev förrän du framkallade dem. Kanske stod du där med jättedåliga bilder utan fokus och skärpa. Så jag la ner intresset ganska snabbt, eftersom hela processen var för krävande både tidsmässigt och kostnadsmässigt, berättar han.

### Återupptäckte intresset

Bara för några år sedan fick Christoffer en till kamera av sin pappa, då en digital sådan. I och med det väcktes lusten att fotografera igen. Med dagens digitala teknik tog intresset åter fart och förutsättningarna blev helt plötsligt inte lika dyra eller

tålmodskrävande.

- Det är klart att det alltid är dyrt att ha fotografering som hobby, men det som kostar mest för mig idag är licenserna för de fotoredigeringsprogram jag använder. Annars kostar den här hobbyn inget annat än min tid.

Han beskriver att det är mer lockande att sitta och redigera framför en dator och se hur bilderna utvecklas än att stå i ett fotolabb med exponeringstider och starka kemikalier.

- Nu kan jag enkelt sätta mig kortare stunder och arbeta digitalt när jag vill, vilket gör det mycket lättare.

Vilka motiv fotar du helst?

- Vissa tillfällen har jag en klar idé kring vilken typ av bild jag vill ta och då går jag ut och letar efter just det motivet. Andra stunder blir det att skjuta från höften och improvisera, funkar det så funkar det. Ibland har jag alltså ett fokus när jag går

ut och andra gånger är det bara ett tidsfördriv, förklarar Christoffer.

En dag i veckan sjunger hans dotter i kör i S:t Olofs församling. Under den halvtimmen, mellan lämning och hämtning, har han alltid med sig sin kamera för att leta motiv och fotografera runt om i centrala Norrköping.

- Det är alltid roligt att fota olika typer av människor. Jag söker mig ofta till individer med lite mer speciella drag, framför allt personer som ser ut att ha varit med om en del i sina liv.

Christoffer påpekar dock att det är kul att fota alla slags människor, vuxna som barn, men att barn är en större utmaning att fånga på bild, då de inte har för vana att sitta stilla.

Byggnader och övergivna platser är också motiv som han gillar. Speciellt platser som en gång i tiden har brukats av människor, men som naturen sakta men säkert har tagit tillbaka.



– I somras gick jag ute vid båtvarvet på Herstaberg. Där finns en del båtar som har legat oanvända väldigt länge, så till och med träd har börjat växa upp och igenom dem. Sådant tycker jag är fräckt att fota, när något är lite skitigt och smutsigt och inte så tillrättalagt. Då blir det vackert. Den känslan har jag kanske med mig sedan tidigare eftersom jag också spelar punk, säger han och skrattar.

#### Huvudsakligen svartvita foton

Christoffer föredrar svartvita bilder då han känner att han lättare kan

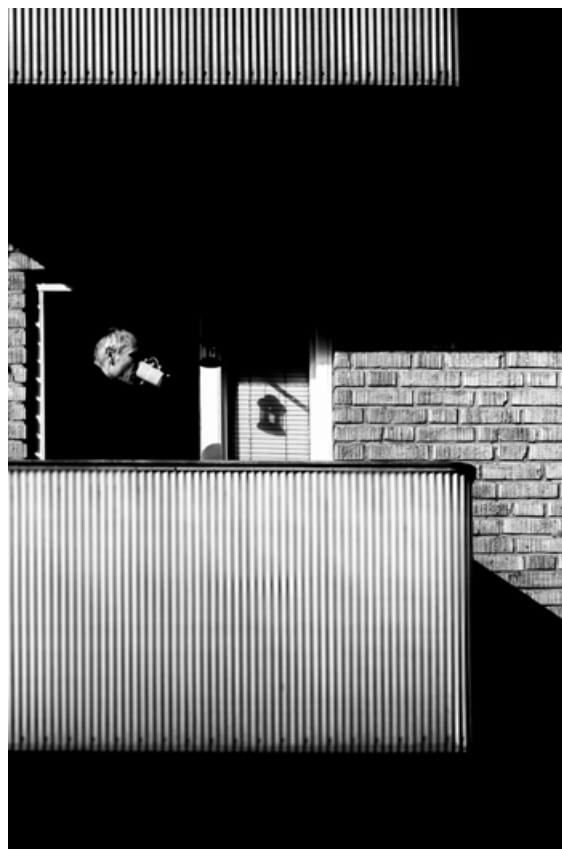
uttrycka sig genom det estetiska valet.

– Personligen hittar jag en större känsla i svartvita bilder eftersom jag älskar höga kontraster. Det är lättare att hitta bildens fokus då, säger han och visar en bild på passagen bakom Bomullsspinneriet i Norrköping som visar en tydlig skillnad mellan ljus och mörker. Jag har testat att arbeta med färgbilder, men jag kan aldrig bestämma mig för vilken typ av ton jag vill ha i dem då. Till exempel om den ska vara mättad eller kanske ha ett kallare färgregister. Det blir genast svårare och helt plötsligt har jag

fem olika versioner av samma bild, fortsätter han. I svartvita bilder har jag hittat mig själv och någonting som jag känner fungerar. Magkänslan säger att det stämmer. När jag är ute och går med min kamera tänker jag alltid i svartvitt när jag letar motiv.

#### Inspiration

Det finns inga specifika favoritfotografer som Christoffer hämtar inspiration ifrån, men han tittar gärna på alla olika typer av foto, fotokonst och dokumentärfoto för att få uppslag till egna idéer.



– Jag hittar också inspiration genom musiken. Jag kan lyssna på en låt och känna att det här skulle jag vilja porträttera i ett foto. Det låter kanske lite flummigt, säger han och ler.

Christoffer beskriver fotografering som något kreativt, konstruktivt och väldigt roligt.

– Det är rätt coolt när en idé man har i huvudet kan föras över till fototillfället och i redigeringen. Då blir man faktiskt ganska nöjd. Det blir en själslig tillfredsställelse, säger han och skrattar till igen. Jag får samma belåtna känsla när jag skapar musik

och det blir som jag har tänkt mig.

### Synlighet och framtidsplaner

Christoffers bilder finns att se på Instagram under kontot @metookthis.

– Där är jag aktiv och lägger jag upp mina bilder, oavsett om det är flera gånger om dagen eller några gånger i månaden. Det beror lite på vilken inspiration jag har haft.

Han berättar också att hans foton visades, för ett år sedan, på en utställning i Butik Bohème som ligger på Hörngatan i Norrköping. Förhoppningsvis blir det ytterligare en

utställning där så småningom.

Framtidsplanerna kommer fortfarande ligga på hobbynivå, beskriver Christoffer. Men det händer att han ibland skickar in sina foton till olika utställningar och tävlingar.

– Om det ger något är det ju roligt, men det är liksom inget som känns nödvändigt. Och nu för tiden kan alla ha sitt eget galleri digitalt och för mig är mitt Instagram-konto fullt tillräckligt för min fotokonst, avslutar han. ●





Nu består tron, hoppet och kärleken, dessa tre, men störst av dem är kärleken. 1. Kor 13:13.

# I tro, hopp och kärlek

Kärleken är ett viktigt och ständigt återkommande tema i Bibeln. Vi träffar Linda Folebäck som är församlingsherde i S:t Olofs församling, för att prata om kärlek ur ett teologiskt perspektiv och för att ta reda på vad det innebär att vara församlingsherde i Norrköpings innerstad.

Text Annelie Tollerå Foto Niclas Fasth

**V**i har stämt träff med Linda Folebäck i Matteus kyrka, den stora kyrkan mitt i Folkparken, som just nu är stängd för renovering. Med varsam hand har tidigare kulturhistoriska värden återställts i kyrkan. Den har rengjorts, målats invändigt och återfått sin forna glans. Beräknad återöppning sker i mars 2022.

– Många av våra kyrkor har funnits i hundratals år och jag tänker ofta på altargångarna när jag går in i en kyrka, säger Linda. Jag tänker på att många generationer av människor har gått där, med så mycket kärlek i tankarna. Där har skett vigslar, vi har burit fram våra barn till

dopet och vi har fått ta avsked av våra nära och kära i begravningar. Altargångarna är trampade av tusentals fotsteg innan oss.

## Plats för det heliga

Linda påpekar att vi har fått ärva kyrkobyggnaderna av de tidigare generationerna och att vi också kommer att överlämna dem till kommande generationer. Det ser hon som ett ärofyllt uppdrag som församlingsherde. Det känns stort att ha fått vara med om renoveringen av Matteus kyrka och att ha fått göra avtryck i den, i vår tid.

– Jag tänker att jag är en länk av många människor som har värnat om

och gjort avtryck i Matteus kyrka.

Att Matteus kyrka betyder mycket för många här i Norrköping, det märks. Det känns fantastiskt att ha fått vara delaktig i en renovering som jag tycker har gjorts i stor kärlek och respekt.

För Linda är det viktigt att kyrkan ska vara en plats där alla känner sig välkomna. Oavsett tro eller livsåskådning ska man kunna få komma till kyrkan. Hon understryker att vi alla är lika inför Gud. Kyrkan är ett heligt rum och alla har möjlighet att få ta del av den kristna kärleken.

– Kyrkan vill göra plats för det heliga, som är större än människan själv. Mitt uppdrag som

”Det är en kraft som är nedlagd i oss människor och det finns så många olika variationer av den.”

församlingsherde är att möjliggöra för människor att få möta det heliga, där kärlek kan manifesteras. Det känns viktigt att kunna hålla kyrkorummen öppna och tillgängliga. Jag vill att vi ska kunna fortsätta möta människor, som är i behov av den kristna kärleken. Ett uppdrag som också går utanför själva kyrkobyggnaderna, säger hon.

#### **Utanför det strukturella**

Linda konstaterar att det är svårt att definiera det stora begreppet kärlek på ett enkelt sätt. Man får känslan av att man förminskar den, hur man än försöker förklara, tycker hon. Kärleken går inte att

greppa med några få enkla ord.

– Kärlek är ett så otroligt stort begrepp. Det är den största känslan eller kraften. Kanske är den mer som en rörelse, än en företeelse, reflekterar hon. Det är en kraft som är nedlagd i oss människor och det finns så många olika variationer av den.

Linda tror att kärlek i dess fulla form ligger utanför den mänskliga begreppsfären.

– Den går utanför den struktur som vi människor bygger upp för att försöka förstå vår omvärld. Vi får inse att vi inte är kapabla att förstå allt, säger Linda, även om vi gärna vill tro att vi kan förklara allt på ett logiskt sätt.

#### **Tro, hopp och kärlek**

S:t Olofs församling har haft ledorden tro, hopp och kärlek under en lång tid. Förra vintern belystes S:t Olai kyrka och Stadstornet, under Norrköping Light festival, med just de tre orden.

– Det kändes som något angeläget att påminna människor om. Det var en tuff tid för många, mitt i coronapandemin. Det kändes viktigt att försöka inge hopp, påminna om att vi inte får förlora tron och att kärleken är störst av allt.

För Linda är tro, hopp och kärlek begrepp som går hand i hand. Sammanbundna i varandra och med flytande gränser. Hon menar att tro,





hopp och kärlek är tre grundstråk som man kan hitta i Bibeln. Hon ser Jesus som en befriare, som vill öppna våra sinnen mot det stora kärleksfulla, som går utanför oss själva.

– När Jesus möter människor med sin kärlek, blir det sällan som människor har tänkt sig, konstaterar Linda. I Bibelns berättelser är det ofta något oväntat som sker och som vi människor får ta lärdom av. När vi tar intryck av det, hjälper det oss människor att bli fria. Det är så jag ser det.

Hon förklarar vidare.

– Jesus säger att den som är fri från skuld kan kasta den första stenen. Det här har något med människans sätt

att vara fast i sin egen tanke att göra. Det Jesus ständigt gör är att befria människor ur det som begränsar oss. Det som vi har föreställt oss och tror oss veta. Jesus visar ständigt på kärlek, men jag tänker att det inte är i de givna strukturerna han verkar. Det binder inte människor i vare sig relationer eller ägodelar.

### **Ny nåd varje morgon**

För Linda är det centralt, både i sin relation till Gud och i relationer med människor, att våga vila i tron på att det finns en ny nåd varje morgon.

– Det ligger väldigt mycket hopp i det och är nära till hur jag tolkar kärleksbegreppet, förklarar Linda.

I det oväntade uppstår något stort, som förändrar människor och som kan förändra hela historien. Kärleken driver oss framåt och är en förändrande kraft, som jag tror att vi behöver i våra liv. ●

# Att bryta upp



Alla parrelationer ser olika ut och de flesta är inte helt utan problem. Men när djupare och allt mer smärtsamma bekymmer och svårigheter tynger kan separationen bli ett faktum.

Text och illustration Therese Götberg

**I** bland kan en separation eller en skilsmässa vara den enda utvägen för att ta steget mot ett lyckligare liv. Men oavsett hur förhållandet slutar är uppbrottet mer än ofta smärtsamt och kräver tålamod och stor anpassningsförmåga. Du säger inte bara hej då till din partner utan även till andra nära relationer, traditioner och rutiner som har varit knutna till familjen.

## Relationen med ex-partnern

Psykologen och psykoterapeuten Anders Nyman, menar på sajten modernpsykologi.se, att det alltid är värdefullt att ha en bra relation med sin ex-partner, att kunna samarbeta och behålla en vänskap. Han menar också att separationen du går igenom har du med dig hela livet. Därför ska man försöka att genomföra den på ett värdigt och respektfullt sätt.

Och trots att uppbrottet kan vara otroligt smärtsamt vinner man, i de flesta fall, på att försöka upprätthålla någon form av kontakt. Framför allt när det finns barn med i situationen.

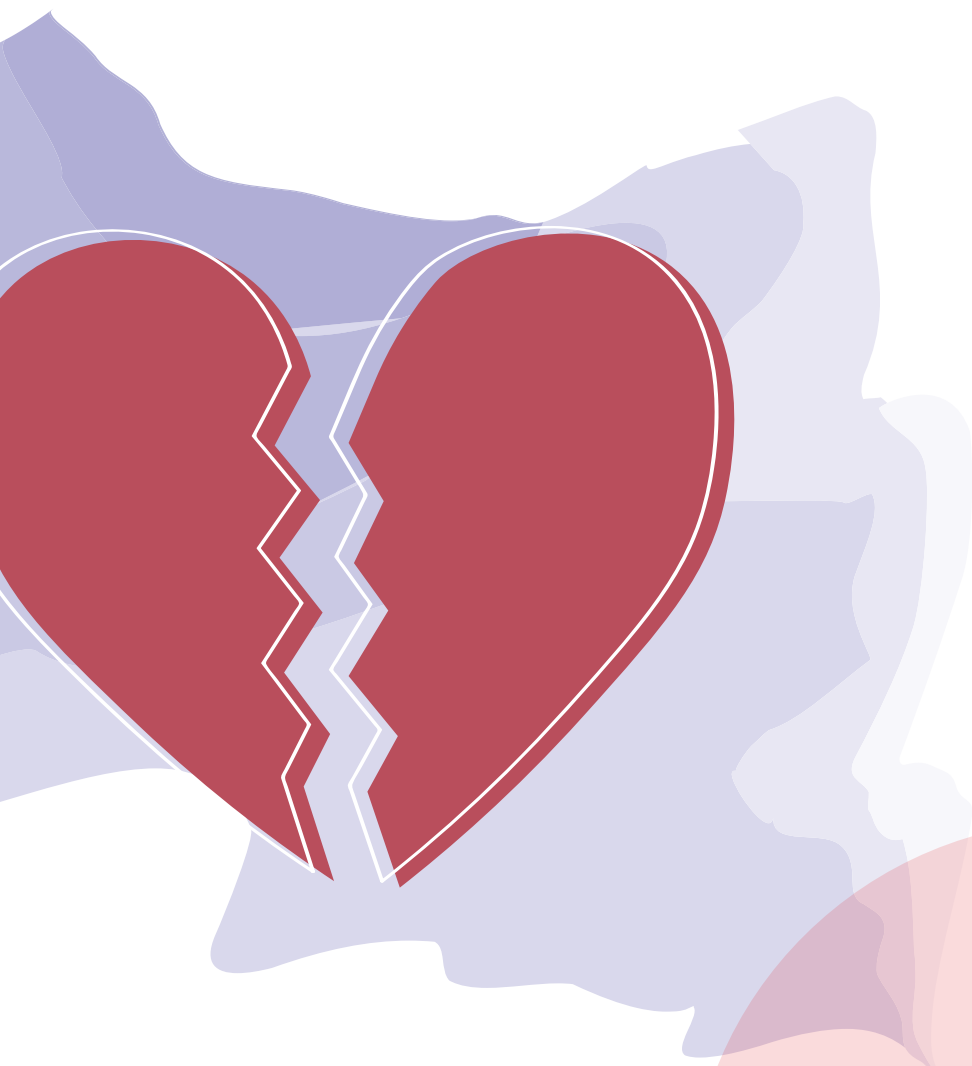
För att åstadkomma detta kan det vara bra att påminna sig själv om de fina upplevelsorna och stunderna som man har haft tillsammans. Då blir det lättare att hålla sams, även om det naturligtvis inte alltid går, skriver Anders. Det går heller inte att förvänta sig att en bra relation till sin ex-partner skapas automatiskt, utan det är någonting som kräver tid, tålamod och i många fall stor ansträngning.

## Känslorna kring en separation

Anna Bennich Karlstedt, som också är psykolog och psykoterapeut, skriver på kurerare.se att en skilsmässa är bland det svåraste du kan gå

igenom. Att separera kan innebära en stor kris, speciellt om det finns barn med i familjebilden. Svåra känslor som misslyckande, skuld och skam drabbar ofta. Att bryta upp innebär också förluster och stora omställningar. Du måste hantera och bearbeta att livet och framtiden kanske inte blir så som du hade tänkt dig. Eftersom barnen ofta ingår i ett varannan vecka-schema försvinner även mycket tid med dem och det kan kännas enormt tungt. Det är också vanligt att känna sorg, ilska, stress, ångest och rädsla när man genomgår en separation. Alla människor har olika sätt att handskas med kriser. En del vill vara själva och drar sig undan, medan andra har behov av att prata. Oavsett hur du tar dig igenom ett uppbrott, är det viktigt att våga be om hjälp när du vill ha det, betonar Anna.





### Uppbrott kan vara något bra!

Trots alla utmaningar och svårigheter som kommer med ett uppbrott kan en separation många gånger vara något bra och välbehövlig. Anna skriver att det finns en rotfast och envis värdering att det är något fint med att hålla ihop länge, under många år. Även om flertalet vill ha och eftersträvar en långvarig, kärleksfull och djup relation, kanske värderingarna kring en evig kärlek inte är helt rimliga, menar hon. Anna tycker snarare att vi ska beklaga till de som håller ihop och håller ut i kärlekslösa relationer och gratulera de som orkar bryta upp från ett förhållande som de inte längre mår bra av. ●

### Tips och råd vid en separation eller skilsmässa

- Försök att acceptera din situation.
- Bestäm dig för att separationen inte ska rasera din framtid.
- Försök att bearbeta dina negativa känslor. Ta professionell hjälp om du behöver.
- Inse att läkandet efter en separation är en smärtsam process som tar tid. Så ta en dag i taget.
- Försök att förlåta dig själv och din partner. Ni gjorde säkert det bästa ni kunde.
- Glöm inte bort barnens behov. De ska aldrig behöva komma i kläm och måste få veta att separationen inte är deras fel.
- Vad kan du lära dig av det som hänt? Låt separationen ge självinsikt och ny kunskap.
- Våga tro på kärleken och ha mod att satsa på den igen när du är redo.

Källa: [skilsmassa.se](http://skilsmassa.se)



Julen firas till minne av Jesu födelse. Målning av Gerard van Honthorst, slutet av 1500-talet.

# Julfirandets historia

Halmbockar, tomten och röda paket under en glittrande gran. En traditionell jul. Det är lätt att tro att julen alltid har sett ut som vi är vana vid att se den, men det är långt ifrån sant. Den klassiska julen som vi tänker på den idag är faktiskt betydligt yngre än vad många tror.

Text: Matilda Eklöf Foto: Wikimedia commons

**J**ulen är i grunden en kristen tradition som firar minnet av Jesu födelse. Julen förbereds genom firandet av advent och firas sedan från Jesu födelse på julnatten fram till trettondag jul då de tre vise männen kom fram till Betlehem. Många av de tidiga kristna traditionerna lever kvar även om mycket har förändrats.

Julfirandet har mycket gamla rötter. Det kristna julfirandet uppkom i romarriket på 300-talet e. Kr. och kom till Sverige i början av 1100-talet men det var inte förrän på 1700- och 1800-talet som julfirandet tog fart på riktigt.

## Dopparedagen

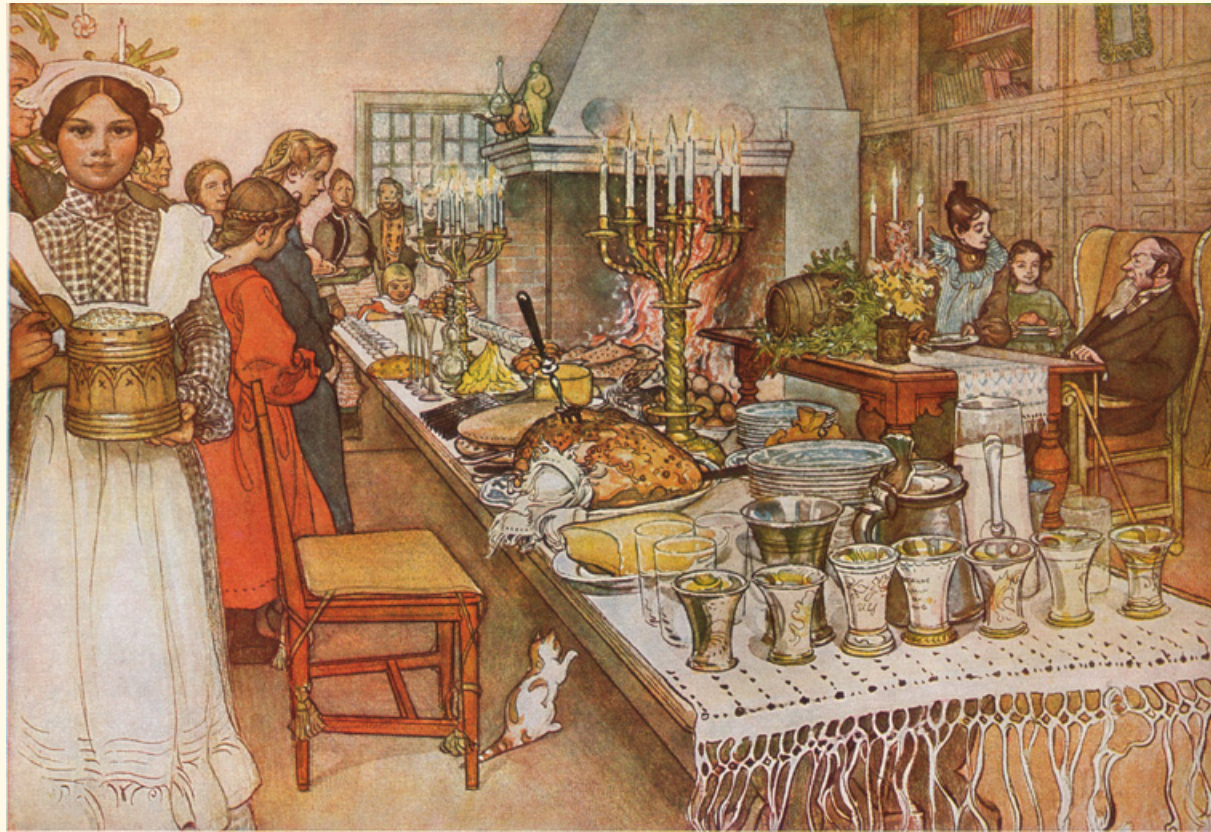
I Sverige är det julafton som är julhelgens stora dag. Vi samlar hela släkten under ett tak, delar ut paket, äter julmat och tittar på Kalle Anka vid treslaget. Historiskt sett är det dock juldagen som har firats i första hand, något som lever kvar i de flesta andra länder i världen, exempelvis i USA och England.

Julafton kallas i folkmun även för dopparedagen. Denna beteckning på julafton är helt unik och förekommer bara i Sverige. Seden att doppa bröd i spad eller buljong kan ha rötter i förkristna traditioner men kan också ha uppkommit av rent praktiska skäl. Tiden var knapp i julstöket

och det fanns inget utrymme för mer mat utöver den som redan förbereddes inför juldagen. Att doppa bröd i skinkspadet sparade alltså tid och eftersom det färska brödet sparades till juldagen så fyllde det också funktionen att mjuka upp det förmodligen rätt tråkiga julaftonsbrödet.

En annan orsak till doppandets uppkomst kan ha varit att den medeltida julfastan förbjöd kött. Under adventsfastan bestod middagen därför främst av lutfisk och gröt. Lutfisken skulle påminna om Kristus och lutades med björkaska för att bli så ljus som möjligt. Genom att doppa bröd i skinkspadet kunde





man dock kringgå förbudet och få smak av kött utan att bryta fastan.

### Julmaten förutspådde framtiden

Maten har alltid varit en viktig grundsten i det svenska julfirandet. Julafton var i det gamla bondesamhället en natt full av magi och skrock. Det sades bland annat att så som julafton och julnatten blev, så skulle hela det kommande året fortsätta. Därför var det viktigt att äta mycket så man slapp svälta nästa år. Juldagen var därmed kanske den enda dagen på året då man fick äta sig riktigt mätt.

För den stora massan i det tidiga bondesamhället var det ofta ingen större skillnad på julmat och vardagsmat. Kanske festades det till med att koka gröten på mjölk och grädde istället för vatten, men annars var mycket sig likt. De rikare i samhället kunde däremot bre på desto mer med fläskkorv, äl, revbenspjäll och stuvad brysselkål.

### Gran och klappar

Under 1700-talet gjorde några av de klassiska julelementen entré hos landets adel, bland annat julgranen. Den första inomhusgranen som finns dokumenterad i Sverige stod på herrgården Stora Sundby i Södermanland år 1741. Under denna tid var det vanligt att ha en mindre bordsgran som dekorerades med bland annat äpplen, ljus och saffransbröd.

Ordet julgran dök upp i svenskan runt år 1840 och mot slutet av 1800-talet hade den glittrande granen etablerats i de svenska hushållen. Seden med att klä hemmet med levande träd och kvistar är dock en mycket gammal tradition som sades skydda hemmet mot onda väsen.

På 1700-talet började också julklappar bli allt vanligare. Traditionen att dela ut presenter under julen fanns redan på medeltiden. Då gav man främst bort engångs, enkla gåvor. Denna sed

tog inspiration från Matteusevangeliet 2:1–12 då Jesusbarnet får ta emot gåvor från de tre vise männen.

Ordet klapp kommer ifrån en gammal sed i bondesamhället där man klappade på dörrar och sedan, när dörren öppnades, kastade in inslagna presenter i husen och sprang därifrån. Från början var seden tänkt som ett skämt. De gåvor som då kastades in kunde vara i form av ett vedträ med en lapp på där mottagaren kunde läsa en, ofta rätt oanständig, vers. Dessa lappar tros vara förgångaren till våra julklappsrim.

### Den nationalromatiska julen

Under 1800-talet gick julen om påsken i popularitet och mycket av den idag så traditionella juleestetiken uppkom under århundradets slut och sekelskiftets början. Nu blev julen röd och ljusstakar, bockar, domherrar och klädda granar gjorde intåg i julfirandet. Detta nationalromatiska julfirande



**Vänster** Konstnären Carl Larssons nationalromantiska familjeidyll blev mallen för det svenska julfirandet som vi känner det idag.

**Till höger** Dagens gran smyckas i allt från traditionellt pynt till mer moderna skapelser. Julgranen flyttar också in allt tidigare. Julen 2020 var lagren av kungsgranar tömda innan jul. En möjlig coronaeffekt?

**Till höger nedre** Konstnären Jenny Nyström (1854 till 1946) gav jultomten ett ansikte i Sverige. Främst genom sina illustrationer på julkort.



inspirerades starkt av konstnärer som Carl Larsson och Jenny Nyström.

Det är också under denna tid som det traditionella julbordet föds med prinskorv, köttbullar, sill, pastej och griljerad skinka. Innan dess hade skinka varit något som huvudsakligen äts på sommaren.

### En tradition i ständig förändring

Det var alltså under 1900-talets början som vår nutida jul konstruerades, den vi idag tror har funnits hur länge som helst. Julen är en föränderlig tid och genom historien har det funnits många olika slags jular. Från bondesamhällets skrockfulla traditioner till sekelskiftets helröda tomteidyll och dagens moderna julfirande. Många olika traditoner, många olika jular. Men alla har de varit lika goda och sanna. ●







# Kulturarvet

## Kronbrud i Vånga år 1846

Text Annelie Tollerå Foto Niclas Fasth

När folklivsforskaren Nils Månsson Mandelgren reste igenom Vånga i mitten av 1800-talet, passade han på att teckna av en kronbrud. I Vånga höll man då kvar ett gammalt bruk att pynta bruden rikligt.

Brudmodet har förändrats genom tiderna. Den vita brudklänningen slog igenom på allvar från mitten av 1800-talet, efter att drottning Victoria av Storbritannien hade gift sig i en krämvit klänning. Hon blev stilbildande för kommande brudar. Den svenska allmogebefolkningen höll dock länge kvar vid sin svarta brudklädsel. Enligt gammal tradition skulle man dessutom pynta bruden rikt.

“Här står bruden i den fullödigaste prakt som tänkas kan! Ju mer glittrande grannlåt man kan få inpassad i brudskruden, ju bättre är det”, skriver Mandelgren om bruden i Vånga.

När Nils Månsson Mandelgren reste runt i Sverige ville han fånga in ett traditionellt bruk på landsbygden, som höll på att försvinna. Han tecknade upp mängder av seder och bruk och det är mycket tack vare honom, som vi idag vet så mycket om de äldre svenska traditionerna.

I Vånga levde den gamla seden med brudpynt kvar. Bruden kunde pyntas med sidenband, silver, påfågelfjädrar, blommor, silkespapper, glaspärlor och annat man tyckte var vackert. Att vara välpyntad betydde rikedom för brudparet, trodde man. Dekorationerna var koncentrerade till en bröstlapp, som hängdes på klänningen. Även kronan skulle fyllas med blommor. En ofyllt krona betydde otur, ansåg den skrockfulla allmogebefolkningen.

Enligt gammal sed hade prästens fru uppdraget att klä upp socknens brudar. Brudklänningen kunde vara skänkt till kyrkan av borgerligheten, ofta svarta klänningar i stil med det sena 1700-talets hovdräkter som då hade gått ur modet. Det sägs att påklädandet kunde vara så tidsödande och komplicerat att bruden fick klädas på dagen innan bröllopet och sova sittande under natten.

Den krona som Mandelgren avbildade är troligtvis en av de kronor som än idag tillhör kyrkan. Den är gjord i förgyllt silver och besatt med glaspärlor och oförgyllda änglaansikten. Vanligtvis finns en eller flera brudkronor i nästan varje kyrka. De tillhör vårt gemensamma kulturarv och lånas än idag ut till bröllop för den som önskar att bära en krona på den stora dagen.

I kyrkorna finns kronor av skiftande utseende och storlek. Under 1600- och 1700-talen var kronorna stora och tunga pjäser, som sedan krympte och blev som små prinsesskronor. De fick sin minsta form under 1960-talet och i kyrkorna finns kronor i alla storlekar och former.



A photograph of a field of snowdrops (Galanthus nivalis) in bloom. The flowers are white with a yellow center and are set against a background of a bright, glowing sun, creating a warm, golden light. The sun is positioned in the upper left quadrant, and its light creates a soft, hazy atmosphere over the entire scene. The snowdrops are in various stages of bloom, with some fully open and others still as buds. The overall mood is peaceful and hopeful, suggesting the arrival of spring.

NÄSTA NUMMER

hej|livet

I DIN BREVLÅDA  
28 mars 2022



## Kärleken till en stad



Jag ville bara bort. Testa något annat, på egna ben, på en annan plats. Det var viktigare än att jag sökte just Miljövetarprogrammet i Norrköping, där Linköpings Universitet precis öppnat upp sitt campus. Jag flyttade in dagen innan mitt liv i Norrköping skulle börja. Den där pirriga känslan när ett nytt kapitel börjar i livet.

Kvällen innan upprop gick jag ner till Louis De Geer med en väninna som hade följt med upp för att hjälpa mig med flytten. Jag kommer alltid minnas den stunden. Alltid. För inne i konserthuset var det konsert, de enorma glasväggarna tog oss nästan in på festen och lamporna speglade sig i vattnet utanför. Vi satt där på bänken, länge. Tysta med en aura av förundran. Sedan frågade vi oss båda två: ”varför visste vi inte om att det HÄR finns i Norrköping?”

Just där föddes kärleken till en stad. Kärleken till Norrköping. Den har aldrig försvunnit och det gör mig till en stark ambassadör i allt jag gör, i alla jag möter. Att komma hem till Norrköping efter några dagar i storstan är som att komma upp över ytan och ta det där första djupa andetaget av frisk luft som fyller lungorna med lugn och energi.

Jag flyttade till stan när universitetet var nytt, när hela staden bubblade av kraft. Kanske var det därför jag fick sommarjobb på turistbyrån ganska omgående. Kanske var det därför jag vågade skicka in den där krönikan om manliga gynekologer till gratistidningen som innebar att jag blev stadig skribent med uppdrag att fylla två sidor med nyheter om Norrköping, månad efter månad. Och det som gjorde att jag till slut startade eget och fick- eller snarare skapade - en tydlig kanal för mitt ambassadörskap genom att få använda min penna till att lyfta fram kända profiler i stan, nya satsningar, hotell. Jag gör det än i dag. Det finns en sann glädje i att sprida stoltheten jag känner för staden till andra.

När en relation innebär att du känner dig trygg, välkommen och sedd föds nämligen mod. En stad kan faktiskt göra det. Det gör att jag har Norrköping att tacka för så mycket. Det går verkligen att vara kär i en plats.

**Lina Skandevall**  
Entreprenör



## hej | Där



### ÅSA SJÖBERG

*Åsa Sjöberg är sångerska och en känd musikprofil i Norrköping. Hon har även jobbat en hel del som programledare. Ofta sjunger hon i kyrkliga sammanhang. Inte minst vigslar där temat i musiken ofta är kärlek.*

Hur beskriver du din egen kärlek till musiken?

Sång och musik är så viktiga livs ingredienser för mig! Som luft för att andas kanske låter klyschigt, men ett liv utan musik för mig.

Vilken är den bästa sången om kärlek som du brukar framföra?

Hur ska jag kunna välja EN sång?! Inte alla, men väldigt många sånger handlar ju om kärlek. I lördags sjöng jag på en vigsel för två unga vackra människor som verkligen hade längtat efter att få gifta sig. Det kom en pandemi emellan och även ett väldigt sorgligt dödsbud. Men nu stod de äntligen där och lovade att älska varandra i nöd och lust. De hade valt en gammal låt, L-O-V-E, som bland annat Nat King Cole har spelat in. Stunden och valet av sång blev så speciell för mig. Därför väljer jag den idag!

### Om ...

NAMN: Åsa Sjöberg

BOR: Norrköping

GÖR: Sångerska och musikprofil